



**MENINGKATKAN AKURASI *SHOOTING* DALAM PERMAINAN
SEPAK BOLA MELALUI MODEL PEMBELAJARAN PRAKTIS
PADA SISWA KELAS VIIIB SMPN 17 KOTA BENGKULU**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Bengkulu Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

OLEH :

ZEPI ARLIN PALA

NPM : A1H009090

PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS BENGKULU

2014

ABSTRAK

ZEPI ARLIN PALA : Meningkatkan Akurasi *Shooting* Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Model Pembelajaran Praktis Pada Siswa Kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu. Skripsi. Bengkulu: Program Sarjana, Universitas Bengkulu, 2014.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah melalui model pembelajaran praktis dapat meningkatkan akurasi *shooting* pada permainan sepak bola dalam pembelajaran penjas. Jenis penelitian yang digunakan untuk menjawab tujuan penelitian tersebut adalah *Classroom Action Research* atau penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu yang berjumlah 32 orang. Yang terdiri dari 17 siswa putra dan 14 siswa putri. Hasil penelitian pada pra-siklus diketahui bahwa sebagian besar siswa belum memahami teknik dasar *shooting*, sehingga hasil tes akurasi *shooting* yang diperoleh siswa sebesar 6,45% kategori baik, 19,35% kategori cukup, 41,93% kategori kurang, dan 32,25% kategori sangat kurang. Pada siklus pertama dengan penerapan model pembelajaran praktis yang tepat, siswa memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,22% kategori sangat baik, 29,03% kategori baik, 38,70% kategori cukup, 25,80% kategori kurang, dan 3,22% kategori sangat kurang. Pada siklus kedua terjadi peningkatan pada akurasi *shooting* siswa sebesar 12,90% kategori sangat baik, 45,16% kategori baik, 22,58% kategori cukup, 19,67% kategori kurang. Meningkatnya akurasi *shooting* siswa dalam permainan sepak bola sebagai pengaruh dari penerapan model pembelajaran praktis. Berdasarkan hasil di atas maka disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran praktis terbukti dapat meningkatkan akurasi *shooting* siswa dalam permainan sepak bola.

Kata kunci: Akurasi *Shooting*, Model Pembelajaran Praktis.

ABSTRACT

ZEPI ARLIN PALA : *Improving Accuracy Shooting In Football Game Through Practical Learning Model Student In Class VIII B SMP 17, the city of Bengkulu. Minithesis. Bengkulu : Graduate Program, University of Bengkulu, 2014.*

This study aims to determine whether through practical learning model can improve the accuracy of shooting at a football game in penjas learning. This type of research is used to answer the purpose of the study was classroom action reseach or classroom action research (CAR). The subjects were students of class VIII B SMP 17 Bengkulu city, amounting to 32 people. Which consisted of 17 boys and 14 student daughter. The results of research on pre - cycle is known that most of the students do not understand the basic techniques of shooting, so shooting accuracy test results obtained by students either category of 6.45% , 19.35% enough categories, 41.93% less category, and 32,25% category of very less. In the first cycle with the application of appropriate practical learning model, students gain an average value of 3.22% is very good category, the category of either 29.03%, 38.70% enough categories, 25.80% less category, and 3,22% very poor category. In the second cycle there is an increase in the accuracy shooting 12.90% of students categorized as very good, good category 45.16%, 22.58% enough categories, 19.67% less category. Increased accuracy shooting students in a football game as the influence of the practical application of the learning model. Based on the above results, we conclude that the practical application of proven learning model can improve the accuracy of shooting students in a football game.

Keywords : Accuracy Shooting, Practical Learning Model.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Zepi Arlin Pala

Nomor Pokok Mahasiswa : A1H009090

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Fakultas : FKIP UNIB

Judul Penelitian :
Meningkatkan Akurasi *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Melalui Model Pembelajaran Praktis pada Siswa Kelas VIIIIB Smpn 17 Kota Bengkulu

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang telah dipublikasikan atau ditulis orang lain atau telah dipergunakan dan diterima sebagai prasyarat penyelesaian studi pada universitas atau institut lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang telah dinyatakan dalam teks.

Bengkulu, Februari 2014

Yang Menyatakan



Zepi Arlin Pala
A1H009090

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

- ✓ Hidup adalah perjuangan. Pada saat kita jatuh dan bangkin lagi, maka keajaiban dan peluang masih terbuka lebar. Tetapi saat jatuh dan kita menyerah, perjuangan selesai.
- ✓ Jangan takut bermimpi, karena dengan mimpi kita akan menggapai impian.
- ✓ Pengalaman adalah pelajaran yang paling berharga.

Persembahan

- ✓ Puji syukur hamba panjatkan pada-Mu ya rabb, setiap keberhasilan ini takkan ada dalam kehidupanku tanpa seizin-Mu.
- ✓ Cucuran keringat dan air mata serta untaian do'a yang selalu kalian panjatkan setiap saat. Ku persembahkan untuk ayah ku (Ahmad Lutfi) dan ibu ku (Zeplin Susepa) tercinta, Zepi tak kan pernah seperti ini tanpa ayah dan ibu.
- ✓ Kepada Adik ku Dhones Rizki Fernandez, dan Rifan Rivaldo yang selalu memberi semangat kepada ku.
- ✓ Kepada pacar ku (Desta Oktaria) yang telah membantu dalam pengerjaan skripsi ini.
- ✓ Khusus untuk dosen ku, ku rasakan bahwa kesabaran dan keikhlasan serta dorongan selama ini telah membuat semuanya bermakna. Semoga semuanya menjadi pelajaran yang berharga.
- ✓ Teman-teman penjaskes seluruhnya.
- ✓ Almamater tercintaku.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, shalawat serta salam penulis limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Karena atas berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Meningkatkan Akurasi *Shooting* Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Model Pembelajaran Praktis Pada Siswa Kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu”.

Pada saat penulisan skripsi ini, penulis banyak sekali mendapatkan bimbingan dan bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak, karena itu izinkanlah penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Rambat Nur Sasongko, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu.
2. Drs. Tono Sugiartono, M. Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Bengkulu.
3. Drs. Arwin, M.Pd selaku pembimbing I dalam melaksanakan penyusunan proposal ini, yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengetahuan dalam penulisan dan penyusunan skripsi ini.
4. Drs. Sugiyanto, M. Pd selaku selaku pembimbing II dalam melaksanakan penyusunan skripsi penelitian ini, yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengetahuan dalam penulisan dan penyusunan skripsi penelitian ini.
5. Orang tuaku yang telah memberikan nasehat, motivasi serta do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Rekan-rekan seperjuangan penjaskes yang telah memberikan banyak masukan, dorongan, motivasi serta kritikan yang membangun sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya bagi pembaca. Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan kebaikan yang berlipat, karena hanya Allah SWT lah sebaik-baik pemberi balasan. Akhir kata semoga Allah SWT selalu mengiringi dan melindungi setiap langkah kita menuju kebenaran.

Bengkulu, Februari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
PERNYATAAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II KAJIAN PUSTAKA

1. Hakekat Pendidikan Jasmani.....	6
2. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama.....	8
3. Model Pembelajaran Praktis.....	8
4. Hakekat dan Sejarah Singkat Permainan Sepak Bola.....	11
5. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola.....	15
6. Hakekat Menembak Bola Ke Gawang (<i>shooting</i>).....	15
A. Menembak (<i>shooting</i>) bola dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam.....	16
B. Korelasi Kesalahan.....	18
7. Kerangka Berfikir atau Kerangka Konseptual	19

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	21
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	22
C. Subyek Penelitian	22
D. Jenis Tindakan.....	22
E. Teknik Pengumpulan Data	26
F. Instrumen Penelitian.....	26
G. Teknis Analisis Data	32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Prosedur Dan Hasil Penelitian.....	34
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	51
C. Pembahasan Penelitian.....	54
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	59
B. Implikasi	60
C. Keterbatasan.....	61
D. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN – LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

1. Tabel 1 Tabel penilaian tes <i>shooting</i>	28
2. Tabel 2 Lembar Observasi Teknik <i>shooting</i> siswa.....	29
3. Tabel 3 Lembar Observasi Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran <i>shooting</i> Melalui model pembelajaran praktis.....	30
4. Tabel 4 Lembar Observasi Aktivitas guru Pada Pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis	31
5. Tabel 5 Data Pengamatan teknik <i>shooting</i> dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (pra siklus).....	35
6. Tabel 6 Data tes akurasi tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (pra siklus).....	36
7. Tabel 7 Data Pengamatan teknik tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (siklus I).....	41
8. Tabel 8 Data tes akurasi tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (siklus I).....	42
9. Tabel 9 Data Pengamatan teknik tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (siklus II).....	49
10. Tabel 10 Data tes akurasi tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (siklus II).....	50
11. Tabel 11 Data rekapitulasi hasil teknik tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (pra siklus, siklus I, siklus II).....	52
12. Tabel 12 Data rekapitulasi pengamatan aktivitas siswa dalam pembelajaran <i>shooting</i> bola ke gawang melalui pembelajaran praktis.....	52
13. Tabel 13 Data rekapitulasi pengamatan aktivitas guru dalam pembelajaran <i>shooting</i> bola ke gawang melalui model pembelajaran praktis.....	53
14. Tabel 14 Prosentase penilaian hasil tes akurasi <i>shooting</i> bola ke gawang dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (pra siklus, siklus I, siklus II).....	53
15. Tabel 15 Hasil rata – rata gabungan satu kelas tes akurasi <i>shooting</i> bola ke gawang (pra siklus, siklus I, siklus II).....	53

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 1 Perkenaan Kaki Pada Bola.....	17
2. Gambar 2 shooting bola dengan menggunakan kaki bagian dalam	18
3. Gambar 3 kerangka berfikir pembelajaran teknik shooting dalam permainan sepak bola.....	20
4. Gambar 4 PTK model gabungan Sanford dan Kemmis	23
5. Gambar 5 Bentuk gawang tes <i>shooting</i>	27
6. Gambar 6 Diagram peningkatan nilai rata-rata satu kelas tiap siklus.....	54
7. Gambar 7 Foto kegiatan penelitian.....	89

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1 Pengamatan teknik <i>shooting</i> dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (data pra siklus).....	64
2. Lampiran 2 Data observasi tes akurasi <i>shooting</i> dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (data pra siklus).....	66
3. Lampiran 3 Pengamatan teknik <i>shooting</i> dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (data siklus I)..	68
4. Lampiran 4 Data observasi tes akurasi tembakan ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam dari <i>Siem Ployer</i> (data siklus I).....	70
5. Lampiran 5 Pengamatan teknik tembakan ke gawang(<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (data siklus II).....	72
6. Lampiran 6 Data observasi tes akurasi tembakan ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam Dari <i>Siem Plooyer</i> (data siklus II)..	74
7. Lampiran 7 Data-data rekapitulasi hasil tes akurasi tembakan bola ke gawang (<i>shooting</i>) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam (pra siklus, siklus I, siklus II)..	76
8. Lampiran 8 Data observasi aktivitas siswa pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklus I, pertemuan 1)..	78
9. Lampiran 9 Data observasi aktivitas guru pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklus I, pertemuan 1)..	79
10. Lampiran 10 Data observasi aktivitas siswa pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklus I, pertemuan 2)..	80
11. Lampiran 11 Data observasi aktivitas guru pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklius I, pertemuan 2) .	81
12. Lampiran 12 Data observasi aktivitas siswa pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklus II, pertemuan 1)..	83
13. Lampiran 13 Data observasi aktivitas guru pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklius II, pertemuan 1) .	84

14. Lampiran 14 Data observasi aktivitas siswa pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklus II, pertemuan 2).	85
15. Lampiran 15 Data observasi aktivitas guru pada pembelajaran <i>shooting</i> melalui model pembelajaran praktis (data siklus II, pertemuan 2).....	86
16. Lampiran 16 Data-data rekapitulasi hasil pengamatan teknik <i>shooting</i> bola ke gawang (pra siklus, siklus I, siklus II).....	87
17. Lampiran 17 Gambar kegiatan penelitian.....	89
18. Lampiran 18 Surat izin penelitian dari Dinas Pendidikan Nasional Pemerintah Kota Bengkulu.	96
19. Lampiran 19 Surat izin penelitian dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.....	97
20. Lampiran 20 Surat keterangan selesai penelitian dari SMPN 17 Kota Bengkulu.....	98
21. Lampiran 21 Surat pernyataan teman sejawat.....	99
22. Lampiran 22 Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).....	101

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembangunan nasional pada hakekatnya adalah pembangunan manusia Indonesia seutuhnya dan pembangunan masyarakat Indonesia seluruhnya berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar 1945. Keberhasilan pembangunan nasional tersebut sangat dipengaruhi oleh kualitas masyarakat Indonesia. Pembangunan di bidang olahraga merupakan salah satu aspek yang tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan aspek kehidupan lainnya. Hal ini disadari sepenuhnya bahwa melalui olahraga akan dapat meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani serta pembentukan sikap dan kepribadian yang serasi, seimbang dan selaras sesuai dengan hakekat pembangunan Indonesia seutuhnya dalam bidang olahraga.

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. Pada dasarnya tujuan pendidikan jasmani mencakup beberapa hal, di antara lain mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis. Pada dasarnya pendidikan jasmani

merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Tembakan bola ke gawang (*shooting*) dalam permainan sepak bola pada dasarnya terbagi dalam tiga bentuk yaitu dengan menggunakan kaki bagian dalam, menggunakan kaki bagian luar dan menggunakan punggung kaki. Teknik dasar permainan sepak bola merupakan suatu proses yang melahirkan pembuktian dalam praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas dalam cabang olahraga sepak bola. Teknik dasar dalam permainan sepak bola harus betul-betul dikuasai untuk pengembangan dan peningkatan prestasi pemain.

Pembelajaran merupakan suatu sistem, yang terdiri dari berbagai komponen yang saling berhubungan satu dengan yang lainnya. Komponen tersebut meliputi : tujuan, materi, metode, dan evaluasi. Keempat komponen pembelajaran tersebut harus diperhatikan oleh guru dalam memilih dan menentukan model atau metode pembelajaran apa yang akan digunakan dalam kegiatan pembelajaran agar pembelajaran dapat berjalan kondusif.

Penerapan model pembelajaran praktis berguna untuk meningkatkan keterampilan bermain anak didik, ini disebabkan pola gerak yang terkandung dalam bentuk keterampilan yang kompleks untuk pengembangan kemampuan gerak siswa, pola kemampuan gerak yang ditampilkan meliputi kemampuan gerak yang mengarah kepada pemahaman bermain sepak bola.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan diketahui akurasi *shooting* dari siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu tahun pelajaran

2013/2014 masih kurang. Hasil praktek di lapangan pada siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu ditemukan hasil rata – rata pra siklus sebesar 48,87 (kategori kurang), Dengan rincian 6,45% (2 orang) dengan kategori baik, 19,35% (6 siswa) dengan kategori cukup, 41,93% (13 siswa) dengan kategori kurang dan 32,25% (10 siswa) dengan kategori sangat kurang. Orientasi awal ini di lakukan untuk mendapatkan sejumlah informasi secara aktual yang berkaitan dengan karakteristik permasalahan penelitian yang nantinya akan dijadikan sebagai dasar dalam merumuskan rencana tindakan. Data awal dalam penelitian ini adalah nilai praktek dan nilai pengamatan *shooting* permainan sepak bola. Dengan demikian tampak bahwa tingkat kegagalan *shooting* bola dari siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu masih cukup besar. Oleh karena itu perlu dipilih model pembelajaran yang sesuai dengan karakter siswa agar siswa dapat belajar dengan optimal.

Berdasarkan penjabaran keterangan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul : Meningkatkan Akurasi *Shooting* Dalam Permainan Sepak bola Melalui Model Pembelajaran Praktis Pada Siswa Kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Siswa tidak aktif dalam mengikuti pelajaran.
2. Proses belajar mengajar berjalan tidak kondusif
3. Kurangnya siswa menguasai teknik *shooting* bola pada permainan sepak bola.

4. Masih banyak siswa yang belum begitu kenal tentang bentuk gerakan *shooting* bola dengan baik.
5. Teknik dalam melakukan *shooting* masih begitu sulit untuk di lakukan oleh siswa.
6. Kurangnya sarana dan prasarana yang memadai di sekolah.

C. Pembatasan Masalah

Karena banyaknya masalah dalam latar belakang, maka penelitian ini dibatasi pada permasalahan yang terkait dengan pembelajaran permainan bola besar yaitu sepak bola. Khususnya yang terjadi di SMPN 17 Kota Bengkulu di Kelas VIIIIB. Dalam konteks ini, permasalahan yang dikaji yaitu hanya pada akurasi *shooting* siswa kelas VIIIIB SMPN 17 Kota Bengkulu melalui model pembelajaran praktis.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembahasan masalah yang telah di uraikan sebelumnya maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah dengan menggunakan model pembelajaran praktis dapat meningkatkan akurasi *shooting* pada siswa kelas VIIIIB SMPN 17 Kota Bengkulu?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang dirumuskan diatas, permasalahan ini memiliki tujuan : Untuk mengetahui peningkatan akurasi *shooting* siswa setelah menggunakan model pembelajaran praktis.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi guru

Sebagai sumber informasi bagi guru pada umumnya dan khususnya bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan, pentingnya mengembangkan model pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan siswa.

2. Bagi Siswa

Dapat memperoleh pembelajaran penjas yang lebih menarik, sehingga dapat meningkatkan akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola dan dapat meningkatkan prestasi belajar penjas siswa.

3. Bagi peneliti

Untuk memperoleh gambaran secara nyata upaya meningkatkan akurasi *shooting* melalui model pembelajaran praktis sebagai langkah awal dalam permainan sepak bola secara optimal di Sekolah Menengah Pertama.

BAB II

KAJIAN TEORI

1. Hakekat Pendidikan Jasmani

Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 mengamanatkan bahwa pendidikan berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang berdemokratis dan bertanggung jawab, pembinaan kesegaran jasmani merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia yang diarahkan pada peningkatan kondisi kesehatan fisik mental dan rohani bangsa Indonesia.

Menurut Nixon (1980 : 27), pendidikan jasmani paling tepat didefinisikan sebagai tahap dari proses tetap dari pendidikan yang berkaitan dengan perkembangan dan pemanfaatan kesukarelaan individu, kemampuan gerakan terarah dan secara langsung berhubungan dengan mental, emosi dan respon sosial. Seiring dengan perubahan perilaku secara individu menghasilkan bentuk respon pergerakan pusat dan individu belajar melalui pendidikan jasmani.

Menurut Bucher (1995 : 6), pendidikan jasmani adalah sebuah proses pendidikan yang mempunyai tujuan untuk meningkatkan penampilan seseorang dan peningkatan dari pengembangan manusia melalui aktifitas jasmani secara medium yang terpilih untuk mewujudkan hasil. Di pengertian ini pendidikan

mempunyai arti yang luas sebagai wakilnya pendidikan adalah proses dari pembelajaran dan pengembangan yang total terjadi disetiap umur kita. Pendidikan jasmani meliputi aktivitas dan perbaikan dari kemampuan motorik perkembangan dan pemeliharaan kebugaran untuk kesehatan secara optimal dan kesejahteraan. Pencapaian dari pengetahuan tentang aktivitas jasmani dan tugas, mengembangkan sikap positif menuju kegiatan jasmani sebagai sebuah arti peningkatan penampilan manusia dan meningkatkan kualitas hidup.

Menurut frost (1983 : 6) dalam buku Arma Abdullah dan Agus Manadji, rumusan definisi pendidikan jasmani yang dibuatnya sejalan dengan definisi pendidikan, yang menurut dia ; pendidikan terdiri dari perubahan dan penyesuaian yang terjadipada diri individu sebagai akibat dari pengalaman.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah bagian dari proses pendidikan yang memiliki esensi bahwa pendidikan jasmani bukan saja hanya pelengkap dalam suatu pendidikan individu tetapi lebih kepada proses pengembangan keterampilan dan perkembangan menyeluruh individu itu proses aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani juga terkait dengan respon emosional, hubungan personal, perilaku kelompok, pembelajaran mental, intelektual, emosional, dan estetika. Dengan demikian, para guru pendidikan jasmani dituntut mampu memanfaatkan aktivitas fisik dan memperoleh nilai-nilai pendidikan yang diperlukan.

2. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama

Menurut Sudarwan Danim (2013 : 76), Peserta didik usia ini merupakan periode remaja transisi, yaitu periode transisi antara masa kanak-kanak dan usia dewasa. Periode ini merupakan masa perubahan yang sangat besar. Selama periode tahun ini pertumbuhan fisik, emosional, dan intelektual terjadi dengan kecepatan yang “memusingkan”, menantang peserta didik sebagai remaja untuk menyesuaikan diri dengan suatu bentuk (tubuh baru), identitas sosial, dan memperluas pandangannya tentang dunia. Pada masa ini juga anak didik merasakan pubertas. Pubertas adalah waktu perkembangan fisik dengan cepat, menandakan akhir dari masa kanak-kanak dan awal kematangan seksual. Walaupun masa pubertas dapat dimulai pada waktu yang berbeda bagi masing-masing peserta didik, baik peserta didik perempuan maupun laki-laki menyelesaikan masa ini tanpa masalah.

3. Model Pembelajaran Praktis

Menurut Hernawan (2013), dalam model pembelajaran praktis ini, ada beberapa tahapan-tahapan yang dilakukan dalam melakukan gaya pembelajaran, yakni tahap *pre impact*, *impact*, dan *post impact*.

- A. Tahapan *Pre Impact* (sebelum inti). Tahap ini adalah proses pendahuluan / pembukaan.
- B. Tahapan *Impact* (inti). Dalam tahap ini adalah proses penjelasan materi dan model pembelajaran. Urutan proses pembelajarannya adalah:
 - a. Guru memberikan tugas dan tugas tersebut harus menggambarkan standar perorangan,

- b. Guru harus menjabarkan kriteria benar dan tidak benar,
 - c. Guru menjelaskan peran siswa,
 - d. Guru menjelaskan peran guru,
 - e. Guru menjelaskan isi, gaya, tindakan, dan media dalam tugas yang diberikan,
 - f. Guru melakukan manajemen kelas,
 - g. Guru bertanya apakah siswa mengerti atau belum,
 - h. Siswa melakukan tugas yang diberikan, dan
 - i. Guru mengamati setiap individu siswa yang melakukan tugas.
- C. Tahapan *Post Impact* (setelah inti). Dalam tahap ini guru memberikan umpan balik kepada siswa dan memberikan gambaran tentang siswaan berikutnya. Dalam proses ini guru juga harus mempertimbangkan beberapa hal, yaitu:
- a. Mengidentifikasi siswa yang membuat kesalahan.
 - b. Memberikan umpan balik dan mengoreksi siswa.
 - c. Memberikan perhatian lebih untuk memverifikasi perilaku yang dikoreksi.
 - d. Mengkoreksi siswa yang lain (jangan hanya kepada satu siswa).
 - e. Tetap memberikan umpan balik dan masukan kepada siswa yang sudah tepat menyelesaikan tugas.

Menurut Roestiyah (2012 : 125), dalam suatu proses belajar mengajar, perlu adanya teknik penyajian atau model pelajaran yang dapat diterapkan agar dapat meningkatkan keterampilan akurasi *shooting* siswa. Salah satu teknik penyajian pelajaran untuk memenuhi tuntutan tersebut ialah teknik latihan/drill.

Latihan/ drill ialah suatu teknik yang dapat dartikan sebagai suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, agar siswa memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari. Latihan yang praktis, mudah dilakukan; serta teratur melaksanakannya membina anak dalam meningkatkan penguasaan keterampilan itu; bahkan mungkin siswa dapat memiliki ketangkasan itu dengan sempurna.

Untuk pelaksanaan teknik ini perlu diperhatikan pula kelemahan-kelemahannya seperti dalam latihan sering terjadi cara atau gerak yang tidak bisa berubah, karena merupakan cara yang telah di bakukan mereka tidak boleh menggunakan cara lain atau cara menurut pikirannya sendiri.

Untuk kesuksesan pelaksanaan teknik latihan itu perlu instruktur/guru memperhatikan langkah-langkah/prosedur yang disusun demikian, Roestiyah (2012 : 127) :

- a. Gunakanlah latihan ini hanya untuk pelajaran atau tindakan yang dilakukan secara otomatis.
- b. Guru harus memilih latihan yang mempunyai arti luas ialah yang dapat menanamkan pengertian pemahaman akan makna dan tujuan latihan sebelum mereka melakukannya.
- c. Di dalam latihan pendahuluan guru harus lebih menekankan pada diagnosis, karena latihan permulaan itu kita belum bisa mengharapkan siswa dapat menghasilkan keterampilan yang sempurna. Pada latihan berikutnya guru perlu meneliti kesukaran atau hambatan yang timbul dan dialami siswa, hingga dapat menentukan latihan mana yang perlu diperbaiki.

- d. Perlu mengutamakan ketepatan, agar siswa melakukan latihan secara tepat, serta perlu diperhatikan pula apakah repon siswa telah dilakukan dengan dengan tepat dan cepat.
- e. Guru memperhitungkan masa latihan yang singkat agar tidak melelahkan dan membosankan.
- f. Guru dan siswa perlu memikirkan dan mengutamakan proses yang esensial/pokok atau inti.
- g. Guru perlu memperhatikan individu siswa, sehingga kemampuan dan kebutuhan siswa masing-masing tersalurkan atau dikembangkan. Maka dalam pelaksanaan latihan guru perlu mengawasi dan memperhatikan latihan perorangan.

Dengan langkah-langkah itu di harapkan latihan akan betul-betul bermanfaat bagi siswa untuk menguasai percakapan itu, serta dapat menumbuhkan pemahaman untuk melengkapi penguasaan pelajaran yang diterima secara teori dan praktek di sekolah.

4. Hakekat dan Sejarah Singkat Permainan Sepak Bola

Sejarah olahraga sepak bola dimulai sejak abad ke – 2 dan 3 sebelum Masehi di Cina. Di masa Dinasti Han tersebut, masyarakat menggiring bola kulit dengan menendang ke jaring kecil. Permainan serupa juga dimainkan di Jepang dengan sebutan Kemari. Di Italia, permainan menendang dan menggiring bola juga digemari terutama di abad ke- 16.

Sepak bola modern mulai berkembang di Inggris dan menjadi olahraga yang sangat digemari. Di beberapa kompetisi, permainan ini menimbulkan

banyak kekerasan selama pertandingan karena belum dibentuk peraturan-peraturan yang baku dalam sepak bola sehingga akhirnya Raja Edward III melarang olahraga ini dimainkan pada tahun 1365. Raja James I dari Scotlandia mendukung larangan unruk permainan sepak bola.

Pada tahun 1815, sebuah perkembangan besar menyebabkan sepak bola menjadi terkenal di lingkungan universitas dan sekolah. Kelahiran sepak bola modern terjadi di Freemasons Tavern pada tahun 1863 ketika 11 sekolah dan klub berkumpul serta merumuskan aturan-aturan baku untuk permainan tersebut. Bersama dengan itu, terjadi pemisahan yang jelas antara olahraga rugby dan sepak bola (*soccer*). Pada tahun 1869, membawa bola dengan tangan mulai dilarang dalam sepak bola. Selama tahun 1800-an, olahraga tersebut dibawa oleh pelaut, pedagang, dan tentara Inggris ke berbagai belahan dunia. Pada tahun 1904, asosiasi tertinggi sepak bola dunia (FIFA) dibentuk dan pada awal tahun 1900-an berbagai kompetisi sepak bola dimainkan dibergai negara.

Bangsa Indonesia mengenal sepak bola dari bangsa Belanda. Pada tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta, dibentuk Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) yang diketuai oleh Soeratin Sosro Soegondo, yang dikenak sebagai bapak pelopor sepak bola Indonesia. Sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan oleh 2 tim dengan masing-masing beranggotakan 11 orang. Olahraga ini sangat terkenal dan dimainkan di 200 negara dengan berbagai kejuaraan sepak bola yang diselenggarakan oleh FIFA. Permainan sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit berukuran 27-28 inci. Lapangan yang digunakan dalam permainan ini memiliki lebar 50-100 yard dan

panjang 100-300 yard. Gawang tempat mencetak gol terletak di bagian ujung lapangan dengan dibatasi jaring berukuran tinggi 8 kaki dan lebar 24 kaki. Zidane Muhdhor Al-Haqiqie (2013 : 10).

A. Ukuran Lapangan Sepak Bola

Sesuai dengan peraturan FIFA, lapangan sepak bola berbentuk persegi panjang dengan ketentuan, sebagai berikut :

- a. Panjang lapangan (garis samping) : 90 - 120 meter.
- b. Lebar lapangan (garis gawang) : 45 -90 meter.
- c. Daerah gawang : 5,5 meter dari masing-masing tiang gawang,5,5 meter dari garis gawang.
- d. Daerah hukuman (kotak 16 m) : 16,5 meter dari masing-masing tiang gawang, 16.5 meter dari garis gawang.
- e. Diameter lingkaran tengah lapangan : 18,3 meter
- f. Titik penalti : 11 meter dari garis gawang

B. Ukuran Gawang Permainan Sepak Bola

- a. Tinggi gawang : 2.44 m diukur dari tanah sampai mistar gawang.
- b. Lebar gawang : 7,32 m, diukur dari sisi dalam kedua tiang gawang.
- c. Bahan : tiang gawang harus dibuat dari kayu, logam/besi 12 cm.

C. Ukuran Bola

- a. Berbentuk bulatan sempurna.
- b. Lapisan terbuat dari kulit atau bahan lainnya yang layak untuk itu (Bola dari bahan yang berbulu tidak diperbolehkan dalam pertandingan Internasional).
- c. Keliling bola tidak kurang dari 62 cm dan tidak lebih dari 64 cm.
- d. Pada saat pertandingan dimulai, berat bola minimum 400 gram dan maksimum 440 gram.
- e. Memiliki tekanan sama dengan 0,4-0,6 atmosfer (400-600/cm²) pada permukaan laut.
- f. Ukuran standar bola sepak adalah berdiameter 68–70 cm dan berat 410–450 gr, Tekanan 8–12 psi.

D. Tiang Bendera

Sebuah tiang bendera, tingginya tidak kurang dari 1,5 m, dengan sebagiannya dipasangkan bendera dan harus ditempatkan disetiap sudut lapangan permainan. Zidane Muhdhor Al-Haqiqie (2013 : 13).

E. Jumlah Pemain

Setiap tim atau regu pada dasarnya terdiri dari 11 orang yang bertanding dilapangan, dan salah satunya sebagai penjaga gawang (*goal keeper*).

F. Perlengkapan Permainan

Perlengkapan permainan terdiri dari kaos/kostum sepak bola, kaos kaki panjang, sepatu sepak bola, pelindung kaki (*skin decker*). Khusus untuk penjaga gawang harus memakai sarung tangan. Selain itu, pemain tidak boleh mengenakan

sesuatu yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain, seperti : cincin, anting-anting, gelang, kalung yang terbuat dari logam atau sejenisnya.

5. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola

Menurut Robert Kooger (2007 : 13), *Foundation* atau teknik dasar merupakan menu latihan yang paling mendasar atau yang paling rendah tingkatannya. Latihan-latihan teknik itu ditujukan untuk mengembangkan keterampilan dasar yang diperlukan oleh semua pemain, namun menu latihan ini tidak ditujukan untuk menghadapi kondisi pertandingan yang sesungguhnya. Membangun dasar yang kokoh merupakan sebuah keharusan. Layaknya orang membangun rumah, semakin kuat fondasinya, maka semakin besar dan bervariasi pula ukuran dan bentuk bangunan yang akan didirikan di atasnya. Maka keterampilan seperti itu sangat dibutuhkan oleh pemain.

Ada beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola yang harus dikuasai oleh pemain, antara lain menembak (*shooting*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), dan menghentikan (*stopping*), meengoper (*passing*) bola.

6. Hahekat Tembakan Bola Ke Gawang (*Shooting*)

Didalam buku Zidane Muhdhor Al – Haqiqi (2013 : 40), ada kutipan yang berbunyi sebagai berikut :

“Keterampilan *shooting* anda adalah senjatamu”

Artinya, dengan menguasai *shooting*, anda akan dapat mencetak lebih banyak gol, tetapi mungkin anda lupa bahwa faktanya *shooting* bukan hanya sekedar tentang power.

Adapun konsep dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain yaitu ketika menembak bola ke gawang; lakukan cepat dan tanpa ragu-ragu, perhatikan terus arah larinya bola anda dan bergeraklah mengikutinya, untuk mengantisipasi kemungkinan anda mendapatkan bola lagi, pusatkan seluruh gravitasi tubuh anda untuk menendang bola dan fokuskan semua kekuatan itu pada kaki anda, dan yang terakhir jangan menendang bola ke arah penjaga gawang. Robert Koger (2007 : 29).

A. *Shooting* dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam

Shooting menggunakan punggung kaki adalah teknik pengambilan *shooting* sangat berguna ketika anda ingin memukul bola dengan kekuatan dari jarak jauh. Namun, jenis tembakan seperti ini sangat sulit untuk dikontrol yang artinya bahwa anda tidak perlu heran jika bola berakhir 20-30 yard di samping gawang. Zidane Muhdhor Al – Haqiqi (2013 : 41).

Adapun teknik menembakan bola (*shooting*) dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- a. Letak kaki tumpuan
 1. Kaki tumpuan diletakkan dibelakang samping bola, lebih kuran 25 cm sampai 30cm dari letak bola.
 2. Arah kaki tumpuan membuat sudut 45° dengan garis lurus perpanjangan garis arah bola sasaran di belakang bola.
 3. Lutut kaki tumpuan sedikit ditekuk.
- b. Kaki yang menendang

1. Kaki yang menendang bola diangkat ke belakang, kemudian diayunkan ke arah sasaran.
2. Hingga kaki bagian dalam yang menendang tepat mengenai bagian bawah tengah-tengah belakang bola.
3. Setelah menendang bola, kaki menendang dilanjutkan dengan gerakan lanjutan lurus kedepan arah sasaran.

Gambar 1

Perkenaan kaki pada bola

(Soekatamsi, 1993)

- c. Sikap badan
 1. Pada saat kaki yang menendang bola diangkat ke belakang, badan sedikit condong ke depan.
 2. Pada saat menendang bola karena kaki tumpuan berada disamping belakang bola, sikap badan condong ke depan.
 3. Kedua lengan terbuka ke samping badan untuk menjaga keseimbangan badan.
- d. Pandangan mata

1. Permulaan pandangan mata tertuju pada bola kemudian ke arah sasaran, untuk menentukan kaki tumpuan.
2. Pada saat akan menendang bola, arah pandangan mata pada bagian bola yang akan ditendang di bagian bawah tengah-tengah belakang dari bola.
3. Setelah menendang bola pandangan mata pada gerak bola (kearah bola)

Gambar 2

Shooting bola dengan menggunakan kaki bagian dalam

Soekatamsi (1993)

B. Korelasi kesalahan – kesalahan

1. Awalan yang benar

Pemain berdiri lebih kurang 3 – 5 langkah di belakang samping bola, dengan membuat tempat membuat sudut lebih kurang 45° dengan garis lurus perpanjangan garis arah sasaran dan bola.
2. Awalan yang salah
 - a. Pemain berdiri lebih kurang 3 – 5 langkah di belakang samping bola, mengambil tempat membuat sudut lancip dekat dengan garis lurus perpanjangan garis arah sasaran dan bola, mendekati garis lurus.

- b. Pemain berdiri lebih kurang 3 – 5 langkah di belakang samping bola, mengambil tempat membuat sudut tumpul mendekati sudut 90° dengan garis lurus perpanjangan garis arah sasaran dan bola.

7. Kerangka Berfikir Atau Kerangka Konseptual

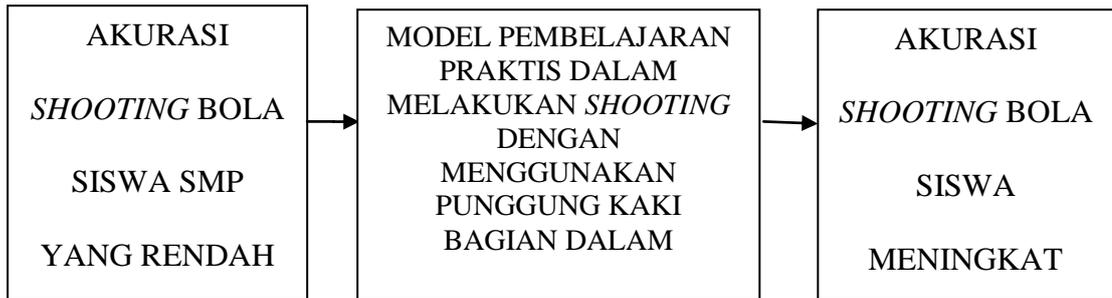
Secara konseptual dalam penelitian ini digambarkan dalam suatu alur proses pembelajaran sepak bola teknik *shooting* yang memiliki karekteristik tertentu, dengan materi-materi yang khas dan unik. Oleh karena itu perlu adanya proses pembelajaran yang khusus untuk memperoleh hasil yang optimal yang dapat mengantarkan siswa memperoleh keterampilan diri dan kompetensi (*Self Competence*) sesuai dengan indikator keberhasilan dalam pembelajaran sepak bola teknik menembak bola ke gawang (*shooting*).

Salah satu pendekatan atau model yang di butuhkan dalam pembelajaran sepak bola teknik dasar *shooting* dalam upaya mengatasi permasalahan dan kesulitan siswa dalam memperoleh kompetensinya maka model pembelajaran praktis perlu diterapkan dan dikembangkan oleh guru pendidikan jasmani dan kesehatan. Dengan penggunaan model tersebut, diharapkan dapat meningkatkan proses pembelajaran dan meningkatkan akurasi *shooting* dalam bermain sepak bola. Materi pelajaran teknik *shooting* dalam permainan sepak bola ini menggunakan model pembelajaran praktis.

Gambar 3

Kerangka Berfikir Pembelajaran Teknik Shooting dalam Permainan Sepak

Bola



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan salah satu strategi memecahkan masalah yang memanfaatkan tindakan nyata dan proses pengembangan kemampuan dalam mendeteksi dan memecahkan masalah. Dalam prosesnya pihak-pihak yang terlibat saling mendukung satu sama lain, dilengkapi dengan fakta-fakta dan mengembangkan kemampuan analisis. Dalam praktiknya penelitian tindakan menggabungkan tindakan bermakna dengan prosedur penelitian. Pihak yang terlibat (guru, widyaiswara, instruktur, kepala sekolah, dan warga masyarakat) mencoba dengan sadar merumuskan suatu tindakan atau intervensi yang diperhitungkan dapat memecahkan masalah atau memperbaiki situasi dan kemudian secara cermat mengamati pelaksanaannya untuk memahami tingkat keberhasilan. Departemen Pendidikan Nasional (1991 : 15) dalam buku Tukiran Taniredja, Irma Pujianti, dan Nyata.

Menurut Tukiran Taniredja, Irma Pujianti, dan Nyata (2012 : 20), semua penelitian bertujuan untuk memecahkan suatu masalah, namun khusus PTK disamping tujuan tersebut tujuan PTK yang utama adalah untuk perbaikan dan peningkatan layanan profesional guru dalam menangani proses belajar mengajar.

Untuk memperoleh hasil yang lebih baik, maka peneliti menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas yang cukup sederhana, metode ini memfokuskan penelitian dalam bentuk percobaan-percobaan untuk mengetahui

hasil suatu kegiatan. Dalam kegiatan penelitian ini, peneliti membagi atas empat tahap yaitu : perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), observasi (*observation*), dan refleksi (*reflection*).

Penelitian ini dikembangkan bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan praktik pembelajaran siswa dalam permainan sepak bola, terutama pemecahan masalah teknik akurasi *shooting* siswa melalui model pembelajaran praktis pada siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu. Siklus ini berlanjut dan akan dihentikan jika sesuai dengan kebutuhan dan dirasa cukup.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Lokasi penelitian adalah tempat yang digunakan dalam melakukan penelitian untuk memperoleh data yang diinginkan. Penelitian ini berlokasi di SMP N 17 Kota Bengkulu

2. Waktu penelitian

Mulai tanggal 13 Januari 2014 sampai dengan 14 Februari 21014.

C. Subyek Penelitian

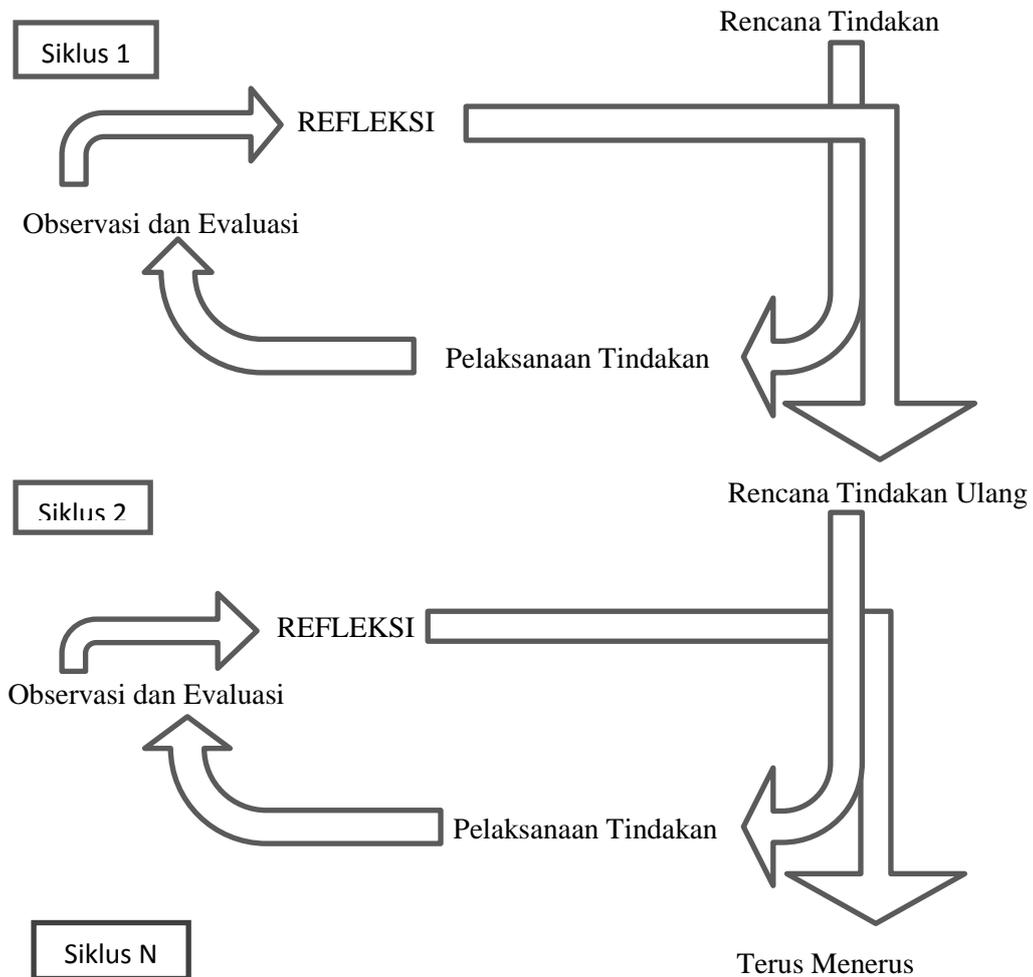
Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu yang berjumlah 31 orang yang terdiri dari pria dan wanita dengan umur antara 12 – 14 tahun.

D. Jenis Tindakan

Sesuai dengan karakteristik penelitian tindakan kelas, maka perlu adanya langkah – langkah sebagai berikut : perencanaan (*Planning*), tindakan (*Action*) dan pengamatan (*Observation*) serta refleksi (*reflection*).

Gambar 4

PTK Model gabungan Sanford dan Kemmis



(Adaptasi Depdiknas, 1999)

Tahapan 4 langkah ini merupakan langkah yang berurutan, artinya langkah pertama harus dikerjakan lebih dahulu sebelum langkah kedua di laksanakan, demikian seterusnya. Secara garis besar prosedur pengembangan tindakan sebagai program penerapan model pembelajaran praktis dalam meningkatkan akurasi *shooting* permainan sepak bola di kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu yaitu

mengidentifikasi masalah, perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi dimana prosedur penelitian ini sebagai berikut :

1. Identifikasi gagasan awal (*orientasi*)

Yaitu studi pendahuluan sebelum tindakan dilakukan. Hal ini dilakukan oleh peneliti terhadap praktek pembelajaran meningkatkan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu. Orientasi ini dilakukan untuk mendapatkan sejumlah informasi secara aktual yang berkaitan dengan karakteristik permasalahan penelitian yang nantinya akan dijadikan sebagai dasar dalam merumuskan rencana tindakan. Data awal dalam penelitian ini adalah nilai praktek dan nilai pengamatan *shooting* permainan sepak bola.

2. Perencanaan

Perencanaan yaitu menyusun atau mengubah rencana tindakan dalam penelitian. Bentuk perencanaan antara lain :

- a. Peneliti mengadakan pertemuan dengan guru mata pelajaran penjas dan berdiskusi tentang persiapan penelitian.
- b. Menyusun jadwal pembelajaran
- c. Menyusun rencana proses pembelajaran
- d. Menyiapkan alat dan perlengkapan yang berkaitan dengan model pembelajaran praktis yang akan diterapkan
- e. Menyiapkan instrumen pengamatan, dan tes keterampilan.

3. Pelaksanaan Tindakan

Setelah melakukan semua perencanaan tindakan, semua sarana dan prasarana dipersiapkan hal yang dilakukan adalah mempraktikkan instrument pembelajaran, guru sekaligus peneliti melaksanakan kegiatan pembelajaran dengan cara menjelaskan dan mengaplikasikan gerakan yang akan diajarkan. Selama proses tindakan bersamaan dengan itu proses pembelajaran diamati atau diobservasi oleh pengamat (*observer*) menggunakan instrumen pengamatan yang telah ditetapkan.

4. Pengamatan / Observasi

Pengamat (*observasi*) yaitu pendokumentasian terhadap proses belajar siswa, pengaruh dan kendala tindakan (yang menghambat maupun yang mempermudah tindakan yang direncanakan) yang mungkin timbul dalam pelaksanaan tindakan sebelumnya. Hasil observasi ini menjadi dasar refleksi atas tindakan yang telah dilakukan.

5. Refleksi

Refleksi sekaligus menganalisis data yang telah diperoleh selama pembelajaran pada saat observasi, hasil observasi didiskusikan dengan guru atau teman sejawat, refleksi dilakukan untuk melihat kekurangan yang ada, mengapa terjadi demikian dan merencanakan tindakan siklus selanjutnya terhadap objek yaitu siswa kelas VIII B SMPN 17 Kota Bengkulu tahun ajaran 2014. Tukiran Taniredja, Irma Pujianti, dan Nyata (2012 : 41).

Rancangan penelitian akan dilaksanakan dalam proses pembelajaran intrakurikuler, jumlah siklus yang akan dilakukan tidak ditentukan, tetapi

berdasarkan perubahan dan peningkatan proses serta hasil belajar itu sendiri. Sedangkan dalam hal ini pengertian satu siklus dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan, diskusi hasil pengamatan dilaksanakan setiap akhir siklus.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan observasi, dan tes keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola. Pada akhir pembelajaran dan latihan setiap siklus penelitian diambil data sesuai pada tahap-tahapan analisis dan refleksi. Teknik pengumpulan data yang digunakan, yaitu :

a. Observasi

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui dan mengungkap kesulitan-kesulitan yang dialami oleh siswa ataupun kesulitan yang dialami guru. Sebelum mengadakan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengadakan observasi untuk mengamati motivasi dan aktivitas latihan siswa selama kegiatan belajar mengajar.

b. Tes Akurasi *shooting* dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam

Dilakukan untuk mengukur sejauh mana peningkatan akurasi *shooting* dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam pada tiap-tiap siklus yang akan dilakukan nanti.

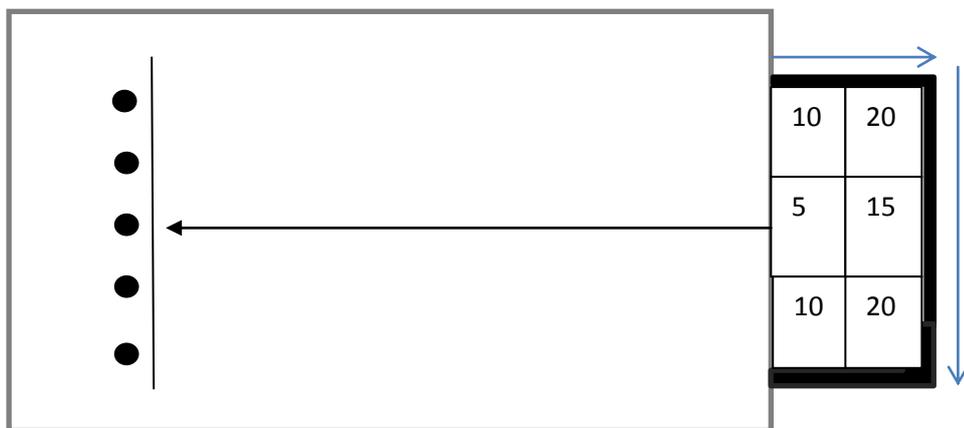
F. Instrumen Penelitian

Instrumen untuk mengetes akurasi *shooting* ini menggunakan tes tembakan ke gawang dari *Siem Plooyer* (1992). Data Tes *Shooting* pada pembelajaran permainan sepak bola, Gawang ukuran normal : lebar 7.32 meter dan tingg 2.44 meter, dibagi menjadi 6 bidang sasaran yang sama luasnya dengan

batas tali, masing-masing bidang sasaran diberi nilai (gambar 5). Jarak antara garis batas menembakkan bola ke mulut gawang yaitu 15 meter (dengan kelompok umur 12 – 14 tahun).

Gambar 5

Gambar gawang tes sasaran tembakan bola ke gawang



Ket :

Panjang gawang : 7,32 m

Lebar gawang : 2,44m

a. Petunjuk Pelaksanaan :

- 1) Siswa berdiri di belakang garis batas menendang bola, disediakan 5 buah bola.
- 2) Dengan ancang-ancang menembakkan bola ke arah sasaran pada gawang, kesempatan menembak bola 5 kali.

b. Teknik Penilaian :

- 1) Setiap tembakan yang masuk di bidang sasaran mendapat nilai sesuai dengan sasaran.
- 2) tembakan yang tidak masuk ke dalam gawang nilai = 0.

Tes keterampilan tembakan bola ke gawang dari Siem Plooyer (1992)

Tabel 1

Tabel penilaian tes *shooting*

NO	NAMA	HASIL TES SHOOTING					JUMLAH
		1	2	3	4	5	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
.....							
31							

Kriteria Penilaian

NO	Skor	Kriteria
1	< 45	Kurang Sekali
2	45 – 55	Kurang
3	60 – 65	cukup
4	70 – 80	Baik
5	85 – 100	Baik sekali

Sumber : Kriteria Ketuntasan Minimal Penjaskes SMPN 17 Kota Bengkulu

Tahun 2013

Tabel 2

Lembar Observasi Teknik *Shooting* Siswa

Nama :
Tanggal :
Pukul :
Siklus/Pertemuan Ke :

Penilaian Proses Tembakan Bola Ke Gawang

NO	Aspek yang dinilai	SKOR
	<p>Pelaksanaan :</p> <p>A. Letak kaki tumpuan</p> <ol style="list-style-type: none">1. kaki tumpuan ± 25 cm sampai 30cm di belakang bola.2. arah kaki tumpuan membuat sudut 45°.3. lutut kaki tumpuan sedikit ditekuk. <p>B. Kaki yang menendang</p> <ol style="list-style-type: none">4. ayunan kaki saat mengangkat dan menendang bola.5. gerakan kaki setelah menendang bola <p>C. Sikap badan</p> <ol style="list-style-type: none">6. sikap dan condong badan sebelum menendang bola.7. sikap badan setelah menendang bola.8. posisi tangan sebelum dan setelah menendang bola	

D. Pandangan mata	
9. arah pandangan sebelum menendang bola.	
10. arah pandangan setelah menendang bola (kearah bola)	
TOTAL	

Ket : 0 = Jika tidak melakukan indikator di atas

1 = Jika melakukan indikator di atas

Kriteria penilaian

No	Interval Skor	Kriteria
	0 - 2	Kurang Sekali
	3 - 4	Kurang
	5 - 6	Cukup
	7 - 8	Baik
	9 - 10	Baik sekali

Tabel 3

Lembar Observasi Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran *Shooting* Melalui Model Pembelajaran Praktis

Tanggal :

Pukul :

Siklus / Pertemuan Ke :

Berikan Penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

NO	ASPEK YANG DIAMATI	PENILAIAN	
		0	1
I	PELAKSANAAN		
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir dilapangan tepat waktu		
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan dengan pengetahuan awal mereka		
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh		
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		
	6. Siswa tertib menunggu giliran melakukan tes		
	7. Siswa melakukaapa yang diperintahkan guru		
	8. Siswa bertanya		

	C. Penutup		
	9. Siswa melakukan pendinginan dengan serius		
	10. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum dimengerti		

Ket : 0 = Jika tidak melakukan indikator di atas
1 = Jika melakukan indikator di atas

Kriteria Penilaian

No	Interval Skor	Kriteria
1	0 – 2	Kurang Sekali
2	3 – 4	Kurang
3	5 – 6	Cukup
4	7– 8	Baik
5	9 -10	Baik sekali

Tabel 4

Data Observasi Aktivitas guru Pada Pembelajaran *shooting* melalui model pembelajaran praktis

Nama Guru :
Tanggal :
Siklus/Pertemuan Ke :

Berikan Penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No	ASPEK YANG DIAMATI	PENILAIAN	
I	PERSIAPAN (Persiapan Keseluruhan)	0	1
II	PELAKSANAAN		
	A. Pendahuluan		
	1. Mengecek kedisiplinan siswa dilapangan tepat waktu (berdo'a dan presensi)		
	2. Menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa.		
	3. Menyampaikan inti Tujuan Pembelajaran khususnya kognitif, psikomotor dan afektif.		
	4. Pemanasan		
	B. Kegiatan Inti		
	5. Menjelaskan dan mendemonstrasikan cara melakukan gerak teknik <i>shooting</i> bola ke gawang		
	6. Memonitor dan Evaluasi Tugas Gerak Siswa		
	7. Memberikan bantuan kepada siswa yang mengalami kesulitan dan memberikan feedback		

	C. Penutup		
	8. Pendinginan		
	9. Refleksi		
	10. Evaluasi		
	Jumlah		

Ket : 0 = Jika tidak melakukan indikator di atas
1 = Jika melakukan indikator di atas

Kriteria penilaian

No	Interval Skor	Kriteria
	0 - 2	Kurang Sekali
	3 - 4	Kurang
	5 - 6	Cukup
	7 - 8	Baik
	9 - 10	Baik sekali

Sumber : disesuaikan dengan penelitian tindakan kelas pengembangan profesi guru. (Tukiran Taniredja, Irma Pujianti, Nyata, 2010)

G. Teknik Analisis Data

Sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, yaitu suatu model penelitian yang menggambarkan kenyataan atau fakta sesuai dengan data yang diperoleh dengan tujuan untuk mengetahui prestasi belajar yang dicapai siswa juga untuk memperoleh respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran serta aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Daryanto (2011 : 191)

1) Menghitung nilai rata-rata siswa pada setiap tindakan yaitu dengan rumus:

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan : \bar{X} = Nilai rata-rata kelas
 X = Jumlah seluruh nilai siswa
 N = Jumlah siswa

2) Menghitung daya serap dan ketuntasan belajar (secara klasikal)

Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan klasikal. Berdasarkan petunjuk pelaksanaan belajar mengajar kurikulum KTSP yaitu ketuntasan belajar bila sudah mencapai skor 65% atau nilai 65, dan kelas tersebut tuntas belajar, untuk menghitung persentase ketuntasan belajar digunakan rumus

sebagai berikut: $P = \frac{\Sigma \text{siswa yang tuntas belajar}}{\Sigma \text{siswa}} \times 100\%$