

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritis

1. Hakikat Pembelajaran Penjas

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan merupakan investasi jangka panjang yang besar artinya bagi generasi penerus bangsa. Dengan demikian pendidikan memegang peranan yang sangat penting bagi kelangsungan kehidupan suatu bangsa karena berkaitan langsung dengan kualitas pembangunan sumber daya manusia. Contoh kecilnya, dengan pendidikan kita bisa mengembangkan diri, kecerdasan, pengendalian diri dan keterampilan untuk membuat dirinya berguna di masyarakat.

Pendidikan Jasmani menurut Rosdiani (2013, hlm. 23) “Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Sedangkan menurut Supandi (1992, hlm. 1) “Pendidikan Jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia yang seutuhnya”.

Dengan demikian, Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Tujuan Pendidikan Jasmani menurut Rosdiani (2013, hlm. 26) “Pendidikan Jasmani bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan moral”. Singkatnya

Pendidikan Jasmani bertujuan untuk mengembangkan potensi setiap anak setinggi-tingginya.

Sesuai dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 tahun 1989 Tentang Sistem Pendidikan Nasional pada bab II pasal 4 disebutkan bahwa “Pendidikan Nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri, serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan”.

Pendidikan Jasmani diartikan dengan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang jika disimpulkan bermakna jelas, bahwa Pendidikan Jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional turut dikembangkan, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut dikembangkan, baik langsung maupun secara tidak langsung.

Pengertian Pendidikan Jasmani menurut Suherman (2000, hlm. 20) “Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindak, dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan”.

Definisi Pendidikan Jasmani dari pandangan holistic ini cukup banyak mendapat dukungan dari para ahli Pendidikan Jasmani lainnya. Mengingat akan pentingnya pelajaran Pendidikan Jasmani terutama pada Sekolah Dasar seperti yang telah diuraikan di atas, maka kita perlu untuk menguasai terlebih dahulu terhadap pengertian dari Pendidikan Jasmani tersebut.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan umum Pendidikan Jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan sehingga keberhasilan Pendidikan Jasmani merupakan keberhasilan pendidikan umum. Sementara itu tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan tingkah laku yang melekat. Proses belajar dalam Pendidikan Jasmani, juga

bertujuan untuk perubahan tingkah laku. Melalui proses tersebut, maka terjadi perubahan perilaku yang melekat, dan kita akan mengetahui setelah beberapa lama, hasil belajar mulai teramati dan bahkan dapat diungkapkan setelah mengadakan evaluasi.

Sehingga Pendidikan Jasmani adalah proses kegiatan belajar yang di dalamnya ada gerak dan gerak itu merupakan alat belajar. Sesuai dengan pendapat Lutan (2001, hlm. 15) tentang arti Pendidikan Jasmani adalah “Proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Maksudnya selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam Pendidikan Jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya”.

Sementara itu Tujuan Pendidikan Jasmani menurut pendapat Sus Nadi (<http://materipenjasorkes.blogspot.com/2013/03/pengertian-dan-tujuan-pendidikan-jasmani.html>) adalah sebagai berikut:

1. Tujuan untuk percaya pada diri sendiri, mengembangkan daya ingatan, keterampilan dalam proses fundamental untuk berbicara, menulis dan berhitung, penglihatan dan pendengaran, memperoleh pengetahuan kesehatan, pengembangan kebiasaan hidup sehat, mengenal kesehatan masyarakat, pengembangan untuk hiburan, intelegensi, perhatian terhadap keindahan, dan pengembangan budi pekerti yang baik.
2. Tujuan yang berhubungan dengan kemanusiaan, saling menghorati, persahabatan, kerjasama, berbudi pekerti yang luhur, menghargai keluarga dan bersikap demokrasi di rumah.
3. Tujuan efisiensi ekonomi: menghormati pekerjaan, berkemampuan menyaring hal-hal yang berhubungan dengan informasi, berhubungan dengan efisiensi, berhubungan dengan apresiasi dan penyesuaian, ekonomi pribadi, pertimbangan terhadap pemakai, efisiensi dalam belanja dan perlindungan terhadap pemakai.

Selain itu menurut KTSP (2006, hlm. 62) tujuan dari pendidikan jasmani bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- Mengembangkan keterampilan pengolahan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang dipilih.
- Meningkatkan pertumbuhan fisi dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang tergantung didalamnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

- Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Secara sederhana tujuan Pendidikan Jasmani yang dikemukakan oleh Departemen Pendidikan Nasional (Depdiknas, hlm. 175), Pendidikan Jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk:

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi dan sikap diri sendiri melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- f. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Sama halnya dengan pengertian Pendidikan Jasmani, tujuan Pendidikan Jasmani seringkali dituturkan dalam redaksi yang beragam, namun keragaman penuturan tujuan pendidikan jasmani tersebut pada dasarnya bermuara pada pengertian pendidikan jasmani itu sendiri.

Melihat dari kutipan-kutipan di atas maka tujuan pembelajaran pendidikan jasmani itu harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan tak kalah pentingnya dalam domain afektif. Oleh karena itu, tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan Pendidikan Jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga aspek mental, emosional, spiritual dan sosial.

c. Manfaat Pendidikan Jasmani

Secara umum, manfaat Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar yang tertuang dalam KTSP (Depdiknas, 2006) mencakup sebagai berikut:

1. Memenuhi kebutuhan anak akan gerak

Pendidikan Jasmani memang merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Di dalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhi kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, makin besar bagi kualitas pertumbuhan itu sendiri.

2. Mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya

Pendidikan Jasmani adalah waktu untuk 'berbuat'. Anak-anak akan lebih memilih untuk 'berbuat' sesuatu dari pada hanya melihat atau mendengarkan orang lain ketika mereka sedang belajar. Suasana kebebasan yang ditawarkan di lapangan atau gedung olahraga sirna karena sekian lama terkurung di antara batas-batas ruang kelas. Keadaan ini benar-benar tidak sesuai dengan dorongan nalurinya. Dengan bermain dan bergerak anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya. Para ahli sepaham bahwa pengalaman ini penting untuk merangsang pertumbuhan intelektual dan hubungan sosialnya dan bahkan perkembangan harga diri yang menjadi dasar kepribadiannya kelak.

3. Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna

Peranan Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar cukup unik, karena turut mengembangkan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak untuk menguasai berbagai keterampilan dalam kehidupan di kemudian hari. Menurut para ahli, pola pertumbuhan anak usia sekolah hingga menjelang remaja disebut pola pertumbuhan lambat. Pola ini merupakan kebalikan dari pola pertumbuhan cepat yang dialami anak ketika mereka baru lahir hingga usia 5 tahun. Karena pada usia SD tingkat pertumbuhan sedang lambat-lambatnya, maka pada usia-usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari keterampilan gerak sedang tiba pada masa kritisnya. Konsekuensinya, keterlantaran pembinaan pada masa ini akan sangat berpengaruh dan memberikan peranan besar terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.

4. Menyalurkan energi yang berlebihan

Anak adalah mahluk yang sedang berada dalam masa kelebihan energi. Kelebihan energi ini sangatlah perlu disalurkan agar tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental anak. Segera setelah kelebihan energi tersalurkan, anak akan memperoleh kembali keseimbangan dirinya, karena setelah istirahat, anak akan kembali memperbaharui dan memulihkan energinya secara optimal.

5. Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional

Dengan demikian, Pendidikan Jasmani yang benar akan memberikan sumbangan yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosi,

sosial dan moral. Tidak salah jika para ahli percaya bahwa pendidikan jasmani merupakan wahana yang paling tepat untuk “membentuk manusia seutuhnya”.

d. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Ruang lingkup program pengajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar, dari kelas I sampai dengan kelas VI, ditekankan pada usaha memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial. Jenis-jenis kegiatan yang diajarkan di Sekolah Dasar yang berdasarkan kurikulum 1994, meliputi:

a. Kegiatan pokok yang terdiri dari :

- Pengembangan Kemampuan Jasmani
- Atletik
- Senam
- Permainan

b. Kegiatan Pilihan

Kegiatan pilihan adalah suatu bentuk kegiatan jasmani, yang ditujukan untuk meningkatkan prestasi optimal siswa Sekolah Dasar, sesuai dengan bakat dan kegemarannya. Jenis kegiatan olahraga pilihan mulai diberikan pada siswa SD kelas II sampai dengan kelas VI, yang terdiri atas:

- Pencak silat
- Renang
- Bulu tangkis
- Tennis meja
- Sepak takraw
- Permainan tradisional

Sedangkan ruang lingkup program pengajaran pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan/KTSP (Depdiknas, 2006: 175) adalah sebagai berikut:

1. Aktivitas Permainan dan Olahraga

Berisi kegiatan dari berbagai jenis permainan dan olahraga, baik yang terstruktur maupun tidak, dilaksanakan secara perorangan maupun beregu. Juga termasuk pengembangan nilai-nilai yang terkandung di dalam permainan seperti pengembangan kerjasama, sportifitas, jujur, berpikir kritis dan mengikuti peraturan yang berlaku.

2. Aktivitas Pengembangan

Berisi kegiatan-kegiatan yang berfungsi untuk membentuk postur tubuh yang ideal, pengembangan komponen kebugaran jasmani, serta nilai-nilai terkandung didalamnya, seperti latihan kekuatan, daya tahan, kelenturan, keseimbangan, dan kelenturan. Bentuk-bentuk latihan yang dilakukan adalah senam Kesegaran Jasmani, senam aerobik, *pull-up*, *sit-up*, *back-up*, *push-up*, dan lain-lain.

3. Aktivitas Uji Diri

Berisi kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan ketangkasan seperti; senam lantai, senam alat dan aktivitas fisik lainnya yang bertujuan untuk melatih keberanian dan kapasitas diri.

4. Aktivitas Ritmik

Berisikan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan berbagai gerak berirama, seperti gerak irama bebas, gerak irama modifikasi dan gerak irama menetap (SKJ, senam aerobik, dsb) serta nilai-nilai yang terkandung dalam aktivitas.

5. Aktivitas Air

Berisi kegiatan-kegiatan di air, seperti; permainan air, berbagai gaya renang dan keselamatan di air serta etika di kolam renang.

6. Aktivitas Luar Sekolah/Alam Bebas

Berisi kegiatan-kegiatan di luar kelas dan kegiatan di alam bebas lainnya, seperti; bermain di lingkungan sekolah, bermain ke taman-taman, bermain ke perkampungan pertanian/nelayan, berkemah dan kegiatan petualangan (mendaki gunung, menelusuri sungai dan lain-lain), serta unsur perilaku yang berkaitan dengan kreativitas alam bebas.

2. Pengertian Belajar dan Pembelajaran

Pengajaran dalam hal ini adalah pengajaran gerak (*motorik*). Lutan (2001, hlm.15) menyatakan bahwa “Tujuan belajar ialah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam Pendidikan Jasmani, juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan tingkah laku. Guru mengajar dengan maksud agar

terjadi proses belajar. Melalui proses tersebut, maka terjadi perubahan perilaku yang relatif melekat”.

Maksud dari kutipan di atas adalah bahwa belajar merupakan suatu proses perubahan melalui sebuah kegiatan atau reaksi terhadap lingkungan, perubahan tersebut tidak dapat disebut belajar apabila disebabkan oleh pertumbuhan atau keadaan sementara seseorang seperti kelelahan atau disebabkan oleh obat-obatan.

Dari pendapat di atas secara umum pengertian belajar pada hakekatnya adalah perubahan tingkah laku melalui latihan atau pengalaman dan perubahan tersebut relatif tetap dan menyangkut berbagai aspek kepribadian baik fisik maupun psikis.

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak tergantung bagaimana keseluruhan proses pembelajaran yang dialami siswa sebagai anak didik.

a. Pembelajaran

Pembelajaran menurut Sagala (2005, hlm. 64) ”Setiap kegiatan yang dirancang oleh guru untuk membantu seseorang mempelajari suatu kemampuan dan atau nilai yang baru dalam suatu proses yang sistematis melalui tahap rancangan, pelaksanaan dan evaluasi dalam konteks kegiatan belajar mengajar”.

Didalam tugas melaksanakan proses belajar mengajar, seorang guru perlu memperhatikan beberapa prinsip belajar menurut Soekamto dan Winataputra (Baharuddin dan Esa, 2009, hlm. 16):

- a. Apapun yang dipelajari siswa, dialah yang harus belajar, bukan orang lain. Untuk itu, siswa lah yang harus bertindak aktif.
- b. Setiap siswa belajar sesuai dengan tingkat kemampuannya.
- c. Siswa akan dapat belajar dengan baik bila mendapat penguatan langsung pada setiap langkah yang dilakukan selama proses belajar.
- d. Penguasaan yang sempurna dari setiap langkah yang dilakukan siswa akan membuat proses belajar lebih berarti.

Dari pendapat di atas secara umum pengertian belajar pada hakekatnya adalah perubahan tingkah laku melalui latihan atau pengalaman dan perubahan tersebut relatif tetap dan menyangkut berbagai aspek kepribadian baik fisik maupun psikis. Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar

merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak tergantung bagaimana keseluruhan proses pembelajaran yang dialami siswa sebagai anak didik.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Proses belajar mengajar merupakan kelanjutan antara perilaku guru dan perilaku siswa. Dalam kegiatan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani terdapat empat faktor yang paling terkait satu sama lain yaitu tujuan, materi, metode dan evaluasi. Diantara faktor tersebut, perumusan tujuan sangat penting agar pengajaran Pendidikan Jasmani mempunyai acuan. Kedudukan tujuan diperlukan untuk menentukan materi yang akan disajikan kepada para siswa. Salah satu prinsip utama dalam Pendidikan Jasmani adalah partisipasi siswa secara aktif dan merata. Oleh karena itu guru Pendidikan Jasmani harus memperhatikan kebutuhan setiap siswa.

Dalam membuka pelajaran guru harus mempersiapkan siswa dengan menumbuhkan minat mereka pada pelajaran tersebut. Mengenai hal ini Mulyasa (2005, hlm. 83) mengemukakan bahwa “Membuka dan menutup pelajaran merupakan kegiatan rutin yang dilakukan guru untuk memulai dan mengakhiri pembelajaran. Agar kegiatan tersebut memberikan sumbangan yang berarti terhadap pencapaian tujuan pembelajaran, perlu dilakukan secara profesional”.

c. Perkembangan dan karakteristik anak Sekolah Dasar

Anak yang berada di kelas awal sekolah dasar adalah anak yang berada pada rentangan usia dini. Masa usia dini ini merupakan masa perkembangan anak yang pendek tetapi merupakan masa yang sangat penting bagi kehidupannya. Oleh karena itu, pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong sehingga akan berkembang secara optimal.

Perkembangan umum pada anak usia Sekolah Dasar menurut Desmita dalam Rukmana (2009, hlm. 53). “Periode pertumbuhan fisik yang lambat dan relatif seragam sampai mulai terjadi perubahan-perubahan pubertas”. Karakteristik perkembangan anak Sekolah Dasar biasanya pertumbuhan fisiknya telah mencapai kematangan, mereka telah mampu mengontrol tubuh dan

keseimbangannya. Mereka telah dapat melompat dengan kaki secara bergantian, dapat mengendarai sepeda roda dua, dapat menangkap bola dan telah berkembang koordinasi tangan dan mata untuk dapat memegang pensil maupun memegang gunting. Selain itu, perkembangan anak dari sisi sosial, terutama anak yang berada pada usia kelas awal Sekolah Dasar antara lain mereka telah dapat menunjukkan keakuannya tentang jenis kelaminnya, telah mulai berkompetisi dengan teman sebaya, mempunyai sahabat, telah mampu berbagi, dan mandiri.

Perkembangan anak usia 6-8 tahun dari sisi emosi antara lain anak telah dapat mengekspresikan reaksi terhadap orang lain, telah dapat mengontrol emosi, sudah mampu berpisah dengan orang tua dan telah mulai belajar tentang konsep nilai misalnya benar dan salah. Untuk perkembangan kecerdasannya anak usia kelas awal Sekolah Dasar ditunjukkan dengan kemampuannya dalam melakukan seriasi, mengelompokkan obyek, berminat terhadap angka dan tulisan, meningkatnya perbendaharaan kata, senang berbicara, memahami sebab akibat dan berkembangnya pemahaman terhadap ruang dan waktu.

Perkembangan anak usia 9-12 dari sisi fisik sudah terjadi perubahan-perubahan yang cenderung signifikan. Anak bertambah tinggi, suara membesar dan rasa percaya diri meningkat. Serta anak mampu mengekspresikan reaksi yang lebih baik dari sebelumnya, menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak segi dan bidang, di antaranya, perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Dalam proses menuju kedewasaan kebutuhan gerak anak pastinya harus meningkat. Karena aspek afektif, kognitif dan psikomotor harus lebih dikembangkan. Dengan karakteristik siswa yang telah diuraikan seperti di atas, guru dituntut untuk dapat mengemas perencanaan dan pengalaman belajar yang akan diberikan kepada siswa dengan baik, menyampaikan hal-hal yang ada di lingkungan sekitar kehidupan siswa sehari-hari, sehingga materi pelajaran yang dipelajari tidak abstrak dan lebih bermakna bagi anak. Selain itu, siswa hendaknya diberi kesempatan untuk pro aktif dan mendapatkan pengalaman langsung baik secara individual maupun dalam kelompok.

3. Pengertian Pembelajaran Kooperatif

Wina Sanjaya (2006, hlm. 239) menyatakan, “model pembelajaran kooperatif adalah rangkaian kegiatan belajar siswa dalam kelompok tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang dirumuskan”. Adapun ciri-ciri pembelajaran kooperatif sebagai berikut.

a. Ciri-ciri Pembelajaran Kooperatif

Dalam pembelajaran kooperatif, siswa bekerja sama dalam kelompok-kelompok kecil yang saling membantu satu sama lain. Kelas disusun dalam kelompok yang terdiri atas empat atau lima orang siswa heterogen, yang mewakili seluruh bagian dari kelas dalam hal kinerja akademik. Dimaksudkan, kelompok heterogen terdiri atas campuran kemampuan siswa, jenis kelamin, dan suku. Hal ini bermanfaat untuk melatih siswa menerima perbedaan cara bekerja dengan teman yang berbeda latar belakangnya.

Pembelajaran kooperatif menjadi salah satu pembaharuan dalam pergerakan reformasi pendidikan. Pembelajaran kooperatif meliputi banyak jenis bentuk pengajaran dan pembelajaran yang merupakan perbaikan tipe pembelajaran konvensional. Pembelajaran kooperatif dilaksanakan dalam kumpulan kecil supaya anak didik dapat bekerja sama untuk mempelajari kandungan pelajaran dengan berbagai kemahiran sosial.

Pendekatan pembelajaran kooperatif mempunyai beberapa ciri, antara lain:

- a) Setiap anggota memiliki peran
- b) Terjadi interaksi langsung diantara siswa
- c) Setiap anggota kelompok bertanggung jawab atas cara belajarnya dan juga teman-teman sekelompoknya
- d) Guru membantu mengembangkan keterampilan interpersonal kelompok

b. Aplikasi Pembelajaran Kooperatif

Pembelajaran kooperatif berbeda dengan pembelajaran konvensional yang menerapkan sistem menjatuhkan lawan, yaitu keberhasilan siswa diorientasikan pada kegagalan siswa lain. Tujuan pembelajaran kooperatif adalah menciptakan situasi, yaitu keberhasilan individu ditentukan atau dipengaruhi oleh keberhasilan kelompok. Model pembelajaran kooperatif ini dikembangkan untuk mencapai tiga

tujuan pembelajaran penting yang dirangkum oleh Ibrahim dalam Hamdani (2011, hlm. 32-33), sebagai berikut:

- 1) Hasil belajar akademik
- 2) Penerimaan terhadap perbedaan individu
- 3) Pengembangan ketrampilan social

c. Keuntungan Penggunaan Pembelajaran Kooperatif

Dalam Pembelajaran Kooperatif banyak sekali keuntungan yang siswa dapatkan karena pembelajaran kooperatif siswa dituntut bekerjasama, menghargai perbedaan, dan meningkatkan percaya diri, menurut Sugiyanto (2008, 41-42) (<http://dasar-teori.blogspot.com/2011/10/manfaat-dan-tujuan-model-pembelajaran.html>) keuntungan penggunaan Pembelajaran Kooperatif, sebagai berikut :

- 1) Meningkatkan kepekaan dan kesetiakawanan sosial.
- 2) Kemungkinan para siswa saling belajar mengenai sikap, keterampilan, informasi, perilaku sosial dan pandangan-pandangan.
- 3) Memudahkan siswa melakukan penyesuaian sosial.
- 4) Memungkinkan terbentuk dan berkembangnya nilai-nilai sosial dan komitmen.
- 5) Menghilangkan sifat mementingkan diri sendiri atau egois.
- 6) Membangun persahabatan yang dapat berlanjut hingga masa dewasa.
- 7) Berbagi keterampilan sosial yang diperlukan untuk memelihara hubungan saling membutuhkan dapat diajarkan dan dipraktikkan.
- 8) Meningkatkan rasa saling percaya kepada sesama manusia.
- 9) Meningkatkan kemampuan memandang masalah dan situasi dari berbagai perspektif.
- 10) Meningkatkan kesediaan menggunakan ide orang lain yang dirasakan lebih baik.
- 11) Meningkatkan kegemaran berteman tanpa memandang perbedaan kemampuan, jenis kelamin, normal atau cacat, etnis, kelas sosial, agama dan orientasi tugas.

d. Fase-fase Pembelajaran Kooperatif

(Tabel 2.1)

Fase pembelajaran kooperatif

Fase-fase	Perilaku guru
Fase 1 : Menyampaikan tujuan dan memotivasi siswa	Menyampaikan semua tujuan yang ingin dicapai selama pembelajaran dan memotivasi siswa untuk belajar
Fase 2 : Menyajikan informasi	Dengan cara demonstrasi atau melalui bahan bacaan
Fase 3 : Mengorganisasi siswa ke dalam kelompok belajar	Menjelaskan kepada siswa cara membentuk kelompok belajar dan membantu setiap kelompok agar saat melakukan transisi secara efisien
Fase 4 : Membimbing kelompok bekerja dan belajar	Membimbing kelompok belajar saat melaksanakan tugas
Fase 5: Evaluasi	Mengevaluasi hasil belajar tentang materi yang akan diajarkan
Fase 6 : Memberikan penghargaan	Menghargai upaya dan hasil belajar individu dan kelompok.

4. Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TGT (*Teams Games Tournament*)

Pembelajaran kooperatif model TGT adalah salah satu tipe atau model pembelajaran kooperatif yang mudah diterapkan pada seluruh siswa tanpa harus ada perbedaan status. Tipe ini melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya, mengandung unsur permainan yang bisa meningkatkan semangat belajar siswa. Aktivitas belajar dengan permainan yang dirancang dalam pembelajaran kooperatif model TGT memungkinkan siswa dapat belajar lebih rileks disamping menumbuhkan tanggung jawab, kejujuran, kerja sama, persaingan sehat dan keterlibatan belajar. Model TGT dikembangkan pertama kali oleh David De Vries dan Keith Edward. Model ini merupakan suatu pendekatan kerja sama antar kelompok dengan mengembangkan kerja sama antar siswa. Dalam pembelajaran

ini terdapat penggunaan teknik permainan. Permainan ini mengandung persaingan menurut aturan-aturan yang telah ditentukan. Dalam permainan diharapkan tiap-tiap kelompok dapat menggunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk bersaing agar memperoleh suatu kemenangan. Menggunakan model TGT membantu guru untuk meningkatkan pemahaman dan motivasi di antara murid-murid, yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar.

Robert E. Slavin (Wiriaatmadja, 2005, hlm. 166-167) Ada lima komponen utama dalam TGT:

1. Penyajian kelas
2. Kelompok (*Team*)
3. Games
4. Tournament
5. Penghargaan kelompok (*Team Recognise*)

Dari pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa pada pembelajaran kooperatif tipe TGT dapat membantu guru untuk meningkatkan pemahaman dan motivasi, sementara untuk siswa dapat meningkatkan semangat belajar siswa karena didalamnya mengandung permainan berkelompok tanpa perbedaan status yang melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya.

5. Pengertian dan Sejarah Sepak bola

Pengertian Sepak Bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola dari regu lawan dengan aturan-aturan tertentu (bola, lapangan, pemain, kostum, peraturan permainan, waktu). Dalam memainkan bola pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan.

Dari peninggalan sejarah, kita mengenal beberapa sebutan sepak bola. Pada jaman Cina kuno (dinasti Han), sepak bola dikenal dengan “tanchu”. Di Italia zaman Romawi dikenal dengan “haspartun”, di Perancis yang selanjutnya menyebar ke Normandia dan Britania (Inggris), dikenal dengan “choule”. Di Yunani kuno dikenal “epishyros” dan di Jepang dikenal dengan istilah “kemari”.

Pada tanggal 26 Oktober 1863 didirikan sebuah badan yang disebut “English Football Assosiation”. Kemudian tanggal 26 Desember 1863 lahirlah peraturan permainan sepakbola modern yang disusun oleh badan tersebut yang dalam perkembangannya mengalami perubahan. Atas inisiatif Guerin (Perancis) pada tanggal 21 Mei 1904 berdirilah federasi sepak bola internasional dengan nama “Federation International de Football Association” (FIFA). Atas inisiatif Julies Rimet tahun 1930 diselenggarakan kejuaraan dunia sepakbola pertama di Montevideo, Uruguay. Karena jasanya, maka mulai 1946 piala dunia tersebut bernama “Julies Rimet Cup”. Kejuaraan tersebut diadakan 4 tahun sekali dan mulai tahun 1970 piala tersebut menjadi milik Brasil, sebab negara ini telah memenangkan piala ini sebanyak 3 kali berturut-turut.

Di Indonesia, tanggal 19 April 1930 dibentuk Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) di Yogyakarta dengan dukungan bond-bond/perkumpulan Sepak Bola diberbagai daerah di tanah air. Pengurus PSSI pertama kali diketuai Ir. Suratin Sosrosugondo. Untuk mengenang jasa-jasanya dalam membina dan mempertahankan berdirinya PSSI, maka mulai tahun 1966 diadakan kejuaraan sepakbola tingkat taruna remaja dengan nama ‘Piala Suratin/Suratin Cup’.

Olahraga dalam sepak bola memerlukan berbagai macam teknik. Teknik ini sangat diperlukan guna memperlancar dalam bermain sepak bola. Berikut adalah teknik individu yang ada dalam sepak bola.

a. Teknik menggiring bola (*Dribbling*)

Istilah *dribbling* dalam sepak bola dapat didefinisikan sebagai cara menguasai bola dengan kaki pada saat kamu bergerak atau pada saat bermain di lapangan.

b. Teknik mengoper bola (*Passing*)

Teknik mengoper bola atau *passing* adalah teknik memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam pertandingan sepak bola. *Passing* ini diperlukan agar permainan berhasil dan pemain dapat mengasah keterampilan mengelola bola.

Macam-macam *passing* dalam sepak bola adalah sebagai berikut.

- 1) *Passing* menggunakan kaki bagian dalam
- 2) *Passing* menggunakan punggung kaki

3) *Passing* menggunakan drop pass

4) *Passing* give-and-go

c. Teknik menghentikan bola (*Trapping*)

Trapping adalah cara menghentikan bola dengan menggunakan kaki, paha, atau dada. Penguasaan teknik ini sangat diperlukan dan harus dikuasai oleh setiap pemain sepak bola. Teknik *trapping* terjadi pada saat pemain menerima bola dari pemain lain dan mengontrolnya.

d. Teknik menyundul bola (*Heading*)

Sepak bola mempunyai keunikan tersendiri dibandingkan dengan olahraga lainnya, yaitu kepala dapat digunakan dalam permainan.

e. Teknik merampas bola (*tackling*)

Teknik merampas bola ada tiga macam yaitu berhadapan (tanpa menjatuhkan diri), meluncur (*sliding tackle*) dengan kaki bagian dalam, dan meluncur (*sliding tackle*) dengan kaki bagian luar.

f. Teknik menembak (*Shooting*)

Inti dari permainan sepak bola adalah menembak atau shooting. Menembak ini sangat diperlukan dan berpengaruh pada laju arah bola. Teknik menembak ini harus sering dilatih karena dapat menentukan arah tendangan yang kita inginkan pada saat menendang.

g. Teknik melempar bola (*throw-in*)

Dilakukan bila bola keluar melalui garis samping lapangan permainan. Tidak boleh membuat gol dari lemparan dalam. Saat lemparan ke dalam tidak ada *offside*. Cara lemparan ke dalam:

- Bola dipegang dengan seluruh jari dan telapak tangan pada kedua sisi atau belakang bola.
- Lemparan dilakukan dari luar garis tepi lapangan permainan
- Saat melempar, kedua kaki harus tetap berpijak di tanah
- Bola harus dilempar ke arah lapangan permainan dengan kedua tangan, melalui atas belakang kepala dan lemparan sesuai dengan arah pandangan.

h. Teknik penjaga gawang

Teknik yang harus dikuasai antara lain: menangkap bola yang bergulir ke tanah, menangkap bola setinggi perut, menangkap bola setinggi dada, dan men-tip (menepis bola melayang di udara) bola tinggi melalui atas gawang.

6. Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Hasanah (2009, hlm. 49) “Teknik mengoper bola atau *passing* adalah teknik memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam pertandingan sepak bola. Passing ini diperlukan agar permainan dapat berhasil dan pemain dapat mengasah keterampilannya mengelola bola”.

Sedangkan menurut Sutrisno (2007, hlm. 19) *Passing* kaki bagian dalam adalah suatu operan yang dilakukan dengan mendorong bola menggunakan kaki bagian dalam. Operan ini paling sering digunakan dalam permainan sebab operan ini relatif mudah dilakukan. Dan selain itu juga bisa dilakukan dengan cepat dan terarah. Hal ini sangat penting, karena pada saat bermain sepak bola dalam usaha membangun serangan, pemain harus bergerak dengan cepat.

Ada beberapa teknik mengoper bola atau *passing* dalam sepak bola salah satunya yaitu *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Teknik mengoper bola seperti ini digunakan saat mengoper bola jarak pendek dan arah sasaran atau kawan kita berada di depan, kanan, atau kiri. Berikut teknik dasar mengoper bola atau *passing* bola menggunakan kaki bagian:

a. Sikap Awalan

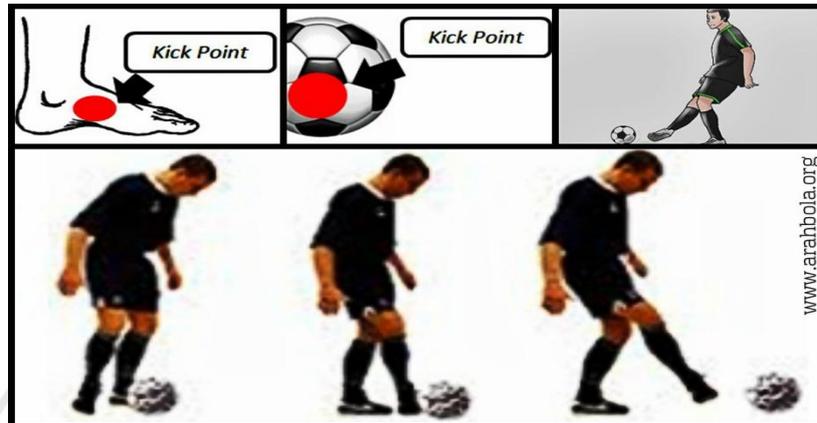
Diawali dengan sikap berdiri menghadap ke arah gerakan. Pandangan ke arah bola, badan condong ke belakang. Kaki tumpu berada di samping bola berjarak satu kepal dan arah jari kedepan dengan lutut agak tertekuk. Pergelangan kaki yang akan digunakan mengoper diputar keluar. Kaki ayun ditarik ke belakang membentuk sudut 30° ke arah bola.

b. Sikap Perkenaan

Sikap perkenaan merupakan lanjutan dari sikap awalan, yaitu dengan sikap berdiri menghadap ke arah gerakan. Pandangan lurus ke arah bola. Badan agak condong kedepan. Perkenaan kaki bagian dalam pada permukaan tengah bola. Kaki tumpu dan kaki ayun membentuk sudut 90°. Gerakan lengan berlawanan dengan ayunan kaki.

c. Sikap Gerakan Akhir

Pandangan kearah tujuan *passing*. Badan agak condong kebelakang. Tarik kaki yang akan di gunakan menendang kebelakang lalu ayunkan kedepan ke arah bola. Gerakan lengan berlawanan dengan gerakan kaki ayun.



Gambar 2.1

Teknik dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam

(<http://arahbola.org/wp-content/upload/2014/01/push-pass-drill.jpg>, Tahun 2015)

B. Kajian Praktis

1. Hasil temuan penelitian yang relevan

Fokus utama dari penelitian ini adalah pembelajaran mengoper bola atau *passing* kaki bagian dalam dengan model kooperatif tipe TGT (*Teams Games Tournament*) pada kelas V SDN Tegaltangkolo I Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang. Temuan hasil penelitian yang relevan untuk penelitian dalam menggunakan materi *passing* kaki bagian dalam yaitu :

1. Skripsi Dadang Dahlan berjudul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Menendang Bola Melalui Pantulan Tembok Dengan Menggunakan Target Pada Permainan Sepak Bola Kelas V SDN Pasir Luhur Kecamatan Cimenyan” tahun 2011.

Dalam menyelesaikan permasalahan skripsinya tersebut menggunakan penelitian tindakan kelas.

2. Hasil penelitian yang selanjutnya adalah penelitian dari Apandi pada tahun 2013 yang berjudul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team

Games-Tournament (TGT) untuk Meningkatkan Proses Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Permainan Sang Kodok dan Sang Bango”.

Dalam penyelesaian permasalahannya beliau menggunakan model kooperatif tipe TGT dan terbukti hasil penelitian tersebut meningkat.

Masalah yang muncul dari penelitian ini adalah dalam proses pembelajaran, dimana siswa kurang terampil sebab metode yang digunakan guru hanya ceramah dan hanya melakukan demonstrasi yang itu-itusaja, akan tetapi setelah dilakukan PTK maka pembelajaran *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepak bola baik untuk kinerja guru dan aktivitas siswa meningkat.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teoritis dan kajian praktis yang telah dipaparkan di atas. Maka peneliti mencoba mengambil sebuah hipotesis dimana, “jika dalam pembelajaran *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepak bola melalui model kooperatif tipe *Team Games-Tournament* (TGT) maka perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, aktivitas siswa dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran *passing* kaki bagian dalam pada permainan sepak bola siswa kelas V SDN Tegaltangkolo I Kecamatan Tanjungsiang, Kabupaten Subang akan meningkat”.