



**UPAYA MENINGKATKAN PASSING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA
MENGUNAKAN MEDIA PEMBELAJARAN GAWANG KECIL
PADA SISWA SDIT ROBBANI KENDAL
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

SKRIPSI

**Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh :
ARIF MAHFUR
20236026

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL DAN KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**

2022

PENYELESAIAN BIMBINGAN

Kami selaku pembimbing skripsi I dan II dari mahasiswa Universitas PGRI Semarang.

Nama : Arif Mahfur

NIM : 20236026

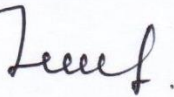
Judul : Upaya Meningkatkan Keterampilan Ketepatan Passing Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Melalui Media Pembelajaran Gawang Kecil Pada Siswa Kelas V SDIT Robbani Kendal Tahun Pelajaran 2021/2022

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah selesai dan siap untuk diujikan.

Semarang, Juli 2022

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Fajar Ari W., S.Pd., M.Pd
NPP. 158701473



Danang Aji S., S.Pd, M.Pd
NPP. 158901500

Mengetahui,

Dekan FPIPSKR



Dr. Agus Sutono, S.Fil., M.Phil
NPP. 107801284

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN PASSING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA MENGGUNAKAN MEDIA PEMBELAJARAN GAWANG KECIL PADA SISWA SDIT ROBBANI KENDAL TAHUN PELAJARAN 2021/2022”

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Dan Keolahragaan Universitas PGRI Semarang.

Pada hari : Rabu

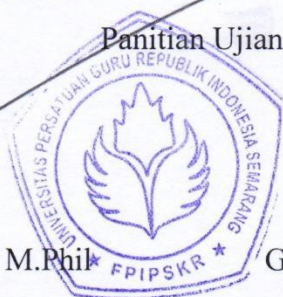
Tanggal : 10 Agustus 2022

Ketua

Panitian Ujian

Sekretaris

Dr. Agus Sutono, S.Fil., M.Phil.
NPP. 107801284


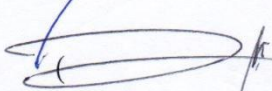



Galih Dwi Pradipta, S.Pd., M.Or
NPP. 149001426

Penguji

Tanda Tangan

1. Fajar Ari Widiyatmoko, S.Pd., M.Pd
NPP. 158701473
2. Danang Aji Setyawan, S.Pd., M.Pd
NPP. 158901500
3. Dani Slamet Pratama, S.Pd.M.Pd.
NPP. 179101530

()
()
()

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya.” (Arif Mahfur)

PERSEMBAHAN :

Skripsi ini peneliti persembahkan untuk :

1. Istri saya Nur Cholifaturrohmah tercinta.
2. Anak-anak saya Aisyah Khoirunnisa, Abdullah Azam Firdaus, Muhammad Zidan Alfatih tersayang.
3. Teman-Teman Guru di SD IT Robbani yang selalu siap membantu dalam mengerjakan skripsi ini.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arif Mahfur

NPM : 20236026

Unit Kerja : SDIT Robbani, Kecamatan Kendal, Kabupaten Kendal.

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini merupakan hasil karya saya Sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Semarang, 22 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Arif Mahfur
NPM. 20236026

ABSTRAK

Arif Mahfur. Upaya Meningkatkan Passing Pada Permainan Sepak Bola Menggunakan Media Pembelajaran Gawang Kecil Pada Siswa SDIT Robbani Kendal Tahun Pelajaran 2021/2022. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Dan Keolahragaan Universitas PGRI Semarang, 2022.

Kemampuan passing permainan sepakbola siswa kelas V SDIT Robbani Kendal masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil belajar passing permainan sepakbola melalui permainan gawang kecil.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Dalam permainan ini dibatasi pada teknik passing . Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V di SDIT Robbani Kendal dengan jumlah siswa 24 orang. Urutan kegiatan penelitian ini mencakup: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, (4) refleksi. Pengumpulan datanya menggunakan RPP, lembar observasi dan dokumentasi. Analisis datanya menggunakan deskripsi presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I rata-rata ketrampilan passing , siswa yang mendapat nilai di atas 75 (KKM) sebanyak 9 siswa atau 38%. Sedangkan pada siklus II rata-rata ketrampilan passing, siswa yang mendapat nilai di atas 75 (KKM) sebanyak 20 siswa atau 83%. Sehingga hal itu sudah memenuhi target, yaitu 75%.

Hasil penelitian terdapat peningkatan dari beberapa indikator ketercapaian dalam setiap aspek, yaitu adanya peningkatan keaktifan siswa, kesungguhan dan keberanian siswa dalam mengikuti pembelajaran. Suasana pembelajaran siswa yang menyenangkan juga dapat memotivasi siswa untuk mengikuti pelajaran.

Kata Kunci: Sepak bola, modifikasi permainan, permainan Sepak bola gawang kecil

KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini juga atas bantuan dari berbagai pihak, dengan rasa rendah hati penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Rektor Universitas PGRI Semarang, yang memberikan kesempatan kepada penulis untuk menjadi mahasiswa UPGRIS.
2. Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Dan Keolahragaan, yang memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Universitas PGRI Semarang, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Fajar Ari W., S.Pd., M.Pd dosen pembimbing utama yang selalu memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Danang Aji S., S.Pd, M.Pd dosen pembimbing pendamping yang selalu memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas PGRI Semarang yang banyak memberikan ilmu pengetahuan tentang keolahragaan serta telah mendorong dan memberikan bantuan sehingga selesainya penelitian ini.
7. Kepala SDIT Robbani Kendal yang telah mengijinkan penulis untuk melakukan penelitian dan memberikan sampel untuk diteliti.
8. Bapak Sudarmanto, Guru PJOK SD Negeri 2 Jotang yang telah membantu dalam penelitian.
9. Teman-Teman Guru SDIT Robbani Kendal yang tidak bisa di sebutkan satu persatu dalam penulisan skripsi ini.

10. Teman-Teman PKG PJKR yang tidak bisa di sebutkan satu persatu dalam penulisan skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dan yang tidak dapat ditulis penulis dan disebutkan satu persatu dalam penulisan skripsi ini..

Semoga skripsi ini bermanfaat untuk penulis, pembaca dan semua pihak yang terkait.

Semarang, 22 Mei 2022

Penulis

Arif Mahfur
NPM. 20236026

DAFTAR ISI

PENYELESAIAN BIMBINGAN	ii
PENGESAHAN.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan masalah	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu.....	7
B. Landasan Teori	9
C. Hipotesis Tindakan	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Setting Penelitian	29
C. Variabel dan Indikator Keberhasilan Tindakan	30
D. Sumber Data	31
E. Teknik dan Instrument Pengumpulan Data	32
F. Prosedur Penelitian	33
G. Teknik Analisa Data	36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian	39
B. Hasil Penelitian dan Analisis Data	43
BAB V PENUTUP	72
A. Simpulan.....	72
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA.....	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ukuran Lapangan Sepak Bola.....	18
Gambar 2. Bola	19
Gambar 3. kerangka Gawang	20
Gambar 4. Teknik passing inside-of-the-foot	26
Gambar 5. media gawang kecil.....	27
Gambar 6. Skema kerangka berfikir	28
Gambar 7. Siklus PTK	34
Gambar 8. Siklus I aspek pengetahuan	54
Gambar 9. Siklus I Aspek Afektif.....	55
Gambar 10. Siklus I Aspek Keterampilan.....	55
Gambar 11. Hasil Akhir Siklus I.....	56
Gambar 12. Siklus II Aspek Pengetahuan.....	66
Gambar 13. Siklus II Aspek Afektif	67
Gambar 14. Siklus II Aspek Keterampilan	68
Gambar 15. Hasil Akhir Siklus II	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Teknik passing inside-of-the-foot	25
Tabel 2. Tabel pengamatan data siklus I aspek pengetahuan.....	53
Tabel 3. Tabel pengamatan data siklus I aspek afektif	54
Tabel 4. Deskripsi aspek keterampilan Siklus I.	55
Tabel 5. nilai akhir pencapaian siklus I.....	56
Tabel 6. pencapaian siklus II Aspek Pengetahuan	66
Tabel 7. pencapaian siklus II Aspek Afektif.....	67
Tabel 8. pencapaian siklus II Aspek Keterampilan.....	68
Tabel 9. pencapaian Akhir Siklus II.....	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian	77
Lampiran 2. Surat Keterangan Melakukan Penelitian	78
Lampiran 3. RPP Siklus I.....	79
Lampiran 4. RPP Siklus II	95
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	115

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan secara umum adalah suatu proses pembelajaran yang dapat kita pahami dalam pengetahuan ilmu yang telah diwariskan dari generasi ke generasi selanjutnya melalui pengajaran dan pelatihan. Secara rinci tujuan pendidikan terdapat dalam Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang berdemokratif serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang direncanakan melalui kegiatan fisik untuk meningkatkan pengetahuan siswa baik segi psikomotor, afektif dan kognitif, serta meningkatkan kebugaran fisik mengembangkan keterampilan, dan perilaku hidup sehat, aktif, sportif, kecerdasan emosional dengan demikian pendidikan jasmani tidak hanya ditujukan pada fisik tetapi juga pengembangan individu secara menyeluruh.

Dunia pendidikan (sekolah) sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang dianjurkan di sekolah yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Dalam upaya meningkatkan keterampilan permainan sepakbola para siswa sekolah harus menguasai macam-macam teknik dasar bermain sepakbola. Kemampuan siswa menguasai teknik dasar

permainan sepakbola dapat mendukung penampilan dalam bermain sepakbola baik secara individu maupun secara keseluruhan. Melihat betapa pentingnya penguasaan teknik dasar bermain sepakbola, maka pemain (siswa) harus di latih secara baik dan benar.

Prestasi sepakbola tidak didapat secara instan, perlu proses panjang untuk menciptakan sebuah prestasi. Salah satu pendukung terciptanya jalan menuju prestasi adalah kompetisi sepakbola yang baik, dan hal pertama yang perlu diperhatikan dalam kompetisi adalah sistem. Dalam konteks industri sepakbola saat ini, sepakbola adalah suatu sistem. Mulai dari wadah (kompetisi, BLI/PT Liga Indonesia sebagai produser), Regulator (PSSI sebagai induk organisasi sepakbola tertinggi) hingga pelaksana (klub, suporter, dan semua komponen penyelenggara pertandingan) harus bersinergi dan memiliki satu visi yang sama yaitu memajukan sepakbola Indonesia. Industri adalah sebuah bisnis, sepakbola sebagai sebuah industri tentunya berprospek meningkatkan *income*. Uang memang penting, namun yang lebih penting adalah bagaimana menciptakan iklim kompetisi yang kondusif bagi kepentingan industri sepakbola dan tentunya prestasi sepakbola nasional.

Permainan sepakbola setiap pemain dituntut untuk menguasai berbagai macam teknik dasar. Penguasaan terhadap teknik-teknik dasar tersebut akan mencerminkan tingkat keterampilan bermain sepakbola yang bersangkutan. Diantara teknik dasar dalam permainan ini adalah passing atau mengoper kepada teman dalam permainan sepakbola, passing menjadi nyawa

utama dalam pola permainan dalam pertandingan. Dengan passing yang baik maka penguasaan bola juga akan berbanding bagus.

Dengan 5 langkah pembelajaran (1) mengamati, (2) menanya, (3) mencoba, (4) menalar, dan (5) mengkomunikasikan. Keberhasilan passing pada siswa diperlukan kreativitas guru yang dapat memacu siswa berperan aktif dalam pembelajaran. Dalam proses kegiatan belajar mengajar pada pembelajaran penjas dapat diukur dari keberhasilan siswa yang dapat mengikuti kegiatan tersebut. Keberhasilan itu dapat dilihat dari tingkat pemahaman, penguasaan materi yang akhirnya ditujukan pada siswa. Semakin tinggi pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran. Termasuk dalam pembelajaran sepakbola tentang teknik dasar *passing*.

B. Identifikasi Masalah

Kemampuan passing adalah kemampuan seseorang pemain penyerang menguasai bola untuk memindahkan ke daerah yang lain dengan cepat dengan tujuan pembangunan serangan ke daerah pertahanan lawan untuk bisa membuat suatu gol dengan melakukan *passing* pendek dengan tujuan permainan yang baik agar dapat membuat gol di gawang lawan. Rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani bergantung pada proses pembelajaran di hadapi oleh siswa. Dalam pembelajaran penjas, guru harus menguasai materi yang di ajarkan dan membuat berbagai macam bentuk pembelajaran yang bertujuan mengurangi kejenuhan dan kebosanan siswa dalam proses pembelajaran. Kreativitas guru dalam memberikan salah satu cara untuk

meningkatkan ketepatan peserta didik, melalui media gawang kecil pembelajaran *passing* dengan diharapkan akan membantu siswa dalam meningkatkan ketepatan *passing* sepakbola dan meningkatkan semangat siswa untuk melakukan pembelajaran.

Alasan penelitian menggunakan media gawang kecil pada pembelajaran *passing* pada permainan sepakbola adalah untuk membantu siswa dalam melakukan *passing* yang benar dalam mengarahkan bola ketarget yang benar, power yang diberikan pada bola serta ketepatan dalam mengukur target.

Hasil observasi *passing* pada siswa kelas V SDIT Robbani Kendal yang berjumlah 24 siswa, dari 13 siswa laki-laki dan 11 siswa perempuan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Berdasarkan observasi dari 24 hanya 5 siswa atau 20,83% yang memperoleh nilai diatas KKM 75 dan 19 siswa atau 79,17% yang tidak tuntas, Hasil yang diperoleh ini sangat rendah sehingga peneliti berusaha untuk memperbaiki permasalahan yang ditemukan di kelas ini. Mata pelajaran pendidikan jasmani dalam K13 terdapat mata pelajaran sub tema sepakbola atau permainan bola besar dimana siswanya masih kurang melakukan *passing*.

Pengelolaan dalam media gawang kecil di SDIT Robbani Kendal sangat perlu diterapkan dalam pembelajaran sepakbola terutama dalam peningkatan teknik dasar *passing* menggunakan agar pembelajaran lebih aktif, kreatif dan inovatif. Sehingga membuat siswa menjadi tertarik dalam mengikuti permainan sepakbola khususnya teknik dasar *passing*. Penyajian

pembelajaran melalui pengelolaan media gawang kecil akan menimbulkan semangat dan antusias siswa. Gawang yang akan digunakan memiliki ukuran kecil dari gawang sepakbola yang sebenarnya, baik dari segi ukuran lebar dan panjang hal yang di maksudkan agar *passing* yang dilakukan oleh siswa berjalan dengan benar sehingga posisi bola tidak melambung ke arah yang tidak di harapkan atau keluar dari jalur arah gawang kecil dan bola dapat dengan tepat menuju sasarannya yaitu gawang kecil penggunaan sumber belajar dan media.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti melaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “Upaya Meningkatkan Passing Pada Permainan Sepak Bola Menggunakan Media Pembelajaran Gawang Kecil Pada Siswa SDIT Robbani Kendal Tahun Pelajaran 2021/2022”.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “apakah terjadi peningkatan ketepatan *passing* pada permainan sepakbola melalui media pembelajaran gawang kecil pada siswa SDIT Robbani Kendal?”

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan ketepatan *passing* pada permainan sepakbola melalui media pembelajaran gawang kecil pada siswa SDIT Robbani Kendal.

E. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis dan praktis. Adapun manfaat yang di ambil dari penelitian ini antara lain adalah:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dalam mempelajari passing pada saat latihan sepakbola.
 - b. Bagi sekolah semoga ilmu dan pengetahuan ini bermanfaat dan bisa diterapkan ke siswanya.
 - c. Bagi guru dan pelatih sebagai data atau pedoman buat melaksanakan mengajar.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi pelatih pendidikan jasmani, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk dirancang program yang akan diberikan.
 - b. Bagi atlet atau siswa, agar mengerti pentingnya latihan yang baik dalam mencapai prestasi puncak.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

Kajian pustaka merupakan bagian dari penyusunan sebuah penelitian karena dalam bab ini akan diungkapkan pemikiran serta teori-teori yang akan dijadikan landasan dalam melakukan sebuah penelitian. Dengan demikian hal-hal yang akan dikemukakan dalam kajian pustaka adalah sebagai berikut:

A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Untuk memperoleh hasil penelitian yang benar-benar dapat diterima dan dipertanggungjawabkan maka dalam penelitian ini diperlukan kajian empiris atau penelitian terdahulu. Berikut ini hasil penelitian terdahulu yang pernah dilakukan dan yang relevan dengan penelitian ini:

1. Heri Nuryanta, Antonius Tri Wibowo, Judul Penelitian Penerapan Metode Pasing melalui Permainan Gawang Segitiga untuk Meningkatkan Kualitas Passing Ekstrakurikuler Sepakbola MTSN 6 Sleman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I rata-rata ketrampilan *passing* sebesar 73, siswa yang mendapat nilai di atas 75 (KKM) sebanyak 13 siswa atau 54%. Sedangkan pada siklus II rata-rata ketrampilan *passing* sebesar 77, siswa yang mendapat nilai di atas 75 sebanyak 21 siswa atau 87%. Sehingga hal itu sudah memenuhi target, yaitu 75%. Hasil penelitian terdapat peningkatan dari beberapa indikator ketercapaian dalam setiap aspek, yaitu adanya peningkatan keaktifan siswa, kesungguhan dan keberanian siswa dalam mengikuti

ekstrakurikuler sepak bola. Suasana siswa yang menyenangkan juga dapat memotivasi siswa untuk mengikuti praktek di lapangan.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah Permainan yang digunakan adalah Permainan Gawang Segitiga sedangkan yang digunakan sekarang adalah permainan Sepakbola Gawang Kecil.

2. Anggraeni, Alif, Judul Penelitian Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Passing Menggunakan Pada Pembelajaran Sepak Bola Melalui Pengelolaan Gawang Kecil Kelas IV SDN Corenda Kecamatan Cisitu Kabupaten Sumedang. Hasil Penelitian Peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan passing dengan kelas IV SDN Corenda Kecamatan Cisitu Kabupaten Sumedang dengan pembelajaran passing dengan melalui media gawang kecil. Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan yang dilakukan sebanyak tiga siklus, jumlah siswa yang tuntas mengalami peningkatan. Pada siklus I siswa yang tuntas ada 14 siswa atau 56% dari jumlah 25 siswa, pada siklus II meningkat menjadi 18 atau 72%, dan pada pelaksanaan siklus III meningkat lagi menjadi 22 siswa atau 88%. Hasil tersebut melebihi target yang telah ditentukan sebelumnya yaitu sebanyak 80% dari jumlah keseluruhan siswa. Kesimpulan hasil belajar siswa dengan melalui media gawang kecil meningkat dari siklus ke siklus dan siswa sangat antusias.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah siklus yang digunakan dalam penelitian tersebut sebanyak 3 siklus, sedangkan yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 2 siklus.

B. Landasan Teori

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani adalah memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak. Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional. Lebih jauh ditegaskan bahwa, Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani. Intensifikasi penyelenggaraan pendidikan

sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan Pendidikan Jasmani adalah sangat penting, yakni memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sistematis. Mulyanto (2014:34), Pendidikan Jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah belajar dari pengalaman gerakan untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan, aktifitas jasmani, bermain dan olahraga. Selanjutnya menurut Rahayu bahwa “Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk memperoleh kemampuan individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional”.

Berdasarkan pendapat dari beberapa para ahli dapat di simpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya. Hubungan dari perkembangan tubuh fisik dengan fikiran dan jiwanya.

Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya

seperti Pendidikan Jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

menurut Andi Ihsan dan Hasmiyati (2011:15) “pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan dan pembentukan watak”.

b. Manfaat Pendidikan Jasmani

Secara sederhana manfaat pendidikan olahraga jasmani bagi siswa (secara umum):

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- 3) Mendapatkan dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat

mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.

- 6) Menikmati kesenangan dalam keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

c. Tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani

Di dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 Tahun 2006 dijelaskan bahwa, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- 5) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

2. Hakikat Permainan Sepakbola

a. Pengertian sepakbola

Sepakbola merupakan olahraga yang paling populer di masyarakat. Hal ini tentunya banyak digemari oleh anak-anak usia sekolah dasar. Hal ini terlihat dari pelajaran sepak bola merupakan materi ajar wajib di mata pelajaran Penjasorkes di sekolah. Muhdhor, (2013:9) mengemukakan bahwa sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Menurut (Suseitom Tarukbua, 2014) bahwa sepakbola merupakan salah satu permainan yang banyak digemari banyak orang, baik dari kalangan bawah, menengah maupun kalangan atas. Sedangkan menurut Mellius Ma'u & J. Santoso (2014:11) Bentuk lapangan sepakbola adalah persegi panjang. Dalam peraturan yang sesungguhnya, lapangan standar sepakbola berukuran 100-110 meter, lebar 64-75 meter. Menurut Muhdhor (2013:9) Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Sepakbola dalam pendidikan jasmani adalah sebagai mediator untuk mendidik anak agar berkembang kemampuan kognitif, afektif, psikomotor, dan sosialnya. Tujuan dari permainan sepakbola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin, dan berusaha

mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain menguasai teknik-teknik dasar *passing* dalam permainan sepakbola. Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang bertujuan memasukkan bola ke gawang lawan.

Permainan sepakbola dalam keterampilan seseorang sangat penting. Dalam permainan sepakbola pergerakan bola dan pemain harus berlangsung dengan cepat. Seorang pemain sepakbola harus memiliki keterampilan yang baik. Baik buruknya keterampilan sepakbola seseorang dapat dilihat dari teknik-teknik dasar sepakbola yang dikuasai. Yang perlu diperhatikan oleh pemain adalah terus bergerak mencari tempat, mengumpan bola dan bergerak lagi. Oleh karena itu, keterampilan teknik mutu tinggi merupakan gerak yang sangat spesifik yang harus dikuasai oleh para pemain. Tujuan

pengulangan adalah sehingga pemain menjadi hafal dan terbiasa melakukan koordinasi gerakan secara akurat.

Keterampilan teknik yang dimaksud disini antara lain mengiring bola, mengoper bola serta keterampilan menembak bola termasuk gerak tipu yang menjadi ciri pemain sepakbola. Dikarenakan keterampilan teknik yang bermutu tinggi merupakan kemampuan gerak yang sangat spesifik yang menjadi ciri suatu ke cabang olahraga khususnya olahraga sepakbola yang lebih mengedepankan tentang keterampilan, kecepatan dan kerjasama tim dalam lapangan. Hal ini sangat dibutuhkan agar pemain dan pelatih mendapatkan hasil yang diinginkan yaitu kemenangan. Perlu diketahui bahwa tanpa beberapa aspek yang disebutkan tadi pemain tidak akan mendapatkan apa yang diinginkan karena semuanya butuh proses dan latihan yang serius dimana pemain dan pelatih harus bekerjasama artinya pemain harus mendengar arahan dari seorang pelatih. Seorang pelatih merupakan tulang punggung kekuatan sebuah tim. Perannya sangat dibutuhkan para pemain, khususnya dalam sebuah pertandingan.

Dari beberapa pendapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik merupakan hasil dari proses belajar gerak yang diproses dan dikembangkan kedalam suatu pola gerak yang terkoordinasi, terorganisasi dan terpadu untuk mendapatkan penampilan yang

maksimal. Adapun teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai oleh pemain antara lain sebagai berikut :

b. Teknik Dasar Sepakbola

Teknik dasar merupakan rangkaian gerak atau gabungan dari beberapa gerakan sehingga menjadi suatu rangkaian gerak yang berkesinambungan. Adapun teknik- teknik dasar yang menjadi pondasi untuk bermain sepakbola adalah:

1) *Dribble* (Menggiring)

Menggiring bola adalah keterampilan individu yang sangat penting untuk dikuasai, karena dengan menggiring yang bagus akan dapat dengan mudah menerobos pertahanan lawan (Wargadinata, 2013).

2) *Heading* (Menyundul)

Teknik dasar menyundul bola adalah upaya seorang pemain untuk menguasai bola dengan kepala (Wargadinata, 2013). Teknik dasar ini memiliki kedudukan yang penting bagi pemain yang mungkin memiliki postur tubuh yang tinggi sehingga untuk memanfaatkan bola atas menjadi sangat mudah.

3) *Stop Ball* (Menghentikan Bola/mengontrol)

Teknik ini sangat membantu sebelum dapat menguasai bola, apabila bola datang terlebih dahulu pemain harus dapat menghentikan bola. Kemampuan menghentikan bola adalah untuk meredam laju bola apabila pemain ingin mendapatkan

bola sehingga bola tersebut tidak terpantul terlalu jauh. Ada beberapa teknik untuk dapat menghentikan bola yaitu dengan menggunakan kaki, paha, dada (Wargadinata, 2013).

4) *Passing* (Mengoper bola) dan *Shooting* (Menembak)

Passing atau mengoper bola adalah ciri paling dominan dari permainan sepakbola, dengan menggunakan teknik ini alur atau pergerakan dari permainan dapat terlihat. Teknik *passing* dapat dilatih dengan menguji ketepatan sasaran dengan memberikan bola kepada pemain lain dengan gerakan menendang bola menggunakan kaki. Begitu pun dengan *shooting* atau menendang bola teknik ini gerakannya hampir sama dengan teknik *passing* namun bedanya teknik *shooting* ini lebih diarahkan kepada gawang dan menggunakan tenaga yang lebih besar (Wargadinata, 2013).

3. Fasilitas, Alat, dan Perlengkapan

Setiap cabang olahraga memang secara khusus mempunyai fasilitas, alat-alat, dan perlengkapan tertentu. Oleh karena itu kiranya perlu disajikan macam-macam alat perlengkapan yang telah diatur dalam peraturan permainan sepakbola. Uraian berikut berisi mengenai hal-hal tersebut diatas.

a. Lapangan



Gambar 1. Ukuran Lapangan Sepak Bola

Sumber: https://id.wikipedia.org/wiki/Lapangan_sepak_bola

Lapangan sepakbola berbentuk persegi panjang, panjangnya antara 91.8 m – 120 m, dan lebarnya antara 46.9 m – 91.8 m. (untuk pertandingan Internasional panjang lapangan 100 m – 110 m dan lebarnya antara 64.26 m – 73.44 m).

b. Pembatas Lapangan

Lapangan permainan dibatasi dengan garis yang jelas lebarnya tidak lebih dari 15 cm. Bendera sudut lapangan tidak kurang dari 15 m, dan diletakan pada keempat sudut lapangan. Titik tengah lapangan ditandai dengan titik yang jelas dan dikelilingi lingkaran tengah dengan jari-jari 9.15 m.

c. Kotak Gawang

Di setiap ujung lapangan harus digambar 2 garis yang sejajar dengan garis gawang, sejajar dengan lebar lapangan. Daerah yang berada didalam garis-garis ini dinamakan daerah gawang. Pada setiap ujung lapangan digambar dua garis dengan panjang lapangan dan berjarak masing-masing 16.5 m dari tiang gawang. Garis-garis ini disatukan oleh sebuah garis lain yang sejajar dengan lebar panjang. Daerah yang diapit oleh garis ini disebut daerah tendangan hukuman.

d. Bola

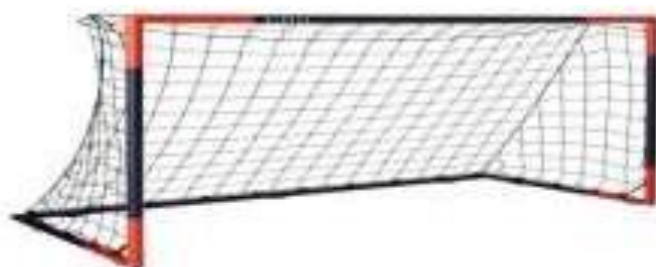


Gambar 2. Bola

Sumber: <https://id.depositphotos.com/1115652/stock-photo-football-soccer-ball.html>

Bola harus bulat terbuat oleh kulit, bola dalamnya terbuat dari karet atau bahan lain yang semacam. Bola tidak boleh terbuat dari bahan yang membahayakan pemain. Keliling bola tidak boleh lebih dari 71 cm dan tidak kurang dari 68 cm. Berat bola antara 410 g – 450 g. Tekanan udara antara 0.6 – 1.1 atmosfer.

e. Gawang



Gambar 3. kerangka Gawang

Sumber: https://id.wikipedia.org/wiki/gawang_sepak_bola

Gawang diletakkan ditengah garis gawang, terdiri dari dua tiang tegak, membentuk garis lurus dengan kedua garis sudut dan lebarnya 73.2 m dihubungkan dengan sebuah tiang horizontal yang tingginya 2.44 m. Tiang gawang terbuat dari kayu, besi, bahan yang telah disetujui oleh badan internasional fifa.

f. Perlengkapan Pemain

Pemain-pemain hendaknya memakai kostum yang bernomor di dada dan di punggung. Dalam permainan, pemain diharuskan memakai sepatu sepak bola.

4. Ketepatan

Menurut Anam (2013:79). Ketepatan adalah kemampuan untuk mengerahkan suatu gerak ke sasaran yang akan dituju.sasaran ini bisa jadi suatu jarak atausuatu objek yang akan dikenakan salash satu bagian tubuh. Ketepatan sangat diperlukan pada permainan sepak bola seperti saat mengoper, melempar, *heading*, dan *shooting*. Wahjoedi (Palmizal, 2011:143) menyatakan bahwa akurasi adalah kemampuan tubuh atau

anggota tubuh untuk mengarahkan sesuatu sesuai dengan sasaran yang dikehendaki. Artinya saat tubuh melakukan suatu gerakan seperti memukul bola dalam tenis atau *shooting* dalam sepakbola tentu sangat membutuhkan akurasi, sebab kalau tidak akurat maka hasilnya tentu tidak sesuai dengan yang diharapkan. Sementara itu Sikumbang, dkk., (Palmizal, 2011:143) mengemukakan bahwa ketepatan (*accuracy*) adalah kemampuan seseorang mengontrol gerakan-gerakan *volunter* untuk tujuan. Seperti dalam pelaksanaan *shooting* bola basket, menendang bola ke arah gawang, panahan, golf, dan lain-lain. Hal senada diungkapkan oleh Moeslim (Palmizal, 2011:143) bahwa ketepatan (*accuracy*) diartikan sebagai kemampuan seseorang melakukan gerakan-gerakan *volunter* untuk suatu tujuan. Gerakan *volunter* dimaksudkan disini adalah gerakan merubah arah untuk menempatkan posisi yang pas, sehingga sasaran yang diharapkan tercapai.

Berdasarkan pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ketepatan adalah kemampuan dalam melakukan gerak ke arah sasaran tertentu dengan melibatkan beberapa faktor pendukung dan terkoordinasi dengan baik secara efektif dan efisien.

Akurasi merupakan kedekatan antara nilai yang terukur, nilai rata-rata hasil analisis dengan nilai yang diterima sebagai nilai sebenarnya, baik nilai konveksi, nilai sebenarnya, ataupun nilai rujukan. Menurut poerwadarminta (nasuha, 2014: 7), “kata dasar dari ketepatan adalah tepat berarti betul atau lurus (arahnya, jurusnya). Kena benar (kepada

sasaranya, tujuanya, maksudnya), dan persis, tak selisi sedikit juga, tak kurang dan tak lebih. Jitu (tentang aturan, tindakan)”. Hal serupa juga dijelaskan sajot (dalam nasuha, 2014:8), “akurasi atau ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerakan-gerakan bebas terhadap suatu sasaran”. Selain itu, suharno (dalam nasuha, 2014:8),” Akurasi atau ketepatan kemampuan dari seseorang untuk mengarahkan bola pada posisidan arah yang sesuai dengan situasi yang dihadapi atau dikehendaki”.

Faktor yang mempengaruhi akurasi atau ketepatan menurut sukadiyanto (dalam nasuha,2014: 9), “ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan atau akurasi, antara lain tingkat kesulitan, pengalaman, jenis keterampilan, perasan dan kemampuan mengantisipasi gerak. Begitu juga menurut suharno (dalam nasuha,2014: 9), bahwa faktor-faktor penentu baik tidaknya ketepatan (*accuracy*) ialah:

- a. Koordinasi tinggi berarti ketepatan tinggi, korelasinya sangat positif
- b. Besar dan kecilnya (luas dan sempit) sasaran.
- c. Ketajaman indra dan pengatur syaraf.
- d. Jauh dan dekatnya bidang sasaran.
- e. Penguasaan teknik yang benar akan mempunyai sumbangan terhadap ketepatan mengarahkan gerak.
- f. Cepat lambatnya gerkan yang dilakukan.
- g. Feeling dari anak latihan serta ketelitian.
- h. Kuat dan lemahnya suatu gerakan.

Tujuan dari pentingnya ketepatan sasaran tendangan yaitu untuk mengoptimalkan sebaik mungkin setiap peluang yang tercipta pada saat pertandingan sepak bola. Manfaat dari peningkatan ketepatan sasaran akan memudahkan pemain untuk membuat gol sebanyak mungkin kegawang dan memenangkan suatu pertandingan.

Menurut pengertian para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa akurasi adalah kemampuan seseorang untuk mengerahkan suatu benda ke sasaran yang sesuai dengan tujuan yang diinginkan. ketepatan tendangan permainan sepak bola dapat diartikan kemampuan aktifitas seseorang untuk menendang atau menempatkan bola kearah tertentu sesuai dengan keinginan. Ketepatan atau akurasi merupakan komponen yang sangat penting dalam permainan sepak bola, disamping unsur-unsur yang lainnya. Jadi unsur akurasi perlu dilati karena sangat dibutuhkan dalam mencapai keterampilan yang optimal.

5. Teknik *Passing* dalam Sepakbola

Pengertian *Passing* Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan beregu. Tim sepakbola terdiri dari 10 pemain lapangan dan satu penjaga gawang. Teknik dasar dalam permainan sepakbola terdiri dari *passing*, *dribbling*, *heading* dan *shooting*. Definisi *passing* (Komarudin, 2011:3) adalah proses mendorong bola dengan bagian kaki tertentu kepada kawan. Tujuan utama dari *passing* adalah mengalirkan bola agar tercipta peluang untuk mencetak gol serta agar pemain lawan tidak mudah merebut penguasaan

bola karena bola terjauhkan dari lawan dengan *passing*. Mielke dalam gung, Dkk (2018:3) *Passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain, *passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh juga bisa digunakan.

Keterampilan dasar *passing* merupakan hal penting yang menghubungkan kesebelas pemain dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Keterampilan mengoper bola (*Passing*) yang kurang baik akan mengakibatkan lepasnya bola dari pemain dan membuang kesempatan untuk menciptakan gol.

Menurut Luxbacher (2011:11) operan bola dibedakan menjadi dua yaitu mengoper saat bola ada di permukaan lapangan dan mengoper bola saat melayang di udara. Mengoper pada saat bola berada di atas permukaan lapangan akan lebih mudah dibandingkan mengoper bola saat bola di udara. Teknik mengoper (*Passing*) bola di atas permukaan menurut Luxbacher (2011:11) meliputi tiga teknik yaitu *Inside-of-the-Foot* (dengan), *Outside of-the-Foot* (dengan kaki bagian samping luar), dan *Instep* (dengan kura-kura kaki). *Inside-of-the-Foot* merupakan keterampilan mengoper bola yang paling dasar yang harus dimengerti dan dikuasai seorang pemain sepakbola. Teknik *passing* ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 *yard*. Teknik ini dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

Tabel 1. Teknik passing inside-of-the-foot

Persiapan	Pelaksanaan	<i>Follow through</i>
1. Berdiri menghadap target 2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola 3. Arahkan kaki ketarget 4. Bahu dengan pinggul lurus dengan target 5. Tekukan sedikit lutut kaki 6. Ayunkan kaki yang akan menendang kebelakang 7. Tempatkan kaki dalam posisi menyamping 8. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan 9. Kepala tidak bergerak 10. Fokus pada perhatian bola	1. Tubuh berada diatas bola 2. Ayunkaki yang akan menendang kedepan 3. Jaga kaki agar tetap lurus 4. Tending bagian tengah bola dengan bagian samping dalam	1. Sentakkan kaki lurus kedepan. 2. Berat badan dipindahkan kedepan diatan bantalan kaki yang menahankeseimbangan. 3. Sempurnakan gerakan akhirnya. 4. Kaki yang menendang naik setinggi pinggang atau lebih tinggi lagi.

Sumber (luxbacher,2011:12)

Maka pada tabel.1. dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 4. Teknik passing inside-of-the-foot

Sumber: <http://dihujungpen.blogspot.com/2013/02/teknik-menendang-bola.html>

Teknik Operan (*Passing*) *Outside-of-the-Foot* merupakan teknik *passing* yang biasa dilakukan saat pemain harus melakukan operan sambil menggiring bola dengan kecepatan tinggi, atau saat pemain ingin mengoper bola secara diagonal kearah kanan atau kiri. Teknik ini digunakan untuk menggerakkan bola pada jarak pendek atau menengah.

6. Media Gawang Kecil

Beberapa orang pada umumnya memiliki pemikiran yang luas dan kreatif dalam memecahkan sebuah masalah yang bertujuan untuk meningkatkan sumber daya manusia, dengan salah satunya dengan membuat media atau alat bantu untuk memudahkan setiap permasalahan yang muncul, contohnya untuk membantu

meningkatkan ketepatan sasaran tendangan, penulis membuat alat atau media berupa gawang kecil

Karakteristik Media Gawang Kecil

Jarak yang digunakan dalam melakukan *passing* dengan media gawang kecil yaitu dengan jarak 8 meter.



Gambar 5. media gawang kecil

Sumber: Foto buatan sendiri

Keterangan Gambar:

Tinggi : 75 cm.

Lebar : 75 cm.

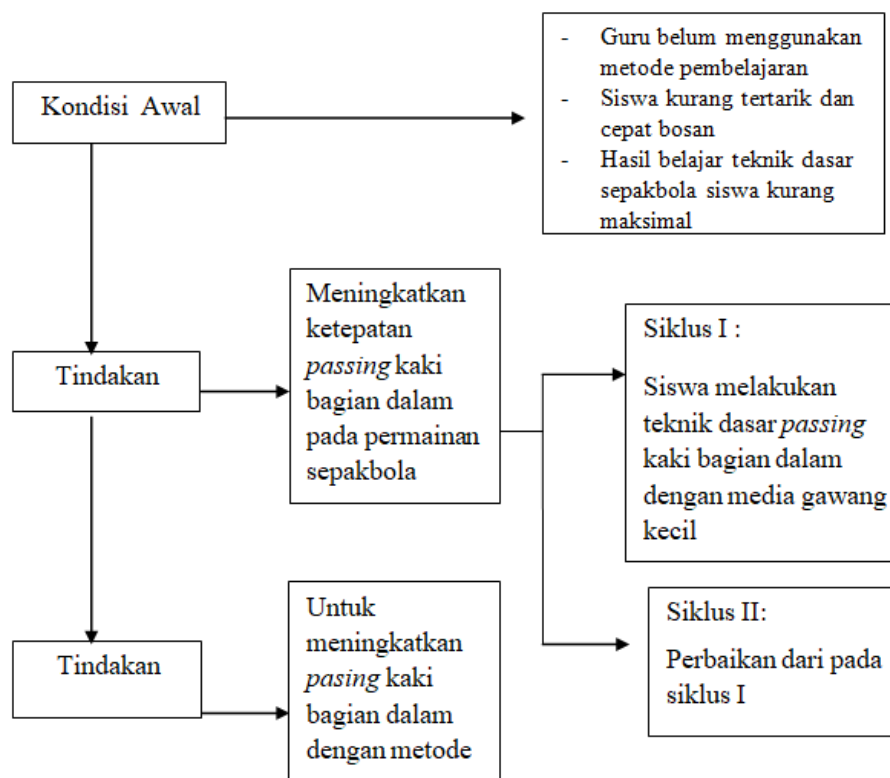
Bahan : pipa atau kayu.

C. Hipotesis Tindakan

Kerangka berpikir adalah model (gambar) berupa konsep tentang hubungan antara variabel satu dengan berbagai faktor lainnya. Arti dari definisi di atas bahwa kerangka berfikir merukan gambaran tentang konsep

bagaimana suatu variabel memiliki hubungan dengan variabel lainnya. Bagaimana faktor-faktor dalam penelitian tersebut dapat saling berhubungan.

Alur kerangka pemikiran dalam penelitian ini secara skematis dapat dilihat pada skema dibawah ini:



Gambar 6. Skema kerangka berfikir

Berdasarkan kajian pustaka yang dituangkan dalam kerangka berfikir, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “dengan penerapan gawang kecil maka dapat meningkatkan ketepatan passing pada siswa kelas V SDIT Robbani Kendal”.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan yang berbasis kelas (*Classroom Action Research*) yang bersifat deskriptif dan bertujuan untuk meningkatkan ketepatan siswa dalam *passing* bagian dalam pada pembelajaran sepakbola dengan menggunakan media gawang kecil pada siswa kelas V SDIT Robbani Kendal. Wiriadmadja (2010:221) mengemukakan “Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*)” bukan objektivitas yang dituju, melainkan subjektivitas sistematis yang mengarah kepada paradigma baru untuk mengkonstruksikan wacana dan analisis alternatif.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) sebagai suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif, partisipatif, dan kolaboratif, yang memiliki tujuan untuk melakukan perbaikan sistem, metode kerja, isi, kompetisi, dan situasi.

B. Setting Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat.

Menurut Kunandar dalam Mulia dan Suwarno (2016:2) PTK merupakan penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru sekaligus sebagai peneliti dikelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan tindakan secara kolaboratif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan kualitas proses pembelajaran kelas melalui suatu tindakan tertentu dalam suatu siklus Penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas. Menurut Direktorat Pembinaan Tenaga Kependidikan dan Tenaga Ketenagaan Perguruan Tinggi (2005:1.5) meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah dapat ditempuh melalui berbagai cara, antara lain meningkatkan bekal awal siswa baru, peningkatan kompetensi guru, peningkatan isi kurikulum, peningkatan kualitas pembelajaran, dan penilaian hasil belajar. Penyediaan bahan ajar yang memadai, dan penyediaan sarana belajar. Dari semua cara tersebut peningkatan kualitas hasil pembelajaran melalui peningkatan kualitas pendidik menduduki posisi yang sangat strategis dan akan berdampak positif.

C. Variabel dan Indikator Keberhasilan Tindakan

Sesuai dengan prosedur penelitian, teknik pengumpulan data dapat berupa tes maupun non tes. Alat yang digunakan misalnya lembar *observation* guru dan siswa.

1. *Tes*. Merupakan instrumen utama penelitian yang digunakan di dalam mengumpulkan data untuk mengukur hasil ketepatan *passing* siswa

dalam pembelajaran sepakbola dengan menggunakan media gawang kecil.

2. *Observasi*. Dilakukan untuk mengetahui proses pembelajaran di lapangan berlangsung dengan mengamati keaktifan dan permasalahan siswa dalam pembelajaran.
3. *Dokumentasi*. Dilakukan untuk memperoleh data tentang ketepatan passing siswa dalam pembelajaran. Dokumentasi juga digunakan untuk mengumpulkan data melalui foto kegiatan guru dan siswa.

D. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah: tempat dan peristiwa atau kejadian, serta arsip, dan dokumen.

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDIT Robbani Kendal, sejumlah 24 terdiri dari 13 putra dan 11 putri. Subjek penelitian ini mempunyai ketepatan *passing* yang berbeda-beda yakni ada sebagian siswa yang mempunyai ketepatan *passing* sedang, rendah, serta sangat rendah sehingga jika siswa kelas V dirata-rata berkemampuan rendah.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SDIT Robbani Kendal Kecamatan Kendal Kabupaten Kendal.

3. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2022 - Juni 2022.

E. Teknik dan Instrument Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara:

a. Teknik tes

Tes merupakan instrumen utama penelitian yang digunakan di dalam mengumpulkan data untuk mengukur hasil ketepatan *passing* siswa dalam pembelajaran sepakbola dengan menggunakan media gawang kecil pada siswa kelas V SDIT Robbani Kendal menggunakan media gawang kecil, Tes yang diberikan berupa praktek.

NO	Indikator penelitian	Hasil Penelitian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Sikap Awalan			
2	Sikap pelaksanaan			
3	Sikap akhir			
Skor Maksimal				

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor perolehan}}{\sum \text{skor maksimal}} \times 100\%$$

b. Teknik Observasi

Dilakukan untuk mengetahui proses pembelajaran di lapangan berlangsung dengan mengamati keaktifan dan permasalahan siswa dalam pembelajaran

c. Teknik Dokumentasi

Kegiatan dokumentasi dilakukan untuk memperoleh data tentang ketepatan *passing* siswa dalam pembelajaran sepakbola siswa kelas V SDIT Robbani Kendal, juga digunakan untuk mengumpulkan data melalui foto kegiatan guru dan siswa.

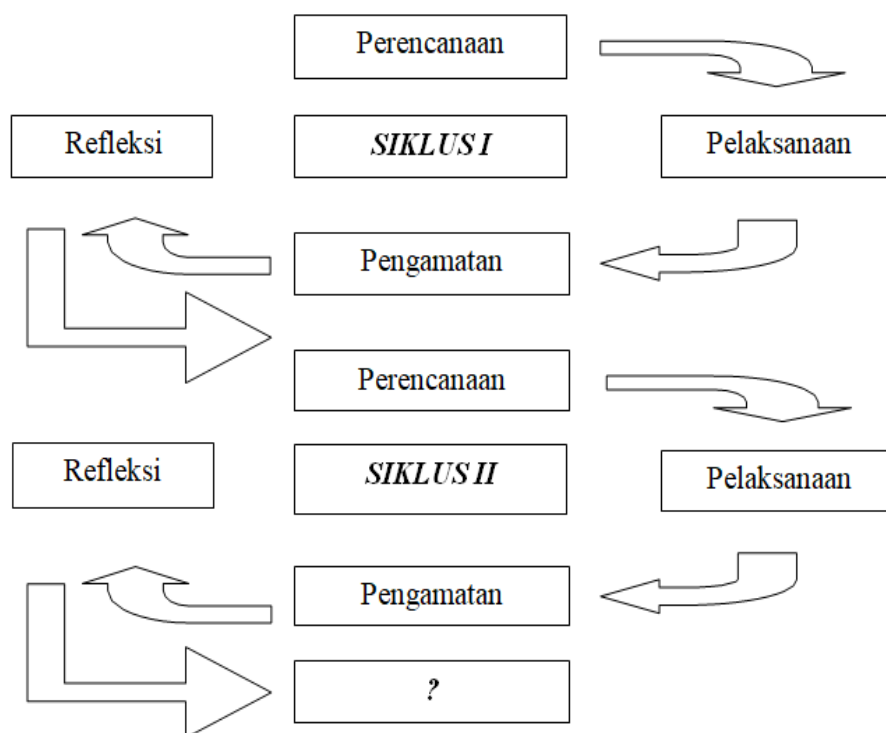
2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian. Instrumen memegang peranan penting dalam menentukan mutu dalam suatu penelitian. Data yang terkumpul dengan menggunakan instrumen tertentu akan dideskripsikan dan dilampirkan atau digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam suatu penelitian.

Adapun instrumen yang digunakan yaitu: lembar observasi, tes ketepatan *passing* .

F. Prosedur Penelitian

Secara garis besar model penelitian tindakan kelas (PTK) terbagi atas empat tahapan yang lazim dilalui, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Adapun model dan penjelasan untuk masing-masing tahap adalah sebagai berikut:



Gambar 7. Siklus PTK

Sumber: Arikunto (2010:16)

Penelitian ini dilaksanakan secara bersiklus, yaitu siklus yang satu dengan yang lainnya merupakan rangkaian yang saling berkaitan. Untuk memecahkan permasalahan maka dilakukan perencanaan tindakan dan observasi pelaksanaan, direfleksi untuk mengetahui hasil pelaksanaan tindakan. Adapun tahap pelaksanaan penelitian sebagai berikut:

1. Siklus I

Siklus ini terbagi atas 4 tahap, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap pengamatan dan tahap refleksi.

a. Tahap Perencanaan

- 1) Mempersiapkan peralatan dan perlengkapan yang diperlukan

dalam melakukan kegiatan termasuk RPP.

- 2) Mempersiapkan bahan dan alat peraga.
- 3) Menjelaskan pokok-pokok materi pembelajaran tentang teknik passing dengan pada permainan sepak bola dengan baik dan benar
- 4) Menjelaskan tujuan khusus pembelajaran yang harus dicapai
- 5) Menyusun alat tes dan evaluasi selanjutnya

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Memberikan apersepsi
- 2) Menyiapkan bahan ajar
- 3) Menjelaskan materi pembelajaran tentang teknik passing dengan pada permainan sepak bola dengan baik dan benar
- 4) Memberikan evaluasi yang telah di lakukan

c. Tahap Observasi

Selama kegiatan proses pembelajaran, teman sejawat mengamati pelaksanaan latihan teknik passing dengan pada permainan sepak bola, serta keterampilan guru mengamati dan mengawasi proses belajar gerak, sehingga siswa tidak bebas dari proses pembelajaran permainan sepak bola.

d. Tahap Refleksi

Dari data yang terkumpul selanjutnya didiskusikan oleh peneliti dengan teman sejawat untuk mengukur keberhasilan tindakan pada siklus 1. Dari hasil data diatas di temukan banyak

kelemahan, maka dicari solusi perbaikan untuk ditindak lanjuti pada siklus berikutnya.

Ket:

Apabila pada siklus satu belum mencapai nilai yang baik/memuaskan/proses pembelajaran belum efektif, maka setelah refleksi siklus pertama, dilanjutkan pada siklus kedua untuk memperoleh hasil yang lebih baik, dan seterusnya jika hasil belum memuaskan.

2. Siklus II

Siklus II merupakan perbaikan dari siklus I. Peneliti mengevaluasi hasil dan proses pembelajaran di siklus I dan merefleksi kembali hal-hal apa atau tindakan penelitian selanjutnya, sehingga dapat terjadi peningkatan pembelajaran teknik dasar bermain sepakbola dari siklus I ke siklus II.

G. Teknik Analisa Data

Analisis data hasil penelitian mengenai peningkatan ketepatan *passing* siswa dalam pembelajaran sepakbola dengan menggunakan media gawang kecil pada siswa kelas V SDIT Robbani Kendal, digunakan analisis kuantitatif. Data hasil tes ketepatan teknik dasar bermain bola pada siklus pertama dan kedua dianalisis secara kuantitatif, dan didukung hasil observasi. Selanjutnya menghitung nilai rata-rata hasil tes atau evaluasi hasil belajar. Pengujian hipotesis tindakan bahwa dengan melalui media gawang kecil, ketepatan *passing* dari hasil belajar teknik dasar bermain sepakbola

meningkat, dilakukan dengan cara membandingkan nilai rata-rata hasil tes antara siklus I dan siklus II didukung oleh hasil observasi. Pemberian tes tertulis perindividu dibuat dalam bentuk persentase (%), yang digunakan untuk menentukan posisi belajar yang dicapai masing-masing siswa.

Berikut ini merupakan uraian tentang analisis data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif berupa hasil belajar, dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dengan menggunakan ketuntasan belajar dan mean (rata-rata) kelas. Dengan demikian nilai ketuntasan belajar siswa diperoleh melalui rumus sebagai berikut:

1. Kemampuan (kognitif):

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{ skor perolehan}}{\sum \text{ skor maksimal}} \times 100\%$$

2. Sikap (Afektif)

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{ skor perolehan}}{\sum \text{ skor maksimal}} \times 100\%$$

3. Tes untuk kerja (Psikomotor):

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{ skor perolehan}}{\sum \text{ skor maksimal}} \times 100\%$$

4. Nilai Akhir:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{Kognitif} + \sum \text{Afektif} + \sum \text{Psikomotor}}{3} \times 100\%$$

Indikator keberhasilan penelitian tindakan kelas ini adalah terjadinya peningkatan pembelajaran sepakbola siswa menggunakan media gawang kecil pada sisiwa kelas V SDIT Robbani Kendal. Menurut Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan oleh pihak sekolah, standar ketuntasan minimal untuk tiap individu yaitu nilai 75, dan mencapai tuntas secara klasikal 80% dari jumlah siswa kelas V SDIT Robbani Kendal.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Tinjauan Historis SDIT Robbani Kendal

Sekolah Dasar Islam Terpadu Robbani Kendal merupakan sekolah yang berada di bawah naungan Yayasan Robbani yang bergerak dalam bidang dakwah, sosial, dan pendidikan Islam. Yayasan Robbani memiliki beberapa satuan pendidikan/instansi pendidikan, mulai dari Taman Kanak- Kanak Islam Terpadu (TKIT), Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT), dan Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu (SMPIT).

Sekolah Dasar Islam Terpadu Robbani Kendal adalah sekolah dasar yang memiliki ciri keIslaman yang dipadukan dengan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sebagai sekolah yang berciri khas Islam Terpadu, SDIT Robbani menawarkan program pendidikan yang pada umumnya sangat diperlukan dalam membentuk peserta didik berakhlak mulia sesuai dengan ajaran agama Islam. SDIT Robbani berdiri pada tanggal 23 Juli 2003. Bermula dari keprihatinan para pendiri terhadap pendidikan bagi anak usia sekolah dasar yang berada di wilayah Kendal, yang mana di sekitar wilayah kota Kendal belum ada sekolah alternatif untuk mengembangkan pendidikan karakter bagi anak didik, maka para pendidik ingin memberikan kontribusi pendidikan di wilayah kota

Kendal. Dengan latar belakang tersebut di atas, maka berdirilah Sekolah Dasar Islam Terpadu Robbani.

Perkembangan SDIT Robbani sejak awal hingga sekarang tidak lepas dari upaya tokoh-tokoh masyarakat sekaligus sebagai pengelola dan peletak ide, serta segala upaya yang mereka sumbangkan baik moril maupun materil.

Para pendiri SDIT Robbani Kendal adalah :

- a. Syamsudin, S.Sos
- b. H. Mukhlas Abror, S.A.g S.Pd
- c. Nandang Hermawan
- d. Afifudin, S.Pd
- e. M. Sofyan
- f. Umi Kalsum, A. Md
- g. Siti Nurjanah, S.Pd.I
- h. Ihsan Musthofa
- i. Imam Setiawan, SE.Akt

Kehadiran SDIT Robbani di tengah-tengah masyarakat dimaksudkan untuk memberikan pendidikan alternatif untuk putra putrinya agar mendapatkan pendidikan yang menyeluruh atau integral yang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

2. Letak Geografis SDIT Robbani Kendal

SDIT Robbani Kendal terletak di Perum Griya Asri No. 23 RT 03 RW V Langenharjo Kendal, Telp. (0294)381016, dengan luas wilayah 726 m². Lokasi tersebut merupakan lokasi yang strategis, karena berada di tengah-tengah perumahan masyarakat, sehingga mudah dijangkau dan merupakan tempat yang nyaman dan tenang untuk belajar sehingga proses pembelajaran dapat berjalan secara kondusif.

3. Keadaan Sarana dan Prasarana SDIT Robbani Kendal

Proses pembelajaran tidak akan berlangsung dengan baik, manakala tidak didukung dengan kualitas yang memadai sebagai sarana dan prasarana pendukung pembelajaran. Oleh karena itu SDIT Robbani Kendal mempunyai beberapa sarana dan prasarana pendukung dalam proses pembelajaran, yaitu :

- a. Ruang kelas yang bersih dan nyaman
- b. Perpustakaan
- c. Laboratorium komputer full AC
- d. Arena bermain dan berolah raga
- e. Koperasi sekolah
- f. Musholla
- g. Ruang serba guna
- h. Alat peraga penunjang kegiatan belajar mengajar (KBM) yang lengkap,dll.

4. Visi, Misi dan Tujuan SDIT Robbani Kendal

a. Visi

Mewujudkan lingkungan sekolah yang kondusif dalam upaya menjadikan siswa-siswi yang berakhlaq karimah dan berprestasi akademik yang optimal dan mampu melakukan perubahan bagi lingkungannya kearah kehidupan yang Islami berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Rosul.

b. Misi

Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi pada kualitas baik secara keilmuan, kematangan emosional dan sosial, aqidah dan moral sehingga mampu menyiapkan dan mengembangkan sumber daya insani yang berkualitas IPTEK dan IMTAQ.

c. Tujuan SDIT Robbani Kendal

Pendidikan sebagai sarana untuk meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas untuk menyongsong masa depan, mempunyai peran penting dan strategis. Untuk mewujudkan hal tersebut, lembaga pendidikan dituntut untuk dapat mengembangkan dan membenahi tujuan-tujuan pendidikannya yang sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin hari semakin maju. Oleh karena itu, SDIT Robbani Kendal sebagai lembaga pendidikan yang menyiapkan sumber daya

manusia tentu tujuannya sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

B. Hasil Penelitian dan Analisis Data

1. Deskripsi Data

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan untuk mengetahui kondisi kelas, ditemukan permasalahan seperti rendahnya ketepatan *passing* peserta didik pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi sepakbola. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi maka peneliti mencari solusi atas rendahnya hasil ketepatan *passing* peserta didik untuk meningkatkan hasil ketepatan *passing* pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pada materi sepakbola. Media pembelajaran yang dipilih adalah media pembelajaran gawang kecil

2. Penyusunan Rencana Tindakan

Rencana tindakan disusun berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan. Penerapan media pembelajaran gawang kecil ini dilakukan dalam dua siklus. Siklus I dan siklus II dilaksanakan masing-masing 1 kali pertemuan (3 x 45 menit) dan setiap pertemuan terakhir adalah tes. Materi pada pembelajaran siklus 1 dan 2 adalah, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan *passing* dengan permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan konsep dasar melakukan *passing* dengan target gawang kecil, dua orang pemain A dan B berdiri saling berhadapan-hadapan dengan jarak 8 meter pemain A melakukan *passing*

dengan target kegawang kecil kemudian pemain B kontrol bola dan melakukan *passing* yang sama dengan target kegawang kecil. Tahap pelaksanaan ini merupakan penerapan dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan.

Waktu penelitian ditentukan semester genap tahun ajaran 2021/2022. Siklus 1 pertemuan pertama pada tanggal 03 Mei 2022 dan pertemuan kedua tanggal 04 Mei 2022, dan siklus 2 pertemuan pertama pada tanggal 11 Mei 2022 dan pertemuan kedua pada tanggal 12 Mei 2022.

Penelitian ini dilaksanakan dengan beberapa tahap yaitu: siswa dibagi ke dalam kelompok asal secara heterogen, siswa dibagi ke dalam sub materi kemudian pembelajaran peserta didik dengan sub materi yang sama berkumpul menjadi kelompok ahli dan berdiskusi mengenai materi mereka, kelompok ahli diberikan materi sesuai materi yang didapatkan, peserta didik kembali ke kelompok asal dan masing-masing peserta didik secara bergantian menjelaskan sub materi yang telah dipelajari dalam kelompok ahli, kelompok asal di berikan soal atau tugas untuk dikerjakan kemudian dipraktekkan di lapangan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Tahapan tersebut dilaksanakan pada siklus 1 dan siklus 2 akan dipraktekkan.

Sebelum pembelajaran pada siklus 1 dilaksanakan, pendidik menjelaskan pada peserta didik terlebih dahulu bahwa pembelajaran akan menggunakan media pembelajaran gawang kecil. Perencanaan tersebut

kemudian disusun dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) disusun dengan format kurikulum 2013 dan menjadi pedoman Pelaksanaan pembelajaran pada siklus 1 dan siklus 2.

3. Laporan Siklus 1

Pertemuan Pertama

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi sepakbola dengan menerapkan metode pembelajaran gawang kecil pada siklus 1 dilaksanakan dalam dua kali pertemuan yang berlangsung selama 3 jam pembelajaran (3X45 menit). Siklus 1 pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2022, materi pada siklus 1 adalah, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan passing dengan permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan konsep dasar melakukan *passing* dengan target gawang kecil, dua orang pemain A dan B berdiri saling berhadapan- hadapan dengan jarak 8 meter pemain A melakukan *passing* dengan target kegawang kecil kemudian pemain B kontrol bola dan melakukan *passing* yang sama dengan target kegawang kecil. Tahapan dilaksanakan pada siklus 1 sebagai berikut:

a. Perencanaan Tindakan

Pada tahap ini mempersiapkan pembelajaran yang dilaksanakan dengan menggunakan media pembelajaran gawang kecil. Adapun persiapan yang dilakukan dalam tahap ini terdiri dari:

- 1) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang sesuai dengan kurikulum 2013

- 2) Menyiapkan pedoman observasi dan lembar observasi untuk mengamati dan menilai aktivitas peserta didik
- 3) Menyiapkan catatan lapangan untuk mencatat berita acara pelaksanaan pembelajaran
- 4) Membuat kelompok asal yang terdiri dari 5 peserta didik secara acak, membagi peserta didik ke dalam sub materi untuk membentuk kelompok ahli yang terdiri dari 1 sub materi yakni, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan passing dengan permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan konsep dasar melakukan *passing* dengan target gawang kecil, dua orang pemain A dan B berdiri saling berhadapan-hadapan dengan jarak 8 meter pemain A melakukan *passing* dengan target kegawang kecil kemudian pemain B kontrol bola dan melakukan *passing* yang sama dengan target kegawang kecil.
- 5) Menyiapkan soal kelompok untuk menunjang pembelajaran dengan media pembelajaran gawang kecil.
- 6) Menyiapkan tanda pengenalan untuk setiap peserta didik.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pada pelaksanaan tindakan Siklus 1 yang dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 jam pelajaran (3 X 35 menit) dengan materi menjelaskan dan mempraktekkan teknik dasar permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan teknik dasar ketepatan *passing* pada permainan sepakbola. Tahap pelaksanaan ini

merupakan penerapan dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan. Pada pelaksanaan siklus 1 ini peserta didik yang hadir dalam pembelajaran siklus 1 berjumlah 24 peserta didik, penerapan dari RPP tersebut sebagai berikut:

1) Kegiatan Pendahuluan

- a) Pendidik mengucapkan salam dan mengajak semua peserta didik berdoa sebelum pembelajaran dimulai.
- b) Pendidik mengecek kehadiran peserta didik, pada siklus 1 peserta didik yang hadir 24.
- c) Pendidik menyampaikan rencana kegiatan yang akan dilaksanakan dengan menggunakan media permainan gawang kecil.
- d) Pendidik menyampaikan topik, tujuan, dan manfaat pembelajaran.

2) Kegiatan Inti

Pendidik membagi peserta didik menjadi 5 kelompok asal masing-masing kelompok terdiri dari 2 peserta didik. Pendidik mengarahkan peserta didik untuk berkumpul dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli) dan membagikan sub materi sesuai dengan sub materi kelompok ahli.

a) Mengamati

Peserta didik mengamati materi dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli)

b) Menanya

Peserta didik bertanya terkait materi yang diberikan oleh pendidik dalam kelompok ahli.

c) Mengumpulkan Informasi

Peserta didik mengumpulkan informasi terkait materi sesuai dengan kelompok ahli dari sumber belajar, peserta didik mendiskusikan materi secara bersama-sama

d) Mengasosiasikan

Peserta didik kembali kepada kelompok asal, dan masing-masing peserta didik menjelaskan materi yang telah didiskusikan pada kelompok ahli kepada anggota kelompok asal kemudian mengerjakan materi tersebut.

e) Mengkomunikasikan

Peserta didik mempresentasikan jawaban soal latihan materi sepakbola bersama kelompok asal di depan kelas, sehingga peserta didik memperoleh *feedback* dari pendidik dan kelompok lain tentang materi sepakbola.

3) Kegiatan Penutup

- a) Menarik kesimpulan atas materi sepakbola yang telah dipelajari

- b) Mengumumkan kelompok terbaik
- c) Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya
- d) Menutup pembelajaran dengan salam dan doa

Pertemuan kedua

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi sepak bola dengan menerapkan media pembelajaran gawang kecil pada siklus 1 dilaksanakan dalam dua kali pertemuan yang berlangsung selama 3 jam pembelajaran (3 X 45 menit). Siklus 1 pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 18 Mei 2022, materi pada siklus 1 adalah, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan passing dengan permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan konsep dasar melakukan *passing* dengan target gawang kecil, dua orang pemain A dan B berdiri saling berhadapan-hadapan dengan jarak 8 meter pemain A melakukan *passing* dengan target gawang kecil kemudian pemain B kontrol bola dan melakukan *passing* yang sama dengan target gawang kecil.

a. Perencanaan Tindakan

Pada tahap ini mempersiapkan pembelajaran yang dilaksanakan dengan menggunakan media pembelajaran gawang kecil. Adapun persiapan yang dilakukan dalam tahap ini terdiri dari:

- 1) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang sesuai dengan kurikulum 2013
- 2) Menyiapkan pedoman observasi dan lembar observasi untuk

mengamati dan menilai aktivitas peserta didik

- 3) Menyiapkan catatan lapangan untuk mencatat berita acara pelaksanaan pembelajaran
 - 4) Membuat kelompok asal yang terdiri dari 2 peserta didik secara acak, membagi peserta didik ke dalam sub materi untuk membentuk kelompok ahli yang terdiri dari 1 sub materi yakni, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan passing dengan permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan konsep dasar melakukan *passing* dengan target gawang kecil, dua orang pemain A dan B berdiri saling berhadapan-hadapan dengan jarak 8 meter pemain A melakukan *passing* dengan target kegawang kecil kemudian pemain B kontrol bola dan melakukan *passing* yang sama dengan target kegawang kecil.
 - 5) Menyiapkan soal kelompok untuk menunjang pembelajaran dengan media permainan gawang kecil.
 - 6) Menyiapkan tanda pengenal untuk setiap peserta didik.
- b. Pelaksanaan Tindakan

Pada pelaksanaan tindakan Siklus 1 yang dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 jam pelajaran (3 X 45 menit) dengan materi menjelaskan dan mempraktekkan teknik dasar permainan sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan teknik ketepatan *passing* pada permainan sepakbola. Tahap pelaksanaan ini merupakan penerapan dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

(RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan. Pada pelaksanaan siklus 1 ini peserta didik yang hadir dalam pembelajaran siklus 1 berjumlah 24 peserta didik, penerapan dari RPP tersebut sebagai berikut:

1) Kegiatan Pendahuluan

- a) Pendidik mengucapkan salam dan mengajak semua peserta didik berdoa sebelum pembelajaran dimulai.
- b) Pendidik mengecek kehadiran peserta didik, pada siklus 1 peserta didik yang hadir 34.
- c) Pendidik menyampaikan rencana kegiatan yang akan dilaksanakan dengan menggunakan media pembelajaran gawang kecil.
- d) Pendidik menyampaikan topik, tujuan, dan manfaat pembelajaran.

2) Kegiatan Inti

Pendidik membagi peserta didik menjadi 5 kelompok asal masing-masing kelompok terdiri dari 2 peserta didik. Pendidik mengarahkan peserta didik untuk berkumpul dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli) dan membagikan sub materi sesuai dengan sub materi kelompok ahli.

a) Mengamati

Peserta didik mengamati materi dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli)

b) Menanya

Peserta didik bertanya terkait materi yang diberikan oleh pendidik dalam kelompok ahli.

c) Mengumpulkan Informasi

Peserta didik mengumpulkan informasi terkait materi sesuai dengan kelompok ahli dari sumber belajar, peserta didik mendiskusikan materi secara bersama-sama

d) Mengasosiasikan

Peserta didik kembali kepada kelompok asal, dan masing-masing peserta didik menjelaskan materi yang telah didiskusikan pada kelompok ahli kepada anggota kelompok asal kemudian mengerjakan materi tersebut.

e) Mengkomunikasikan

Peserta didik mempresentasikan jawaban soal latihan materi sepakbola bersama kelompok asal di depan kelas, sehingga peserta didik memperoleh *feedback* dari pendidik dan kelompok lain tentang materi sepak bola.

3) Kegiatan Penutup

a) Menarik kesimpulan atas materi sepakbola yang telah dipelajari

b) Mengumumkan kelompok terbaik

c) Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya

d) Menutup pembelajaran dengan salam dan doa

c. Pengamatan

Hasil belajar peserta didik pada siklus I, berdasarkan nilai yang diperoleh pada tes akhir siklus I dari 24 peserta didik, masih banyak peserta didik yang memperoleh nilai dibawah KKM yaitu 75 dan termasuk dalam kategori kurang. Yaitu 15 peserta didik atau 63% untuk aspek pengetahuan, 14 peserta didik atau 58% untuk aspek afektif dan 12 peserta didik atau 60% aspek keterampilan. Hasil belajar peserta didik pada siklus I dapat dilihat pada tabel dan grafik sebagai berikut:

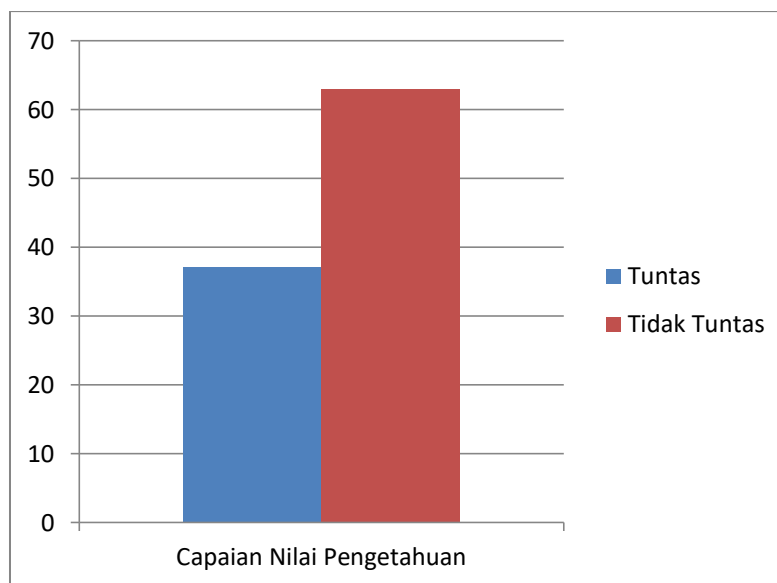
1) Pengetahuan

a) Tabel pengamatan data siklus I aspek pengetahuan

Tabel 2. Tabel pengamatan data siklus I aspek pengetahuan

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	0	0
3	75 - 83	Cukup	9	37
4	< 75	Kurang	15	63
Jumlah			24	100

b) Diagram Pengamatan data siklus I aspek pengetahuan



Gambar 8. Siklus I aspek pengetahuan

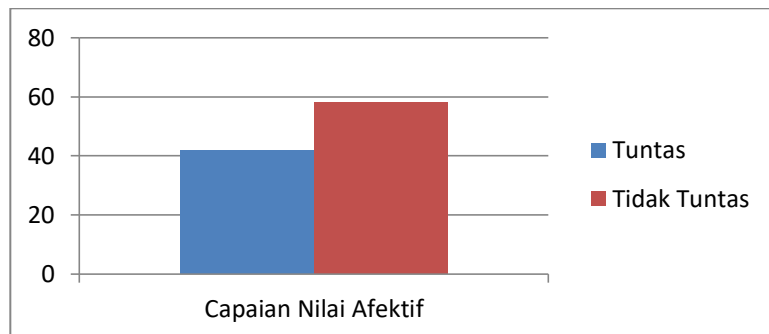
2) Afektif

a) Tabel pengamatan data siklus I aspek afektif

Tabel 3. Tabel pengamatan data siklus I aspek afektif

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	0	0
3	75 - 83	Cukup	10	42
4	< 75	Kurang	14	58
Jumlah			24	100

b. Table diagram hasil pengamatan afektif silus I



Gambar 9. Siklus I Aspek Afektif

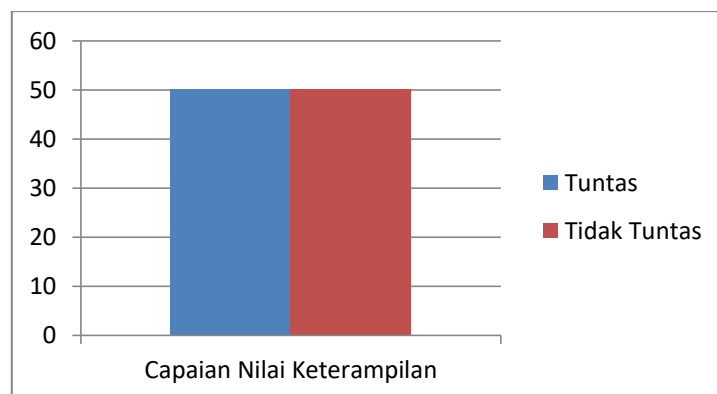
3) Keterampilan

a. Tabel Deskripsi aspek keterampilan Siklus I.

Tabel 4. Deskripsi aspek keterampilan Siklus I.

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	1	4
2	84 - 92	Baik	1	4
3	75 - 83	Cukup	10	42
4	< 75	Kurang	12	50
Jumlah			24	100

b. Diagram hasil penilaian aspek keterampilan



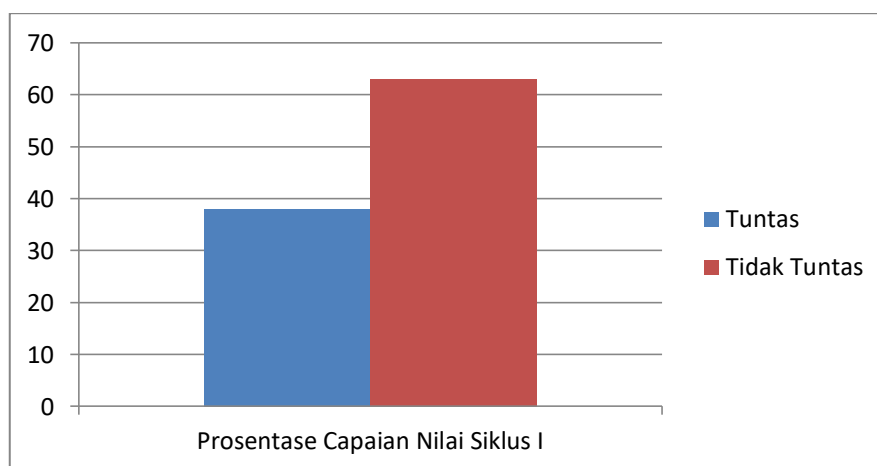
Gambar 10. Siklus I Aspek Keterampilan

Dari 3 hasil penilaian didapatkan nilai akhir pencapaian pada siklus I adalah seperti pada tabel berikut:

Tabel 5. nilai akhir pencapaian siklus I

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	0	0
3	75 - 83	Cukup	9	38
4	< 75	Kurang	15	63
Jumlah			24	100

Diagram hasil penilaian akhir Siklus I



Gambar 11. Hasil Akhir Siklus I

Berdasarkan keterangan dari data diatas setelah melakukan siklus I di SDIT Robbani Kendal bahwa hasil belajar peserta didik pada pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi sepakbola tahun ajaran 2019/2020 belum melampaui kriteria ketuntasan minimal

Pada pelaksanaan siklus I belum menunjukkan adanya hasil yang diharapkan dari penerapan media pembelajaran gawang kecil pada materi pokok sepakbola. Peserta didik belum mampu mengikuti atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang diterapkan. Suasana kelas belum kondusif sehingga pendidik harus sering mengkondisikan kelas pada saat di dalam dan diluar kelas (dilapangan) agar lebih tenang. Sebagian peserta didik masih mementingkan diri sendiri daripada kerja kelompok.

Hasil pengamatan yang didapatkan oleh peneliti dalam siklus I, adalah sebagai berikut:

- a) Peserta didik belum terbiasa belajar secara berkelompok, sehingga pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahrag dan kesehatan materi sepakbola dengan media pembelajaran gawang kecil.
- b) Peserta didik masih takut mempresentasikan atau mengeluarkan potensi maksimalnya di depan, sehingga pendidik harus menunjuk peserta didik untuk maju mewakili kelompoknya masing-masing.
- c) Peserta didik masih kebanyakan mementingkan diri sendiri daripada kepentingan kelompok.

d. Refleksi

Setelah melaksanakan pembelajaran pada siklus I, peneliti menyimpulkan hasil pelaksanaan pembelajaran gawang kecil sebagai berikut:

- 1) Pendidik masih kurang menguasai alur pembelajaran, proses pembelajaran dan metode pembelajaran gawang kecil belum optimal
- 2) Masih banyak peserta didik mementingkan diri sendiri dibandingkan kepentingan kelompok
- 3) Peserta didik kurang aktif pada saat proses belajar mengajar berlangsung Berdasarkan refleksi, tabel dan grafik di atas, dapat disimpulkan bahwa indikator penilaian rata-rata nilai pada materi pokok sepakbola belum terpenuhi, Serta indikator ketuntasan belajar masih belum terpenuhi, dengan demikian diperlukan perbaikan pada siklus II.

4. Laporan Siklus II

Pertemuan Pertama

Siklus II pertemuan pertama, materi pada siklus II adalah, menjelaskan dan mempraktekkan teknik dasar menendang bola dalam sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan *passing* pada permainan sepakbola. Tahapan dilaksanakan pada siklus 2 sebagai berikut:

a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil refleksi yang dilakukan setelah siklus 1, maka pada siklus ini bersifat sebagai perbaikan dari rencana awal yang telah di susun di siklus 1. Adapun langkah-langkah perencanaan pada siklus ini adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan penerapan media pembelajaran gawang kecil pada materi sepakbola
- 2) Menyiapkan pedoman observasi dan lembar observasi untuk mengamati dan menilai aktivitas peserta didik
- 3) Menyiapkan catatan lapangan untuk mencatat berita acara pelaksanaan pembelajaran
- 4) Membuat kelompok asal yang terdiri dari 2 peserta didik secara acak, membagi peserta didik ke dalam sub materi kedalam kelompok ahli yang terdiri dari 1 sub materi yakni, melakukan ketepatan passing pada gawang kecil dengan jarak 10 meter.
- 5) Menyiapkan soal kelompok untuk menunjang pembelajaran dengan media pembelajaran gawang kecil.
- 6) Menyiapkan tanda pengenal untuk setiap peserta didik yang berfungsi untuk memudahkan observer menilai aktivitas peserta didik.
- 7) Menyiapkan rewards untuk kelompok dengan nilai terbaik.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pada pelaksanaan tindakan Siklus 1 yang dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 jam pelajaran (3 X 45 menit) dengan materi menjelaskan teknik dasar permainan sepakbola, menjelaskan teknik dasar *passing* permainan sepakbola, menjelaskan. Tahap pelaksanaan ini merupakan penerapan dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan. Pada pelaksanaan siklus 1 ini peserta didik yang hadir dalam pembelajaran pada siklus II berjumlah 24, adapun penerapan dari RPP tersebut sebagai berikut:

1) Kegiatan Pendahuluan

- a) Pendidik mengucapkan salam dan mengajak semua peserta didik berdoa sebelum pembelajaran dimulai.
- b) Pendidik mengecek kehadiran peserta didik, pada siklus 1 peserta didik yang hadir 24 peserta didik.
- c) Pendidik menyampaikan rencana kegiatan yang akan dilaksanakan dengan menggunakan media gawang kecil.
- d) Pendidik menyampaikan topik, tujuan, dan manfaat pembelajaran.

2) Kegiatan Inti

Pendidik membagi peserta didik menjadi 5 kelompok asal masing-masing kelompok terdiri dari 2 peserta didik. Pendidik mengarahkan peserta didik untuk berkumpul dengan

kelompok materi yang sama (kelompok ahli) dan membagikan sub materi sesuai dengan sub materi kelompok ahli

3) Mengamati

Peserta didik mengamati materi dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli)

4) Menanya

Peserta didik bertanya terkait materi yang diberikan oleh pendidik dalam kelompok ahli.

5) Mengumpulkan Informasi

Peserta didik mengumpulkan informasi terkait materi sesuai dengan kelompok ahli dari sumber belajar, peserta didik mendiskusikan materi secara bersama-sama

6) Mengasosiasikan

Peserta didik kembali kepada kelompok asal, dan masing-masing peserta didik menjelaskan materi yang telah didiskusikan pada kelompok ahli kepada anggota kelompok asal kemudian mengerjakan materi tersebut.

7) Mengkomunikasikan

Peserta didik mempresentasikan jawaban soal latihan materi sepak bola bersama kelompok asal di depan kelas, sehingga peserta didik memperoleh *feedback* dari pendidik dan kelompok lain tentang materi sepak bola.

8) Kegiatan Penutup

- a) Menarik kesimpulan atas materi sepakbola yang telah dipelajari
- b) Mengumumkan kelompok terbaik
- c) Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya
- d) Menutup pembelajaran dengan salam dan doa

Pertemuan Kedua

Siklus II pertemuan kedua, materi pada siklus II adalah, menjelaskan dan mempraktekkan teknik dasar menendang bola dalam sepakbola, menjelaskan dan mempraktekkan ketepatan *passing* pada permainan sepakbola. Tahapan dilaksanakan pada siklus 2 sebagai berikut:

a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil refleksi yang dilakukan setelah siklus 1, maka pada siklus ini bersifat sebagai perbaikan dari rencana awal yang telah di susun di siklus 1. Adapun langkah-langkah perencanaan pada siklus ini adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan penerapan media pembelajaran gawang kecil pada materi sepakbola
- 2) Menyiapkan pedoman observasi dan lembar observasi untuk mengamati dan menilai aktivitas peserta didik

- 3) Menyiapkan catatan lapangan untuk mencatat berita acara pelaksanaan pembelajaran
- 4) Membuat kelompok asal yang terdiri dari 2 peserta didik secara acak, membagi peserta didik ke dalam sub materi kedalam kelompok ahli yang terdiri dari 1 sub materi yakni, melakukan passing .
- 5) Menyiapkan soal kelompok untuk menunjang pembelajaran dengan media pembelajran gawang kecil.
- 6) Menyiapkan tanda pengenal untuk setiappeserta didik yang berfungsi untuk memudahkan observer menilai aktivitas peserta didik.
- 7) Menyiapkan rewards untuk kelompok dengan nilai terbaik

b. Pelaksanaan Tindakan

Pada pelaksanaan tindakan Siklus 1 yang dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 jam pelajaran (3 X 45 menit) dengan materi menjelaskan teknik dasar permainan sepakbola, menjelaskan teknik dasar *passing* permainan sepakbola. Tahap pelaksanaan ini merupakan penerapan dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan. Pada pelaksanaan siklus 1 ini peserta didik yang hadir dalam pembelajaran pada siklus II berjumlah 34 peserta didik, adapun penerapan dari RPP tersebut sebagai berikut:

1) Kegiatan Pendahuluan

- a) Pendidik mengucapkan salam dan mengajak semua peserta didik berdoa sebelum pembelajaran dimulai.
- b) Pendidik mengecek kehadiran peserta didik
- c) Pendidik menyampaikan rencana kegiatan yang akan dilaksanakan dengan menggunakan media pembelajaran gawang kecil.
- d) Pendidik menyampaikan topik, tujuan, dan manfaat pembelajaran.

2) Kegiatan Inti

Pendidik membagi peserta didik menjadi 5 kelompok asal masing-masing kelompok terdiri dari 2 peserta didik. Pendidik mengarahkan peserta didik untuk berkumpul dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli) dan membagikan sub materi sesuai dengan sub materi kelompok ahli

3) Mengamati

Peserta didik mengamati materi dengan kelompok materi yang sama (kelompok ahli)

4) Menanya

Peserta didik bertanya terkait materi yang diberikan oleh pendidik dalam kelompok ahli.

5) Mengumpulkan Informasi

Peserta didik mengumpulkan informasi terkait materi sesuai dengan kelompok ahli dari sumber belajar, peserta didik mendiskusikan materi secara bersama- sama

6) Mengasosiasikan

Peserta didik kembali kepada kelompok asal, dan masing-masing peserta didik menjelaskan materi yang telah didiskusikan pada kelompok ahli kepada anggota kelompok asal kemudian mengerjakan materi tersebut.

7) Mengkomunikasikan

Peserta didik mempresentasikan jawaban soal latihan materi sepakbola bersama kelompok asal di depan kelas, sehingga peserta didik memperoleh *feedback* dari pendidik dan kelompok lain tentang materi sepakbola.

8) Kegiatan Penutup

- a) Menarik kesimpulan atas materi sepakbola yang telah dipelajari
- b) Mengumumkan kelompok terbaik
- c) Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya
- d) Menutup pembelajaran dengan salam dan doa

c. Pengamatan

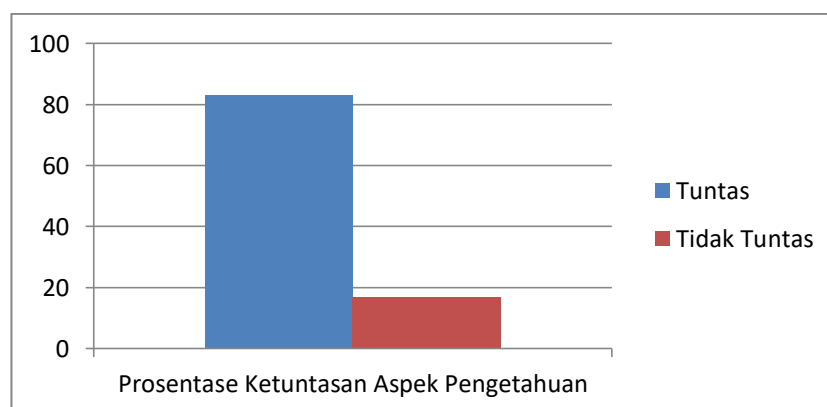
Hasil belajar peserta didik pada siklus II dapat dilihat pada tabel dan grafik sebagai berikut:

1) Pengetahuan

Tabel 6. pencapaian siklus II Aspek Pengetahuan

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	4	17
2	84 - 92	Baik	12	50
3	75 - 83	Cukup	4	17
4	< 75	Kurang	4	17
Jumlah			24	100

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 20 peserta didik (83%) yang tuntas, dengan rincian 4 peserta didik (17%) mendapat kriteria baik sekali, 12 peserta didik (50%) mendapat kriteria baik, dan 4 peserta didik (17%) mendapat kriteria cukup. Sedangkan 4 peserta didik (17%) mendapat kriteria kurang dan dinyatakan tidak tuntas. Dari data tersebut dapat juga dilihat dari diagram di bawah ini.

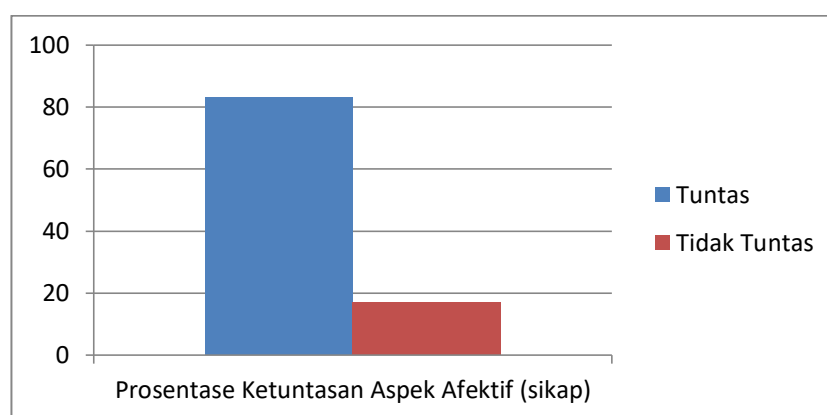
**Gambar 12. Siklus II Aspek Pengetahuan**

2) Afekrif (Sikap)

Tabel 7. pencapaian siklus II Aspek Afektif

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	6	25
2	84 - 92	Baik	5	21
3	75 - 83	Cukup	9	38
4	< 75	Kurang	4	17
Jumlah			24	100

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 20 peserta didik (83%) yang tuntas, dengan rincian 6 peserta didik (25%) mendapat kriteria baik sekali, 5 peserta didik (21%) mendapat kriteria baik, dan 9 peserta didik (38%) mendapat kriteria cukup. Sedangkan 4 peserta didik (17%) mendapat kriteria kurang dan dinyatakan tidak tuntas. Dari data tersebut dapat juga dilihat dari diagram di bawah ini.

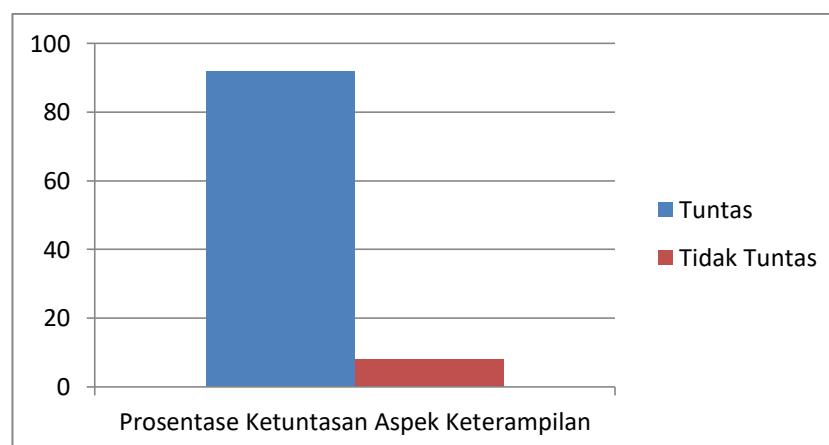
**Gambar 13. Siklus II Aspek Afektif**

3) Keterampilan

Tabel 8. pencapaian siklus II Aspek Keterampilan

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	3	13
2	84 - 92	Baik	11	46
3	75 - 83	Cukup	8	33
4	< 75	Kurang	2	8
Jumlah			24	100

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 22 peserta didik (92%) yang tuntas, dengan rincian 3 peserta didik (13%) mendapat kriteria baik sekali, 11 peserta didik (46%) mendapat kriteria baik, dan 8 peserta didik (33%) mendapat kriteria cukup. Sedangkan 2 peserta didik (8%) mendapat kriteria kurang dan dinyatakan tidak tuntas. Dari data tersebut dapat juga dilihat dari diagram di bawah ini

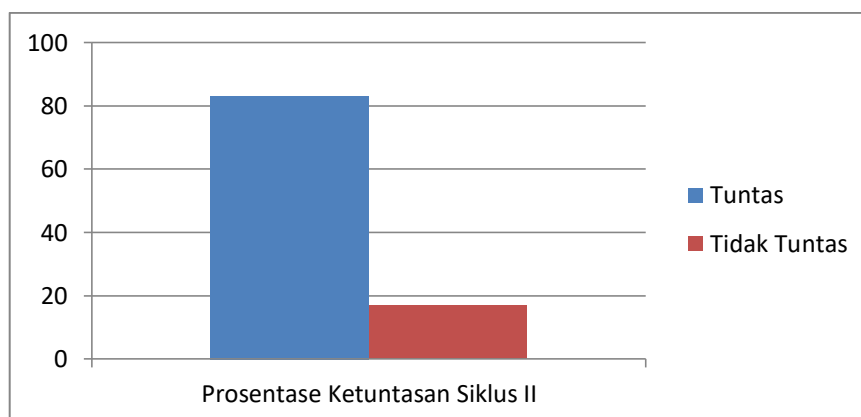
**Gambar 14. Siklus II Aspek Keterampilan**

Dari 3 hasil penilaian didapatkan nilai akhir pencapaian pada siklus II adalah seperti pada tabel berikut:

Tabel 9. pencapaian Akhir Siklus II

No	Kategori	Kategori	Jumlah	Persentase
			(Orang)	(%)
1	93 - 100	Baik Sekali	2	8
2	84 - 92	Baik	11	46
3	75 - 83	Cukup	7	29
4	< 75	Kurang	4	17
Jumlah			24	100

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pada siklus II terdapat 20 peserta didik (83%) yang tuntas, dengan rincian 2 peserta didik (8%) mendapat kriteria baik sekali, 11 peserta didik (46%) mendapat kriteria baik, dan 7 peserta didik (29%) mendapat kriteria cukup. Sedangkan 4 peserta didik (17%) mendapat kriteria kurang dan dinyatakan tidak tuntas. Dari data tersebut dapat juga dilihat dari diagram di bawah ini

**Gambar 15. Hasil Akhir Siklus II**

Pada pelaksanaan siklus II sudah menunjukkan peningkatan yang signifikan dari penerapan media pembelajaran gawang kecil pada materi pokok sepakbola. Peserta didik sudah mampu mengikuti

atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang diterapkan.

Hasil pengamatan pada siklus II adalah sebagai berikut:

- a. peserta didik mulai terbiasa belajar secara kelompok, sehingga pelaksanaan pembelajaran terlaksana dengan baik.
- b. Peserta didik sudah berani untuk maju kedepan mencontohkan kepada temannya.
- c. Sebagian besar peserta didik sudah terlibat aktif dalam diskusi, dan mengedepankan kepentingan bersama
- d. Refleksi

Berdasarkan data-data yang diperoleh peneliti menunjukkan bahwa siklus 2 sudah cukup baik daripada sebelumnya. Meningkatnya hasil belajar peserta didik pada materi sepakbola terutama dalam pengembangan psikomotornya ditandai dengan meningkatnya hasil praktek dan kemampuan peserta didik pada saat bermain sepakbola dan peneliti memutuskan untuk tidak diadakannya siklus III.

Pembelajaran pada siklus II sudah menunjukkan peningkatan dan perubahan yang positif, dimana suasana belajar terlihat kondusif. Peserta sudah dapat menyesuaikan diri terhadap metode yang di berikan dan mulai membangun kerja sama antar peserta didik.

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pada siklus II hasil belajar sudah mencapai indikator keberhasilan

yang diinginkan oleh peneliti, dengan demikian tidak perlu dilakukan siklus III.

C. Pembahasan

Pada tahap perencanaan pembelajaran dilakukan dengan metode konvensional. Ternyata hasil belajar peserta didik tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sehingga peneliti memikirkan metode apa yang cocok untuk diterapkan.

Setelah dilakukan pembelajaran gawang kecil pada siklus I, mulai menunjukkan kemajuan atau peningkatan hasil belajar pada materi pokok sepak bola meskipun belum sesuai harapan. Hal ini disebabkan baik pendidik dan peserta didik belum terbiasa dengan media gawang kecil. Sebagian besar peserta didik masih mementingkan diri sendiri dibandingkan kerja sama dalam kelompok dan cenderung pasif dalam melakukan pembelajaran.

Pada pelaksanaan siklus II, peserta didik dan pendidik sudah mulai terbiasa dengan media gawang kecil, sebagian besar peserta didik mulai menunjukkan sikap kerja samanya dalam kelompok dan aktif dalam keterlibatan proses belajar mengajar. Setelah tiga tahap mulai dari perencanaan, siklus I, dan siklus II selesai dilaksanakan.

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa perolehan hasil belajar peserta didik pada siklus I belum mengalami perubahan yang signifikan di karenakan belum mencapai indikator keberhasilan atau KKM yang terdapat pada RPP, pada siklus II sudah mengalami perubahan yang signifikan daripada sebelumnya.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian tindakan kelas pada Peserta Didik kelas V SDIT Robbani Kendal dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa perolehan hasil belajar peserta didik pada siklus I belum mengalami perubahan yang signifikan di karenakan belum mencapai indikator keberhasilan atau KKM yang terdapat pada RPP, pada siklus II sudah mengalami perubahan yang signifikan daripada sebelumnya.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui media pembelajaran gawang kecil pada materi sepakbola dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas V SDIT Robbani Kendal.

Implikasi dari penelitian ini yaitu, pendidik diharapkan untuk menerapkan media pembelajaran gawang kecil karena metode pembelajaran ini terbukti mampu meningkatkan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran penjas materi sepakbola. Tentunya hal ini berpengaruh terhadap hasil belajar yang dicapai peserta didik. Selain pendidik menerapkan metode

pembelajaran ini, pendidik juga mampu menguasai strategi mengajar yang baik untuk mencapai hasil belajar yang baik pula.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian pada pembelajaran penjas menggunakan media pembelajaran gawang kecil guna meningkatkan hasil belajar peserta didik, maka peneliti memberikan saran untuk pihak yang terkait antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Pendidik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pendidik untuk menerapkan media pembelajaran gawang kecil sebagai salah satu alternatif metode pembelajaran, karena media pembelajaran ini efektif untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik

2. Bagi Peserta Didik

Peserta didik diharapkan mampu berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Dengan terlibat aktif dalam pembelajaran tentu akan meningkatkan hasil belajarnya, selain pada penilaian kognitif tetapi juga pada penilaian afektif.

3. Bagi Sekolah

Media pembelajaran gawang kecil di sekolah diharapkan mampu diterapkan pada mata pelajaran lain selain mata pelajaran penjas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, Khoirul (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(2): 78-88.
- Al-Hadiqie, Zidane Muhdhor. 2013. *Menjadi Pemain Sepakbola Yang profesional*,:Kata Pena.
- Andi Wargadinata. M.Kes. Drs. Linglingusli.2013. *Modul Pembelajaran Sepakbola*. Bandung: STKIP PASUNDA Cimahi.
- Dini Siswani Mulia dan suwarno. 2016. PTK (penelitian Tindakan Kelas) Dengan Pembelajaran Berbasis Kearifan Lokal dan Penulisan Artikel Ilmia Di SD Negeri Kalisube Banyumas, *Jurnal Ilmiah Kependidikan* , Vol.IX, No, 2 2016.
- Gung mas Gonyun, Dkk (2018). Pengaruh Pelatihan *Drop Pass* dan *Wal Pass* Terhadap Teknik Passing, E-journal Universitas Pendidikan Ganesha(9 nomor 1 2018).
- Helmy firmansyah. 2009. *Modul belajar dan pembelajaran penjas*. FIK UNY yogyakarta:.
- Ihsan, A. dkk. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.
Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Juari. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk sd/mi kelas VI*.
Jakarta: pusat perbukuan kementrian pendidikan nasional tahun 2010.
- Komaruddin. 2011. *Hubungan Level Kecemasan dan Akurasi Passing Dalam Permainan Sepakbola*.UNY. Yogyakarta.
- Luxbacher, Joseph A. 2011. *Sepakbola* edisi kedua. Jakarta: PT Rajagrafindo persada.
- Nasuha, muhammad. (2014). Pengaruh Latihan Spike Melakuykan Target Terhadap Hasil Akurasi Spike Cabang Olahraga Bola Voli. *Skripsi. Universitas Pendidikan Islam*.

- Mulyanto. 2014 *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Mia kusumawati. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjas*, Bandung: Alfabeta
- Muhdhor, Zidane A.H, 2013. *Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional, Taktik Menyerang & Bertahan*. Jakarta: kata pena.
- Ma`u Mellius & Santoso. 2014. *Teknik dasar bermain sepakbola*. yogyakarta: cakrawala.
- Muliadi, Hendra, M Rifat, Wakidi. 2012. Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Bermain Sepakbola dengan Metode Modifikasi Permainan pada Siswa Kelas VI Madrasah Ibtidaya Al- Ma`arif 03 Tanjung Paoh. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, Volume 1 nomor 1 juli 2014.
- Palmizal, A. 2011. Pengaru metode latihan global terhadap akurasi *ground stroke forhand* dalam permainan tenis. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* volume 1 edisi 2 desember (pp. 112-117).
- Rahayu, Ega Trisna. 2013. *Strategi pembelajaran pendidikan jasmani*. Bandung: Alfabeta
- Tarukbua, M. Suseitom. (2014). Kontribusi Panjang Tungkai Terhadap Jauhnya Tendangan Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa SD Inpres Kapiroe Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan rekreasi FKIP Universitas Tadulako Kampus Bumi Tadulako Tondo*. Palu Sulawesi Tengah
- Wargadinata, L. U. (2013). *Modul Pembelajaran Sepakbola* (Vol. 3). (B. Syamsudar, Ed.) Bandung: STKIP Pasunda Cimahi
- Wiriatmadja Rochiati. 2010. *Metode Penelitian Tindakan Kelas*: Bandung PT. Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

FAKULTAS PENDIDIKAN IPS DAN KEOLAHRAGAAN

Jl. Gajah Raya No. 40 Semarang. Telp : (024) 8316377, 8448217

Nomor : 208 /AM/FPIPSKR/III/2022
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Semarang, 29 Maret 2022

Yth. Kepala SDIT Robbani
Kecamatan Kendal, Kabupaten Kendal
di Kendal

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : ARIF MAHFUR
N P M : 20236026
Fak. / Program Studi : FPIPSKR / PJKR

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN KETEPATAN PASSING KAKI BAGIAN
DALAM PADA PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI MEDIA PEMBELAJARAN
GAWANG KECIL PADA SISWA KELAS V SDIT ROBBANI KENDAL TAHUN
PELAJARAN 2021/2022

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu
memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

D e k a n,



Dr. Agus Sutono, S.Fil.,M.Phil
NPP 107801284

Lampiran 2. Surat Keterangan Melakukan Penelitian



LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM TERPADU YAYASAN ROBBANI KENDAL SD ISLAM TERPADU ROBBANI KENDAL

ALAMAT: JL. KENDAL ASRI RAYA RT 07 RW 05 LANGENHARJO KENDAL JAWA TENGAH - 51314
TELP. (0294) 381016 E-MAIL: robbanisdit0@gmail.com WEBSITE: tpirobbanikendal.com

SURAT KETERANGAN NO. 225 / KET / UL. SDIT / VII / 2022

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SDIT Robbani Kendal

Nama : Umi Kalsum, S.Pd
NIPY : P 71 2003 0008

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Arif Mahfur
NIP : -
Pangkat/Gol : -
Jabatan : Guru Penjasorkes SD IT Robbani

Telah mengadakan penelitian di SDIT Robbani dengan Judul "UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING KAKI BAGIAN DALAM PADA PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI MEDIA PEMBELAJARAN GAWANG KECIL PADA SISWA KELAS V SDIT ROBBANI KENDAL TAHUN PELAJARAN 2021/2022"

Siklus I : Tanggal 11 Mei 2022
Siklus II : Tanggal 18 Mei 2022

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan seperlunya.

Kendal, 23 Mei 2022

Kepala SDIT ROBBANI Robbani Kendal
SEKOLAH DASAR ISLAM TERPADU
KAB. KENDAL
Umi Kalsum, S.Pd.
NIPY: P 71 2003 0008

Lampiran 3. RPP Siklus I

RPP SIKLUS I

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN(RPP)

Sekolah	: SDIT ROBBANI
Mata Pelajaran	: PJOK
Kelas/semester	: V/II (dua)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Sepakbola)
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah

4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1. Menganalisis ketrampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	3.1.1. Menganalisis teknik dasar <i>passing</i> .
4.1. Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola besar dengan koordinasi yang baik.	4.1.1. Melakukan variasi <i>passing</i> secara berkelompok 4.1.2. Melakukan kombinasi <i>passing</i> dalam permainan sepakbola gawang kecil.

C. Fokus Pendidikan Karakter

- a. Disiplin
- b. Kerjasama
- c. Tanggung jawab

D. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar *passing* menggunakan
- b. Siswa dapat mempraktikkan teknik dasar *passing* dengan benar

- c. Siswa dapat mengkombinasikan *passing* pada permainan sepakbola gawang kecil.

E. Materi Pembelajaran

1. Menendang Bola (*Passing*)

Passing merupakan teknik dasar menendang bola yang berperan penting dalam permainan sepakbola. Melalui *passing* yang cermat dan akurat akan meningkatkan kualitas suatu tim sepakbola. Mielke (2007: 19) menyatakan sepakbola sejatinya adalah permainan tim. Walaupun pemain yang memiliki ketrampilan tinggi bisa mendominasi pada kondisi tertentu, seorang pemain sepakbola harus saling bergantung pada setiap anggota tim untuk menciptakan permainan cantik dan membuat keputusan yang tepat. Agar bisa berhasil di dalam lingkungan tim ini, seorang pemain sepakbola harus mengasah ketrampilan *passing*.

Pendapat tersebut menunjukkan, sebaik apapun ketrampilan seorang pemain sepakbola, keberhasilan atau kemenangan sebuah tim sepakbola dibutuhkan kerjasama tim yang kompak. Kerjasama tim yang kompak dibutuhkan kemampuan *passing* yang baik dari setiap pemainnya. Untuk itu, dalam melakukan *passing* harus dilakukan secermat mungkin agar rekan satu timnya mampu menerima dan menguasai bola dengan baik.

Passing yang cermat dan akurat banyak manfaatnya terhadap kualitas permainan. Hal terpenting dalam melakukan *passing* harus

diimbangi kontrol bola yang baik. Kemampuan pemain sepakbola melakukan *passing* dengan cermat dan kontrol bola yang baik dapat digunakan sebagai serangan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Mielke (2007: 20) menyatakan *passing* yang baik dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Ketrampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang, sehingga pemain yang melakukan *passing* mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan *passing* yang tegas dan terarah kepada teman satu tim yang tidak dijaga lawan. *Passing* yang efektif juga memberikan peluang yang lebih baik untuk mencetak gol karena pemain yang menerima *passing* tersebut berada pada lokasi yang lebih menguntungkan jika dibandingkan dengan *passing* yang dilakukan dengan lemah atau tidak terarah.

Pendapat tersebut menunjukkan, *passing* yang baik sangat berperan penting untuk membuka ruangan yang diimbangi kontrol bola yang baik. Selain itu, *passing* yang baik, kuat dan terarah dapat mendukung menciptakan gol ke gawang lawan. Untuk memperoleh kemampuan *passing* yang baik, maka harus dilakukan latihan secara teratur dan berulang-ulang.

2. Teknik Pelaksanaan *Passing*

Passing dalam permainan sepakbola memiliki kontribusi besar dalam usaha menjalin kerjasama tim yang kompak untuk mencetak gol ke

gawang lawan. Untuk memperoleh kemampuan *passing* yang baik, maka setiap pemain sepakbola harus mampu menggunakan bagian-bagian kaki untuk melakukan *passing*. Muchtar (1992: 30) menyatakan bagian kaki yang dapat digunakan untuk menendang bola yaitu (*inside-foot*), punggung kaki (*instep-foot*), punggung (*inside-instep*), punggung kaki bagian luar (*outside-instep*).

Berdasarkan bagian-bagian kaki yang digunakan menendang bola, *passing* dalam permainan sepakbola pada umumnya dilakukan dengan . Mielke (2007: 20) menyatakan kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol yang lebih baik.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, sangat efektif untuk melakukan *passing* sepakbola, karena memiliki permukaan kaki yang luas. Untuk memperoleh kualitas *passing* yang baik, maka harus menguasai teknik *passing* yang baik dan benar. Elemen dasar bagi pelaksanaan tendangan kaki dalam yang baik adalah sikap awal, menendang bola dengan , mengarahkan bola ke sasaran.

Kunci keberhasilan *passing* (*inside of the foot*) yaitu:

A. Persiapan

1. Berdiri menghadap target.
2. Letakkan kaki yang menahankeseimbangan disamping bola.
3. Arahkan kaki ke target.

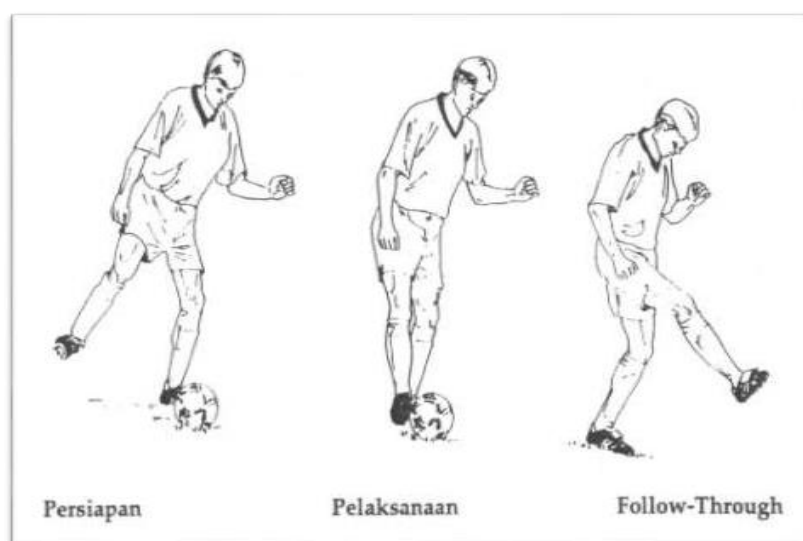
4. Bahu dan pinggul lurus dengan target.
5. Tekukkan sedikit lutut kaki.
6. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang
7. Tempatkan kaki dalam posisi menyamping.
8. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan.
9. Fokuskan perhatian pada bola.

B. Pelaksanaan

1. Tubuh berada diatas bola.
2. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan.
3. Jaga kaki agar tetap lurus.
4. Tendang bagian tengah bola dengan kaki.

C. Follow-Through

1. Pindahkan berat badan ke depan.
2. Lanjutkan gerakan searah dengan bola.
3. Gerakan akhir berlangsung dengan mulus.



3. Kesalahan yang Sering Terjadi dalam Melakukan *Passing*

Kelihatannya relatif mudah untuk mengoper dan menerima bola yang menggelinding, namun pelaksanaannya tidaklah semudah itu jika lawan berusaha keras untuk mencuri bola dari kita. Kebanyakan kesalahan dalam mengoper dan menerima bola dikarenakan oleh teknik yang tidak sempurna, kurangnya konsentrasi, atau memilih teknik yang salah pada situasi tertentu. Kesalahan merupakan hal yang wajar hingga anda menjadi lebih ahli dalam melakukan ketrampilan dan mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkannya di bawah situasi permainan.

Berikut adalah kesalahan-kesalahan yang umum terjadi saat mengoper dan menerima bola di atas permukaan lapangan dan saran untuk memperbaikinya.

Kesalahan	Perbaikan
1. Bola terangkat dari permukaan	1. Menendang bola dengan menggunakan bagian kaki yang terlalu jauh, di dekatkan jari, atau terlalu ke bawah akan membuat bola melambung ke udara. Tendanglah bagian tengah bola dengan samping dalam kaki antara pergelangan kaki dan jari.
2. Operan tidak tepat	2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola dan arahkan pada target. Bahu dan pinggul lurus dengan target. Jaga kepala agar tidak bergerak pada saat menendang bola.
3. Operan kurang cepat	3. Kaki yang menendang tetap kuat. Pindahkan berat badan anda ke depan saat kaki menyentuh bola. Gunakan gerakan akhir yang mulus.

4. Anda mendekati bola dari sudut yang tajam dan berusaha untuk melakukan tendangan melintang	4. Dekati bola langsung dari belakang. Bahu dan pinggul lurus dengan target saat kaki anda menyentuh bola. Tendang bola ke arah depan.
---	--

Setiap kesalahan yang dilakukan siswa, guru harus mencermatinya dan segera membetulkan gerakannya dengan memberi contoh gerakan *passing* yang benar. Agar kesalahan-kesalahan tidak sering dilakukan, seorang guru harus memberikan penekanan-penekanan secara khusus pada teknik yang seringkali salah. Dengan demikian kesalahan yang sering dilakukan mendapat perhatian lebih dan dapat dihindari, sehingga akan terbentuk penguasaan teknik *passing* yang baik dan benar.

4. Permainan Sepakbola Gawang Kecil

Permainan sepakbola gawang kecil ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran olahraga sepakbola. Sehingga dalam pembelajaran siswa tidak merasa jenuh, bosan dan bisa mempelajari teknik dasar sepakbola dengan sebaik mungkin. Karena dalam permainan sepakbola gawang kecil ukuran lapangan diperkecil, ukuran gawang diperkecil dan akan menambah minat dan antusias siswa dalam proses pembelajaran.

F. Metode Pembelajaran

- a. *Scientific approach*
- b. *Cooperative learning*

G. Media dan Bahan/Alat dan Fasilitas Pembelajaran

1. Media

- Gambar teknik dasar *passing*
- Video teknik dasar *passing*
- Rekaman pertandingan sepakbola

2. Alat/Bahan dan Fasilitas Pembelajaran

- Lapangan sepakbola
- Bola sepak ukuran standar FIFA (7 buah)
- *Cones*
- Rompi (10 buah)

H. Sumber Belajar

- a. Muhadjir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMA/MA Kelas X*. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal:167- 169
- b. Nenggala, Asep Kurnia. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Grafindo Media Pratama
- c. Maa'u, Mellius dan Santoso. 2014. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Jakarta: Cakrawala Publishing

I. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Pendahuluan (20 menit)

- a. Guru membariskan peserta didik menjadi empat bersyaf atau membentuk setengah lingkaran, ucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
- b. Guru memimpin doa
- c. Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat,
- d. Guru menanyakan kepada peserta didik mengenai konsep bermain

sepakbola secara umum, dengan memancing peserta didik menceritakan pengalamannya bermain sepakbola.

- e. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: permainan bola besar dengan bermain sepakbola; passing dengan
- f. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain sepakbola: misalnya bahwa bermain sepakbola adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani.
- g. Pemanasan (*warming up*) dengan melakukan permainan kucing-kucingandisertai dengan *stretching*

2. Kegiatan Inti (100 menit)

a. Mengamati

Siswa mengamati gambar teknik passing atau contoh langsung dari guru.



b. Menanya

Siswa merumuskan pertanyaan terkait hal-hal yang belum/ingin diketahui tentang contoh yang diamati, seperti : konsep dan prosedur *passing* dengan .

c. Mencoba

1. Siswa melakukan *passing* secara berkelompok.
2. Melakukan *passing* kaki dalam secara kelompok kecil menggunakan media gawang kecil

d. Menalar

Siswa menemukan serta menetapkan gerakan *passing* dengan kaki dalam yang benar dan paling sesuai untuk diterapkan dalam permainan sepakbola.

e. Mengkomunikasikan

Melakukan permainan sepakbola dengan menggunakan gawang kecil.

Cara bermain:

- a. Kedua tim melakukan koin tos, kemudian yang menang tos dapat memilih bola atau tempat.
- b. *Kick off* dimulai dengan cara pemain yang memilih bola melakukan *passing* dengan rekan satu timnya.
- c. Pemain hanya dapat melakukan sentuhan maksimal 3 kali. Apabila lebih maka terjadi pelanggaran.
- d. Apabila bola keluar lapangan maka otomatis bola untuk tim lawan dan dilakukan *kick-in*.
- e. *Passing* kepada teman dilakukan dengan cara *passing* datar menggunakan.

3. Penutup (15 menit)

- a. Pendinginan.
- b. Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan tentang materi *passing* kaki dalam.
- c. Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi *passing* kaki dalam.
- d. Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik.
- e. Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa.

J. Penilaian

1. Penilaian Sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas/lapangan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran yaitu disiplin, kerjasama, dan tanggung jawab. Keterangan:

Berilah tanda *check list* (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di *checklist* (√) “YA” mendapat nilai 1 dan tiap perilaku yang di *check list* (√) “TIDAK” mendapat nilai 0

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	Ya	Tidak
Disiplin	1. Hadir tepat waktu		
	2. Menggunakan seragam OR		
	3. Mengikuti seluruh proses pembelajaran		
	4. Selesai tepat waktu		
Kerjasama	1. Bersama-sama menyiapkan peralatan		
	2. Saling memberikan umpan secara bergantian		
	3. Menjaga peralatan secara bergantian		
Tanggung jawab	1. Menjaga keselamatan diri dan orang lain		
	2. Saling menghargai		
	3. Tidak mencari kesalahan orang lain		
	4. Mau mengakui kesalahan diri sendiri		
Skor Perolehan			
Skor Maksimal		11	

2. Penilaian Pengetahuan

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada jawabanyang benar.

RUBRIK PENILAIAN ASPEK PENGETAHUAN PADA PERMAINAN SEPAKBOLA GAWANG KECIL

1. Untuk memulai permainan sepakbola dilakukan dengan
 - a. *Kick off*
 - b. *Kick in*
 - c. *Goal kick*
 - d. *Free kick*
2. Permainan sepakbola dimainkan oleh ... pemain
 - a. 9
 - b. 12
 - c. 13
 - d. 10
3. Lama permainan sepakbola adalah
 - a. 2 x 30 menit
 - b. 2 x 40 menit
 - c. 2 x 45 menit
 - d. 2 x 35 menit
4. Teknik dasar pada permainan sepakbola meliputi
 - a. Menggiring, menangkap, dan menembak
 - b. Menggiring, menyundul, dan memukul
 - c. Menendang, menyundul, dan menggiring
 - d. Menendang, menangkap, dan *service*
5. Induk organisasi sepakbola internasional adalah
 - a. FIFA
 - b. FIBA
 - c. FIBA
 - d. FINA
6. Pemain sepakbola yang boleh memegang bola disebut
 - a. *Keeper*
 - b. *Stoper*
 - c. *Center*
 - d. *Striker*
7. Seseorang yang memimpin jalannya pertandingan disebut
 - a. Wasit
 - b. *Linesman*
 - c. Pelatih
 - d. Juri
8. Induk organisasi sepakbola Indonesia adalah
 - a. PBSI
 - b. PSSI
 - c. FIFA
 - d. PSIS

9. Untuk memperoleh tendangan mendatar kita tendang bola pada bagian
- a. Tengah bola
 - b. Atas bola
 - c. Bawah bola
 - d. Samping kanan
10. Teknik yang digunakan dalam sepakbola untuk melakukan operan jarak pendek adalah
- a. Kaki bagian luar
 - b. Punggung kaki
 - c.
 - d. Kura-kura kaki
11. Gerakan lanjutan setelah melakukan tendangan disebut
- a. *Follow-through*
 - b. *Follow-up*
 - c. *Follow-back*
 - d. *Following*
12. Posisi badan saat menendang bola jarak dekat adalah
- a. Dicondongkan ke depan
 - b. Dicondongkan ke belakang
 - c. Dimiringkan ke samping kanan
 - d. Dimiringkan ke samping kiri
13. Teknik yang digunakan untuk menghentikan bola yang bergulir di atas permukaan lapangan dalam permainan sepakbola adalah
- a. Menahan dengan kaki bagian luar
 - b. Menahan dengan ujung sepatu
 - c. Menahan dengan
 - d. Menahan dengan paha
14. Dalam permainan sepakbola gawang kecil, jika bola keluar melewati garis samping lapangan dilakukan
- a. *Throw-in*
 - b. *Kick-off*
 - c. *Kick-in*
 - d. *Corner-kick*
15. Ada berapa sisi yang bisa digunakan untuk mencetak gol dalam permainan sepakbola gawang kecil
- a. Dua
 - b. Tiga
 - c. Satu
 - d. Empat

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik, setiap jawaban benar mendapat nilai 1.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes Unjuk Kerja (Ketrampilan)

Lakukan teknik dasar *passing* pada permainan sepakbola gawangkecil.

Keterangan:

Berilah tanda *check list* (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerakan/teknik yang diharapkan. Tiap gerakan/teknik yang di *check list* (√) “YA” mendapat nilai 1 dan tiap gerakan/teknik yang di *check list* (√) “TIDAK” mendapat nilai 0.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN PASSING PADA PERMAINAN SEPAKBOLA GAWANG KECIL

Indikator	Uraian Gerak	Ya	Tidak
Persiapan	1. Berdiri menghadap target		
	2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola		
	3. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang		
	4. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan		
	5. Fokuskan perhatian pada bola		
Pelaksanaan	1. Tubuh berada diatas bola		
	2. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan		
	3. Jaga kaki agar tetap lurus		
	4. Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki		
Follow-through	1. Pindahkan berat badan ke depan		
	2. Lanjutkan gerakan searah dengan bola		
	3. Gerakan akhir berlangsung dengan mulus		
Skor Perolehan			
Skor Maksimal			12

Lampiran 4. RPP Siklus II

RPP Siklus 2

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN(RPP)

Sekolah	: SDIT Robbani
Mata Pelajaran	: PJOK
Kelas/semester	: V/II (dua)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Sepakbola)
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk

memecahkan masalah

4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1. Menganalisis ketrampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	3.1.1. Menganalisis teknik dasar <i>passing</i> .
4.1. Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola besar dengan koordinasi yang baik.	4.1.1. Melakukan variasi <i>passing</i> secara berkelompok 4.1.2. Melakukan kombinasi <i>passing</i> dalam permainan sepakbola gawang kecil.

C. Fokus Pendidikan Karakter

- a. Disiplin
- b. Kerjasama
- c. Tanggung jawab

D. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar *passing* menggunakan
- b. Siswa dapat mempraktikkan teknik dasar *passing* dengan benar
- c. Siswa dapat mengkombinasikan *passing* pada permainan sepakbola gawang kecil.

E. Materi Pembelajaran

1. Menendang Bola (*Passing*)

Passing merupakan teknik dasar menendang bola yang berperan penting dalam permainan sepakbola. Melalui *passing* yang cermat dan akurat akan meningkatkan kualitas suatu tim sepakbola. Mielke (2007: 19) menyatakan sepakbola sejatinya adalah permainan tim. Walaupun pemain yang memiliki ketrampilan tinggi bisa mendominasi pada kondisi tertentu, seorang pemain sepakbola harus saling bergantung pada setiap anggota tim untuk menciptakan permainan cantik dan membuat keputusan yang tepat. Agar bisa berhasil di dalam lingkungan tim ini, seorang pemain sepakbola harus mengasah ketrampilan *passing*.

Pendapat tersebut menunjukkan, sebaik apapun ketrampilan seorang pemain sepakbola, keberhasilan atau kemenangan sebuah tim sepakbola dibutuhkan kerjasama tim yang kompak. Kerjasama tim yang kompak dibutuhkan kemampuan *passing* yang baik dari setiap pemainnya. Untuk itu, dalam melakukan *passing* harus dilakukan secermat mungkin agar rekan satu timnya mampu menerima dan menguasai bola dengan baik.

Passing yang cermat dan akurat banyak manfaatnya terhadap kualitas permainan. Hal terpenting dalam melakukan *passing* harus diimbangi kontrol bola yang baik. Kemampuan pemain sepakbola melakukan *passing* dengan cermat dan kontrol bola yang baik dapat digunakan sebagai serangan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Mielke

(2007: 20) menyatakan *passing* yang baik dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Ketrampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang, sehingga pemain yang melakukan *passing* mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan *passing* yang tegas dan terarah kepada teman satu tim yang tidak dijaga lawan. *Passing* yang efektif juga memberikan peluang yang lebih baik untuk mencetak gol karena pemain yang menerima *passing* tersebut berada pada lokasi yang lebih menguntungkan jika dibandingkan dengan *passing* yang dilakukan dengan lemah atau tidak terarah.

Pendapat tersebut menunjukkan, *passing* yang baik sangat berperan penting untuk membuka ruangan yang diimbangi kontrol bola yang baik. Selain itu, *passing* yang baik, kuat dan terarah dapat mendukung menciptakan gol ke gawang lawan. Untuk memperoleh kemampuan *passing* yang baik, maka harus dilakukan latihan secara teratur dan berulang-ulang.

2. Teknik Pelaksanaan *Passing*

Passing dalam permainan sepakbola memiliki kontribusi besar dalam usaha menjalin kerjasama tim yang kompak untuk mencetak gol ke gawang lawan. Untuk memperoleh kemampuan *passing* yang baik, maka setiap pemain sepakbola harus mampu menggunakan bagian-bagian kaki untuk melakukan *passing*. Muchtar (1992: 30) menyatakan bagian kaki yang dapat digunakan untuk menendang bola yaitu (*inside-foot*),

punggung kaki (*instep-foot*), punggung (*inside-instep*), punggung kaki bagian luar (*outside-instep*).

Berdasarkan bagian-bagian kaki yang digunakan menendang bola, *passing* dalam permainan sepakbola pada umumnya dilakukan dengan . Mielke (2007: 20) menyatakan kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol yang lebih baik.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, sangat efektif untuk melakukan *passing* sepakbola, karena memiliki permukaan kaki yang luas. Untuk memperoleh kualitas *passing* yang baik, maka harus menguasai teknik *passing* yang baik dan benar. Elemen dasar bagi pelaksanaan tendangan kaki dalam yang baik adalah sikap awal, menendang bola dengan , mengarahkan bola ke sasaran.

Kunci keberhasilan *passing (inside of the foot)* yaitu:

a. Persiapan

1. Berdiri menghadap target.
2. Letakkan kaki yang menahankeseimbangan disamping bola.
3. Arahkan kaki ke target.
4. Bahu dan pinggul lurus dengan target.
5. Tekukkan sedikit lutut kaki.
6. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang
7. Tempatkan kaki dalam posisi menyamping.

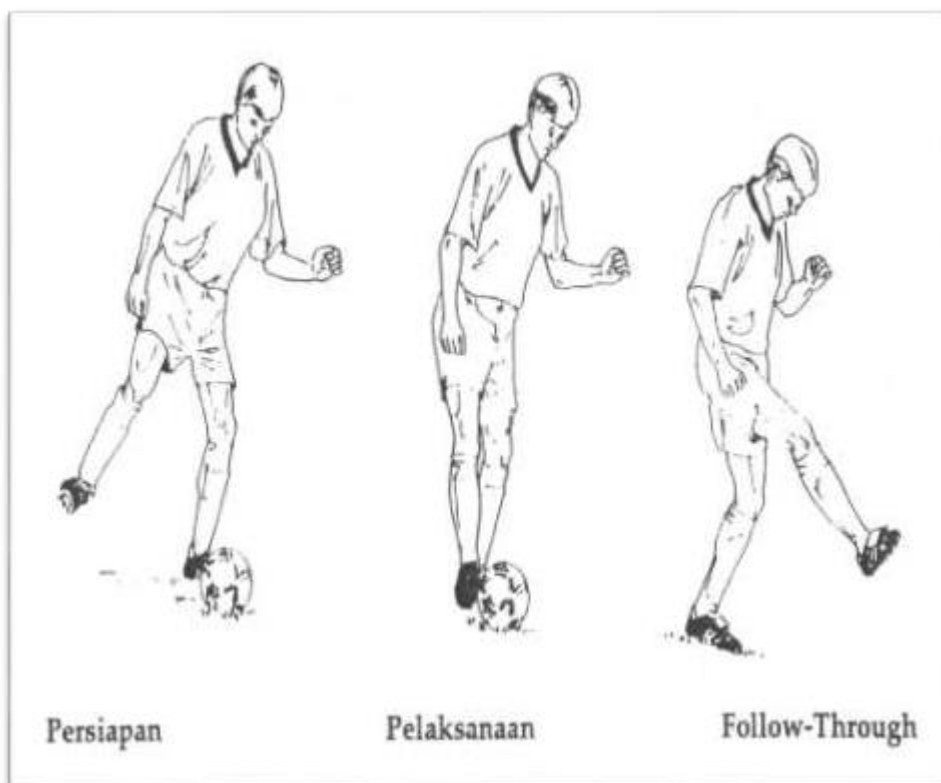
8. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan.
9. Fokuskan perhatian pada bola.

b. Pelaksanaan

1. Tubuh berada diatas bola.
2. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan.
3. Jaga kaki agar tetap lurus.
4. Tendang bagian tengah bola dengan kaki.

c. Follow-Through

1. Pindahkan berat badan ke depan.
2. Lanjutkan gerakan searah dengan bola.
3. Gerakan akhir berlangsung dengan mulus.



3. Kesalahan yang Sering Terjadi dalam Melakukan *Passing*

Kelihatannya relatif mudah untuk mengoper dan menerima bola yang menggelinding, namun pelaksanaannya tidaklah semudah itu jika lawan berusaha keras untuk mencuri bola dari kita. Kebanyakan kesalahan dalam mengoper dan menerima bola dikarenakan oleh teknik yang tidak sempurna, kurangnya konsentrasi, atau memilih teknik yang salah pada situasi tertentu. Kesalahan merupakan hal yang wajar hingga anda menjadi lebih ahli dalam melakukan ketrampilan dan mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkannya di bawah situasi permainan.

Berikut adalah kesalahan-kesalahan yang umum terjadi saat mengoper dan menerima bola di atas permukaan lapangan dan saran untuk memperbaikinya.

Kesalahan	Perbaikan
1. Bola terangkat dari permukaan	1. Menendang bola dengan menggunakan bagian kaki yang terlalu jauh, di dekatkan jari, atau terlalu ke bawah akan membuat bola melambung ke udara. Tendanglah bagian tengah bola dengan samping dalam kaki antara pergelangan kaki dan jari.
2. Operan tidak tepat	2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola dan arahkan pada target. Bahu dan pinggul lurus dengan target. Jaga kepala agar tidak bergerak pada saat menendang bola.
3. Operan kurang cepat	3. Kaki yang menendang tetap kuat. Pindahkan berat badan anda ke depan saat kaki menyentuh bola. Gunakan gerakan akhir yang mulus.

4. Anda mendekati bola dari sudut yang tajam dan berusaha untuk melakukan tendangan melintang	4. Dekati bola langsung dari belakang. Bahu dan pinggul lurus dengan target saat kaki anda menyentuh bola. Tendang bola ke arah depan.
---	---

Setiap kesalahan yang dilakukan siswa, guru harus mencermatinya dan segera membetulkan gerakannya dengan memberi contoh gerakan *passing* yang benar. Agar kesalahan-kesalahan tidak sering dilakukan, seorang guru harus memberikan penekanan-penekanan secara khusus pada teknik yang seringkali salah. Dengan demikian kesalahan yang sering dilakukan mendapat perhatian lebih dan dapat dihindari, sehingga akan terbentuk penguasaan teknik *passing* yang baik dan benar.

4. Permainan Sepakbola Gawang Kecil

Permainan sepakbola gawang kecil ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran olahraga sepakbola. Sehingga dalam pembelajaran siswa tidak merasa jenuh, bosan dan bisa mempelajari teknik dasar sepakbola dengan sebaik mungkin. Karena dalam permainan sepakbola gawang kecil ukuran lapangan diperkecil, ukuran gawang diperkecil sehingga terdapat dua sisi yang bisa dipilih siswa untuk mencetak gol dan akan menambah minat dan antusias siswa dalam proses pembelajaran.

5. Metode Pembelajaran

- a. *Scientific approach*
- b. *Cooperative learning*

6. Media dan Bahan/Alat dan Fasilitas Pembelajaran

a. Media

- Gambar teknik dasar *passing*
- Video teknik dasar *passing*
- Rekaman pertandingan sepakbola

b. Alat/Bahan dan Fasilitas Pembelajaran

- Lapangan sepakbola
- Bola sepak ukuran standar FIFA (7 buah)
- *Cones*

7. Sumber Belajar

- a. Muhadjir dan Budi Sutrisno.2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMA/MA Kelas X*. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal:167- 169
- b. Nengala, Asep Kurnia. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Grafindo Media Pratama
- c. Maa'u, Mellius dan Santoso. 2014. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Jakarta: Cakrawala Publishing

8. Langkah-langkah Pembelajaran

a. Pendahuluan (20 menit)

- 1) Guru membariskan peserta didik menjadi empat bersyaf atau membentuk setengah lingkaran, ucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
- 2) Guru memimpin doa
- 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat,
- 4) Guru merefleksi kembali pelajaran pada pertemuan sebelumnya,
- 5) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: permainan bolabesar dengan bermain sepakbola; *passing* dengan
- 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain sepakbola: misalnya bahwa bermain sepakbola adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani.
- 7) Pemanasan (*warming up*) dengan melakukan permainan kucing-kucingan disertai dengan *stretching*

b. Kegiatan Inti (100 menit)

1) Mengamati

Siswa mengamati gambar teknik passing atau contoh langsung dari guru.



2) Menanya

Siswa merumuskan pertanyaan terkait hal-hal yang belum/ingin diketahui tentang contoh yang diamati, seperti : konsep dan prosedur *passing* dengan .

3) Mencoba

1. Siswa melakukan *passing* secara berpasangan.
2. Melakukan *passing* kaki dalam secara kelompok kecil.
3. Melakukan *passing* secara berkelompok dengan media gawang kecil

4) Menalar

Siswa menemukan serta menetapkan gerakan *passing* dengan kaki dalam yang benar dan paling sesuai untuk diterapkan

dalam permainan sepakbola.

5) Mengkomunikasikan

Melakukan permainan sepakbola dengan menggunakan gawangkecil.

Cara bermain:

- a) Kedua tim melakukan koin tos, kemudian yang menang tos dapat memilihbola atau tempat.
- b) *Kick off* dimulai dengan cara pemain yang memilih bola melakukan *passing* dengan rekan satu timnya.
- c) Pemain hanya dapat melakukan sentuhan maksimal 3 kali. Apabila lebihmaka terjadi pelanggaran.
- d) Apabila bola keluar lapangan maka otomatis bola untuk tim lawan dandilakukan *kick-in*.
- e) *Passing* kepada teman dilakukan dengan cara *passing* datar menggunakan.

c. Penutup (15 menit)

- 1) Pendinginan.
- 2) Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan tentang materi *passing* kaki dalam.
- 3) Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi *passing* kaki dalam
- 4) Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik
- 5) Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa

d. Penilaian

1) Penilaian Sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas/lapangan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran yaitu disiplin, kerjasama, dan tanggung jawab.

Keterangan:

Berilah tanda *check list* (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di *check list* (√) “YA” mendapat nilai 1 dan tiap perilaku yang di *check list* (√) “TIDAK” mendapat nilai 0

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	Ya	Tidak
Disiplin	1. Hadir tepat waktu		
	2. Menggunakan seragam OR		
	3. Mengikuti seluruh proses pembelajaran		

	4. Selesai tepat waktu		
Kerjasama	1. Bersama-sama menyiapkan peralatan		
	2. Saling memberikan umpan secara bergantian		
	3. Menjaga peralatan secara bergantian		
Tanggung jawab	1. Menjaga keselamatan diri dan orang lain		
	2. Saling menghargai		
	3. Tidak mencari kesalahan orang lain		
	4. Mau mengakui kesalahan diri sendiri		
Skor Perolehan			
Skor Maksimal			11

2) Penilaian Pengetahuan

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada jawabanyang benar.

RUBRIK PENILAIAN ASPEK PENGETAHUAN PADA PERMAINAN SEPAKBOLA GAWANG KECIL

1. Untuk memulai permainan sepakbola dilakukan dengan
 - a. *Kick off*
 - b. *Kick in*
 - c. *Goal kick*
 - d. *Free kick*
2. Permainan sepakbola dimainkan olehpemain
 - a. 9
 - b. 12
 - c. 13
 - d. 10
3. Lama permainan sepakbola adalah
 - a. 2 x 30 menit
 - b. 2 x 40 menit
 - c. 2 x 45 menit
 - d. 2 x 35 menit
4. Teknik dasar pada permainan sepakbola meliputi
 - a. Menggiring, menangkap, dan menembak
 - b. Menggiring, menyundul, dan memukul
 - c. Menendang, menyundul, dan menggiring
 - d. Menendang, menangkap, dan *service*
5. Induk organisasi sepakbola internasional adalah
 - a. FIFA
 - b. FIBA
 - c. FIBA
 - d. FINA

6. Pemain sepakbola yang boleh memegang bola disebut
- a. *Keeper*
 - b. *Stoper*
 - c. *Center*
 - d. *Striker*
7. Seseorang yang memimpin jalannya pertandingan disebut
- a. Wasit
 - b. *Linesman*
 - c. Pelatih
 - d. Juri
8. Induk organisasi sepakbola Indonesia adalah
- a. PBSI
 - b. PSSI
 - c. FIFA
 - d. PSIS
9. Untuk memperoleh tendangan mendatar kita tendang bola pada bagian
- a. Tengah bola
 - b. Atas bola
 - c. Bawah bola
 - d. Samping kanan
10. Teknik yang digunakan dalam sepakbola untuk melakukan operan jarak pendek adalah
- a. Kaki bagian luar
 - b. Punggung kaki
 - c.
 - d. Kura-kura kaki
11. Gerakan lanjutan setelah melakukan tendangan disebut
- a. *Follow-through*
 - b. *Follow-up*
 - c. *Follow-back*
 - d. *Following*
12. Posisi badan saat menendang bola jarak dekat adalah
- a. Dicondongkan ke depan
 - b. Dicondongkan ke belakang

- c. Dimiringkan ke samping kanan
 - d. Dimiringkan ke samping kiri
13. Teknik yang digunakan untuk menghentikan bola yang bergulir di atas permukaan lapangan dalam permainan sepakbola adalah ...
- a. Menahan dengan kaki bagian luar
 - b. Menahan dengan ujung sepatu
 - c. Menahan dengan
 - d. Menahan dengan paha
14. Dalam permainan sepakbola gawang kecil, jika bola keluar melewati garis samping lapangan dilakukan
- a. *Throw-in*
 - b. *Kick-off*
 - c. *Kick-in*
 - d. *Corner-kick*
15. Ada berapa sisi yang bisa digunakan untuk mencetak gol dalam permainan sepakbola gawang kecil
- a. Dua
 - b. Tiga
 - c. Satu
 - d. Empat

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik, setiap jawaban benar mendapat nilai 1.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3) Tes Unjuk Kerja (Ketrampilan)

Lakukan teknik dasar *passing* pada permainan sepakbola gawangkecil.

Keterangan:

Berilah tanda *check list* (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerakan/teknik yang diharapkan.

Tiap gerakan/teknik yang di *check list* (√) “YA” mendapat nilai 1 dan tiap gerakan/teknik yang di *check list*(√) “TIDAK” mendapat nilai 0.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN *PASSING* PADAPERMAINAN SEPAKBOLA GAWANG KECIL

Indikator	Uraian Gerak	Ya	Tidak
Persiapan	1. Berdiri menghadap target		
	2. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola		
	3. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang		
	4. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan		
	5. Fokuskan perhatian pada bola		
	1. Tubuh berada diatas bola		

Pelaksanaan	2. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan		
	3. Jaga kaki agar tetap lurus		
	4. Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki		
<i>Follow-through</i>	1. Pindahkan berat badan ke depan		
	2. Lanjutkan gerakan searah dengan bola		
	3. Gerakan akhir berlangsung dengan mulus		
Skor Perolehan			
Skor Maksimal			12

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian

DOKUMENTASI PENELITIAN

SIKLUS I



Pemanasan



Pemanasan



Kegiatan Inti



Kegiatan Inti

DOKUMENTASI PENELITIAN

SIKLUS II



Pemanasan



Pemanasan



Kegiatan Inti



Kegiatan Inti