

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritis

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani yang pada saat ini diajarkan di sekolah merupakan salah satu wadah dimana pendidikan jasmani dapat mengembangkan kemampuan siswa agar lebih kreatif, inovatif, dan aktif dalam pencapaian hasil belajar. Dalam pelaksanaannya, pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari aspek-aspek penunjang keberhasilan pembelajaran, seperti aspek emosional, dan sosial yang selaras sehingga bisa menghasilkan sistem pembelajaran yang sistematis dan secara tidak langsung meningkatkan kemampuan gerak, daya pikir, dan juga penanaman pola hidup sehat yang saling berkesinambungan.

Selain itu, pendidikan jasmani juga dapat mendorong siswa agar bisa mengembangkan kemampuan gerak dan kemampuan fisik mereka dalam melakukan aktifitas sehari-hari baik dalam pembelajaran ataupun di lingkungan kehidupan sekitar. Berkaitan dengan hal di atas tidak dapat dipungkiri bahwa pendidikan jasmani memberikan kontribusi yang sejalan dengan tujuan pembelajaran sehingga dapat memberikan dampak yang baik bagi kesejahteraan manusia.

Sudah tidak diragukan lagi bahwa sebuah pendidikan jasmani yang baik dan bermutu pasti berlandaskan dan mematuhi kaidah-kaidah pedagogik. Karena dalam pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya mendidik siswa tetapi juga membentuk karakter siswa. Hal tersebut sangat bermanfaat bagi perkembangan siswa kedepannya, atau bisa disebut sebagai pendidikan yang menghasilkan hasil proses pembelajaran lainnya. Dalam fase sekolah dasar mendidik dan membentuk karakter siswa merupakan pondasi penting yang dapat mengarahkan siswa sehingga menghasilkan sumber daya manusia yang baik dan bermanfaat kelak, meskipun prosesnya akan terasa panjang dan memerlukan keikhlasan dan pengorbanan tetapi seimbang dengan hasil yang akan dicapai di kemudian hari.

Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapat sentuhan didaktik dan metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Dalam pendidikan jasmani terdapat suatu tujuan yang disebut keterampilan. Keterampilan gerak ini dapat berarti gerak bukan olahraga, dan gerak untuk olahraga. Gerak untuk olahraga bagi anak sekolah dasar, bukan berarti anak-anak tersebut harus dilatih untuk mencapai prestasi tinggi, namun anak sekolah dasar harus disiapkan gerakannya melalui olahraga sesuai dengan perkembangan dan kematangannya.

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani merupakan bagian penting dalam sistematika pendidikan. Tidak hanya menjadi penghias program yang tertera dalam dunia pendidikan yang semata-mata membuat siswa kuat dari satu aspek fisik saja, tetapi pendidikan jasmani sudah menjadi bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan.

Keberagaman asumsi dan juga definisi tentang pendidikan jasmani juga tidak lepas dari pandangan setiap individu tentang makna yang mencerminkan bahwa aktifitas jasmani merupakan pasangan dari aspek rohani yang melekat pada diri manusia. Secara kacamata tradisional sendiri sering muncul bahwa manusia adalah kombinasi dua komponen yaitu fisik yang terwujud sebagai jasmani dan batin yang melekat sebagai rohaniah. Secara tidak langsung orang memandang bahwa manusia merupakan satu bagian yang terbagi atas perwujudan jasmani yang digerakan oleh kemampuan rohani yang berbentuk roh, sehingga muncul anggapan bahwa manusia merupakan bagian yang dipilah-pilah.

Menurut Mulyanto (2014, hlm. 25) berpendapat bahwa :

Secara sederhana pendidikan jasmani itu tidak lain adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Belajar melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani siswa diajarkan untuk bergerak melalui pengalaman gerak terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohani.

Selaras dengan pernyataan diatas bahwa manusia merupakan satu kesatuan yang terpadu, yang tidak hanya tergantung pada kemampuan jasmani saja tetapi ditopang dengan kehalusan rohani yang melekat pada diri manusia itu sendiri yang

nantinya akan terbentuk suatu aspek kesatuan yang bermanfaat secara menyeluruh.

Manusia adalah kesatuan dari berbagai bagian yang terpadu. Oleh karena itu pendidikan jasmani tidak dapat hanya berorientasi pada jasmani saja. Selaras dengan pernyataan (Suherman, 2009, hlm.4) bahwa pengertian pendidikan jasmani yaitu: "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."

Sejalan dengan hal itu, pendidikan jasmani harus mempunyai alur yang selaras dengan tujuan pendidikan sehingga dapat berperan dan memberikan dampak baik bagi perkembangan kesejahteraan manusia. Dengan kata lain, pendidikan jasmani tidak hanya mengutamakan program aktivitas, tetapi harus berorientasi pada tujuan pendidikan secara menyeluruh.

"Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik." (Cholik dan Lutan 1996/1997, hlm. 1).

Pernyataan di atas jelas menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memang mengutamakan pencapaian tujuan pendidikan melalui aktivitas fisik. Melalui pendidikan jasmani, seseorang dapat terbentuk dari sikap yang baik dan kondisi fisik yang baik pula.

Adapun pengertian pendidikan jasmani menurut Safari (2011, hlm. 8) "Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani."

Pendidikan jasmani merupakan satu kesatuan yang mempunyai sasaran pembentukan kondisi fisik dan keterampilan gerak seseorang sehingga dapat bermanfaat bagi kesejahteraan kehidupannya. Perubahan perilaku yang melekat dan bertambahnya pengalaman gerak merupakan hasil proses pendidikan jasmani yang pada akhirnya akan membuat seseorang menemukan keterampilan jasmani dan rohani yang dikuasai karena faktor kematangan.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Pendidikan jasmani di sekolah dasar pada umumnya merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan. Selain daripada itu, pendidikan jasmani mempunyai tujuan internal yang khusus bagi aktifitas fisik yang berorientasi pada pendidikan jasmani itu sendiri.

Lutan (2001, hlm. 14) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan.”

Belajar mempunyai tujuan mengolah, meningkatkan, dan merubah pola pikir, perilaku, dan juga pencapaian hasil belajar yang baik. Kegiatan belajar pendidikan jasmani biasanya memiliki tujuan membentuk komponen fisik dan juga perubahan sikap dan perilaku pada siswa. Hal ini didukung oleh definisi belajar oleh Gagne (dalam Mulyanto, 2014, hlm. 4) “Belajar merupakan aktivitas kompleks untuk memperoleh kapabilitas atau kemampuan keterampilan pengetahuan, sikap dan nilai.”

Dalam proses pelaksanaannya pendidikan merupakan proses pembinaan jangka panjang, dan pendidikan jasmani memiliki peranan penting didalamnya, dimana pendidikan jasmani sebagai media pembentukan sikap dan perilaku siswa juga menerapkan pola hidup sehat, aktif, dan kreatif sehingga dapat melekat dalam diri siswa dan terbawa sebagai bekal berinteraksi dalam kehidupan masa kini dan masa yang akan datang.

Sistem pendidikan tidak akan terlihat kumplit tanpa adanya pendidikan jasmani, karena aktifitas jasmani yang terkandung didalam diri manusia adalah dasar dari manusia dalam mengenal lingkungan dan dirinya sendiri sehingga dapat berjalan selaras dengan pesatnya perkembangan zaman.

Oleh karena itu, para guru pendidikan jasmani dituntut mampu membina aktifitas jasmani sehingga mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan dan juga menciptakan proses pembelajaran yang kondusif melalui konsep teori-teori pembelajaran yang beragam. Hal ini bertujuan agar hasil pembelajaran pendidikan jasmani akan memberikan dampak positif bagi perkembangan fisik dan hasil belajar siswa, juga tersampainya nilai-nilai olahraga yang terkandung didalamnya yang diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi kehidupan.

c. Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Tujuan pendidikan jasmani adalah membentuk fisik siswa sehingga tumbuh dan berkembang secara wajar dan seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut juga harus dibarengi dengan perencanaan pengalaman gerak siswa yang baik dan sesuai dengan karakteristik gerak siswa.

Dalam kenyataannya pendidikan jasmani memang memiliki tujuan yang memberikan dampak baik bagi perkembangan manusia. Sejalan dengan tujuan pendidikan jasmani yang dikemukakan Lutan (2001, hlm. 18) bahwa tujuan pendidikan jasmani sebagai berikut:

- 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 jasmani.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.\

Selain itu, pendidikan jasmani juga memiliki tujuan tersendiri dalam ruang lingkup sekolah. Seperti pendapat Mardiana, dkk (2009, hlm. 13) adalah sebagai berikut:

- a. Pendidikan jasmani memberikan bantuan kepada siswa untuk mengenal dunianya dengan kualitas-kualitas serta tempat dirinya di dalamnya.
- b. Meningkatkan kesenangan bergerak, kepastian gerak dan kekayaan gerak.
- c. Meningkatkan kekayaan jasmani, rohani dan sosial serta kegairahan hidup.
- d. Mensiagakan menghadapi tugas dan waktu senggang.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat dapat disimpulkan bahwa, dalam menyelenggarakan pendidikan jasmani harus mempunyai tujuan yang kompleks agar siswa dapat menemukan dan memahami akan bagaimana pertumbuhan dan perkembangan yang dapat diperoleh dalam pendidikan jasmani baik dari segi fisik, mental, dan kemampuan interaksi sosial.

d. Manfaat Pendidikan Jasmani

Padatnya waktu pembelajaran akademik di sekolah membuat minimnya kesempatan anak untuk mengembangkan kemampuan geraknya. Kebutuhan gerak siswa di sekolah biasanya bisa tercapai dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada umumnya. Siswa terlihat bersemangat melakukan berbagai aktifitas jasmani dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Hal ini yang mendorong pendidikan jasmani memiliki kedudukan penting dalam terpenuhinya kebutuhan gerak siswa untuk bisa tumbuh dan berkembang pada masanya. Melalui pendidikan jasmani siswa dapat melampiaskan kebutuhan geraknya dengan program pembelajaran yang terencana, terperinci, dan memenuhi tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, sehingga siswa dapat mencapai titik pertumbuhan dan perkembangan fisik yang maksimal dengan takaran yang sesuai dengan kemampuan gerak siswa sekolah dasar.

Menurut Mahendra (2003, hlm.17), manfaat pendidikan jasmani di sekolah dasar mencakup sebagai berikut:

- a. Memenuhi kebutuhan anak.
- b. Mengenalkan anak pada potensi diri dan lingkungan.
- c. Menanamkan dasar-dasar keterampilan gerak yang berguna.
- d. Menyalurkan energi yang berlebihan.
- e. Proses pendidikan secara menyeluruh.

Penjelasannya, manfaat pendidikan jasmani di sekolah adalah untuk berikut:

1) Memenuhi kebutuhan anak akan gerak.

Bermain dan bergerak adalah kebutuhan yang secara alamiah terdapat dalam diri setiap anak. Pendidikan jasmani adalah sarana untuk memenuhi kebutuhan anak akan gerak dan bermain dalam masa pertumbuhannya karena dalam pendidikan jasmani anak-anak akan memperoleh banyak perbendaharaan gerak. Semakin banyak anak melakukan gerak, maka akan semakin baik bagi pertumbuhan anak itu sendiri.

2) Mengenalkan anak pada potensi diri dan lingkungannya.

Dalam pendidikan jasmani, anak-anak akan belajar dan memahami tentang potensi yang terdapat pada dirinya dan berbarengan dengan hal tersebut anak juga dapat mengenal lingkungan serta cara beradaptasi dan menjaga lingkungannya.

3) Menanamkan dasar-dasar keterampilan gerak yang berguna.

Pendidikan jasmani membantu anak menguasai dan meningkatkan keterampilan gerak yang diperlukan untuk menghadapi kebutuhan hidup dalam kesehariannya.

4) Menyalurkan energi yang berlebihan.

Pada masa tumbuh kembang anak, umumnya terdapat energi yang berlebih pada masing-masing anak. Kelebihan energi ini sebaiknya disalurkan pada kegiatan yang akan bermanfaat bagi tumbuh kembang perilaku dan mental anak. Didalam pendidikan jasmani energi itu akan disalurkan untuk membentuk perilaku dan mental anak yang bermanfaat bagi dirinya.

5) Proses pendidikan secara menyeluruh.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang benar akan memberikan pengaruh yang besar terhadap tumbuh kembang anak dalam 3 aspek yaitu psikomotor (gerak), afektif (sikap) dan kognitif (pengetahuan).

e. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani di sekolah dasar diarahkan untuk melaksanakan pengajaran yang lebih bertata, terangkai secara sistematis dan dilaksanakan secara bertahap dari kelas rendah ke kelas atas. Sehingga kemajuan yang tercapai dapat diikuti pula oleh kemajuan dalam penguasaan keterampilan, peningkatan kemampuan jasmani, seiring dengan pertambahan usia. Berdasarkan pandangan tersebut, maka program pendidikan jasmani disesuaikan dengan perkembangan keterampilan gerak siswa. Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan menurut Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (Depdiknas, 2006, hlm. 17) meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Aktivitas permainan dan olahraga
- b. Aktivitas pengembangan
- c. Aktivitas uji diri
- d. Aktivitas ritmik
- e. Aktivitas akuatik
- f. Aktivitas luar sekolah (*Outdoor Education*)
- g. Kesehatan

Melalui proses pembelajaran tersebut pendidikan jasmani memiliki peran untuk mewujudkan sumbanganya terhadap perkembangan anak. Perkembangan yang bersifat menyeluruh yang tidak menitikberatkan kepada pengembangan

salah satu aktifitas fisik saja, tetapi pengembangan yang mencakup satu kesatuan psikomotor siswa. Ditambahkan dengan pemahaman dan pengetahuan yang baik yang terurai dalam aspek kognitif siswa, juga mengembangkan kemampuan interaksi dari sifat-sifat siswa dengan kepribadian yang baik dalam menerapkan aspek afektif dalam kesehariannya.

Dalam proses pembelajarannya, pendidikan jasmani tidak terlepas dari interaksi antara guru dan siswa. Dengan perumusan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani yang baik, akan tercipta sebuah materi ajar yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan gerak siswa yang dibarengi metode pembelajaran yang membuat antusias siswa tinggi dalam setiap pembelajaran. Pada akhirnya akan ada evaluasi yang menyeluruh yang membuat Guru dan siswa dapat mengetahui sejauh mana pertumbuhan dan perkembangan yang dihasilkan dalam sebuah proses pembelajaran pendidikan jasmani. Sesuai dengan pendapat Lutan (2001, hlm.18) bahwa, "Guru dan siswa saling mempengaruhi dalam pergaulan yang bersifat mendidik. Melalui interaksi semacam itu, tujuan pengajaran dan pendidikan dapat diwujudkan."

2. Permainan Sepakbola

a. Pengertian Permainan Sepakbola

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sudah terkenal di mata masyarakat dunia. Olahraga sepakbola merupakan olahraga yang murah dan dapat dilakukan oleh siapapun dan dimanapun. Tidak jarang sepakbola dilakukan dilapangan yang berlumpur, jalan, atau gang-gang sempit bahkan ada yang memainkan sepakbola diatas gedung. Olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang setiap regunya terdiri atas 11 orang (10 orang pemain dan 1 penjaga gawang) ini memang merupakan salah satu olahraga terpopuler di dunia dan tidak sedikit orang menjadikannya sebagai gaya hidup dan mata pencaharian.

Permainan sepak bola merupakan permainan beregu karena dimainkan oleh 11 orang dari masing-masing regunya, dari anak-anak sampai orang dewasa menyukai dan menggemari permainan ini, karena untuk bermain sepak bola dapat dilaksanakan di tempat-tempat terbuka sekalipun bukan lapangan yang sebenarnya. (Rohim, 2009, hlm.9).

Sedangkan menurut Ngatiyono dan Riswanti(2010, hlm.10) bahwa:

Sepakbola termasuk salah satu permainan bola besar. Sepak bola merupakan olahraga yang paling akbardi dunia. Setiap kejuaraan sepak bola akan mengundang banyak penonton. Permainan sepak bola dimainkan oleh dua regu.Tiap regu terdiri dari 11 pemain.Masing-masing regu berusaha memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya.Di samping memasukkan bola, tiap regu juga harus mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan bola.

b. Gerak Dasar Shooting

Salah satu teknik dasar sepak bola yang memiliki peranan penting dalam bermain sepak bola adalah keterampilan menendang bola (*shooting*), karena tendangan merupakan awal permainan sepak bola dan merupakan pola gerak dominan dalam sepak bola sehingga teknik ini sangat diperlukan bagi pemain sepak bola supaya dalam permainan dapat menghasilkan sebuah kemenangan. Sebagaimna dijelaskan Suharsono dan Sukintaka (1982, hlm.75) :

Tendangan dapat dibagi menurut beberapa keadaan, atas dasar bagian kaki yang digunakan untuk menendang: dengan kaki sebelah dalam, dengan kura-kura kaki (punggung kaki), dengan kura-kura kaki bagian dalam, dengan kura-kura kaki bagian luar, dengan bagian kaki sebelah luar, dengan ujung jari(sepatu), dengan tumit, dengan paha.”

Menembak bola (*shooting*) adalah tendangan kearah gawang dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan. Tendangan kearah gawang atau shooting menurut Sugiyanto SD (1997, hlm.17) adalah:

- (1) Ada awalan sebelum tendangan.(2) Posisi pemainmembentuk sudut kurang lebih 30 derajat disamping bola.(3) Penempatan kaki tumpu sesaat setelah shootingdisamping hampir sejajar dengan bola. (4) Sesaat akanmenendang,kaki ayun menarik ke belakang danselanjutnya gerakan melepas ke depan.(5) Perkenaan bolaadalah kaki punggung bagian dalam juga dapatmenggunakan punggung kaki. (6)Pandangan mata sesaatmelihatbola selanjutnya mengikuti arah sasaran.(7) Setelah melepas tendangan masih ada gerakan–gerakanlanjutan (*follow trough*) agar diperhatikan tidak putus.

Menurut Komarudin (2011, hlm.100) ada lima dasar yangperlu diperhatikan dalam melakukan teknik *shooting* ataumenembak, ialah:

- (1) Mengamati posisi penjaga gawang.
- (2) Harus memperhatikan kemana arah tendangan.
- (3) Mata tetap dalam keadaan terbuka.
- (4) Memperhatikan kecepatan lari dan kecepatan bola.

(5) Melihat pemain bertahan atau penjaga gawang.

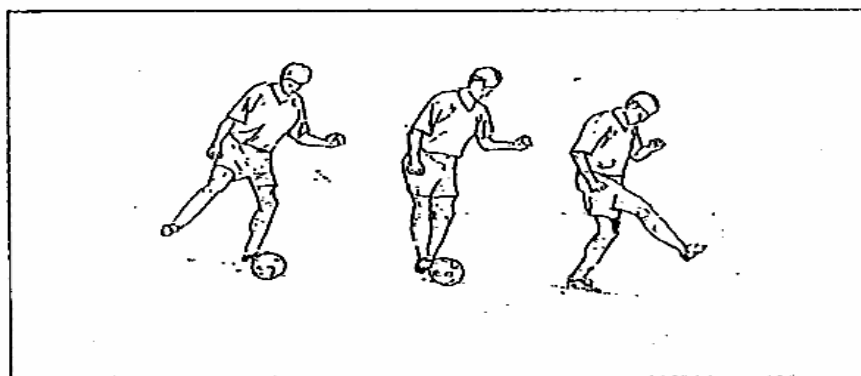
Faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam *shooting* salah satunya adalah ketepatan tendangan ke arah gawang dalam menembak bola juga harus lebih diutamakan dari pada kekuatan tendangan. Adapun teknik atau sasaran yang dapat membantu keberhasilan dalam ketepatan menembak bola ke arah gawang ada dua macam yaitu: (1) Menembak bola dengan posisi bola rendah atau menyusur tanah dan (2) Menembak bola dengan posisi bola dijauhkan dari penjaga gawang.

Kemampuan menendang bola merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seseorang pemain sepak bola karena dengan kemampuan menendang bola dengan benar seorang pemain akan dapat bermain dengan baik dan dapat memasukkan bola ke gawang lawan.

1). Menendang (*Shooting*) dengan Kaki Bagian Dalam

Pada umumnya teknik ini digunakan untuk menendang jarak pendek. Analisis gerakanya adalah sebagai berikut :

1. Badan menghadap sasaran dibelakang bola.
2. Kaki tumpu berada disamping bola kurang lebih 15cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk.
3. Kaki tendang ditarik kebelakang, dan ayunkan ke depan.
4. Setelah terjadi benturan dilanjutkan dengan *follow throught* (gerakan lanjutan).



Gambar 2.1

Menendang (*Shooting*) dengan Kaki Bagian Dalam

Sumber (Sucipto dkk, 2000, hlm.18)

2). Menendang (*Shooting*) dengan Kaki Bagian Luar

Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian luar digunakan untuk mengumpan ataupun menendang (*shooting*) jarak pendek ataupun jarak jauh. Analisis gerakannya adalah sebagai berikut :

1. Posisi badan dibelakang bola, kaki tumpu disamping belakang bola 25cm, ujung kaki menghadap kesasaran, dan lutut sedikit ditekuk.
2. Kaki tendang berada dibelakang bola, dengan ujung kaki menghadap ke dalam.
3. Kaki tendang ditarik kebelakang dan ayunan kedepan.
4. Perkenaan bola tepat dipunggung kaki bagian luar, dan tepat pada tengah-tengah bola.
5. Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat serong kurang lebih 45 derajat menghadap sasaran.



Gambar 2.2

Menendang (*Shooting*) dengan Kaki Bagian Luar

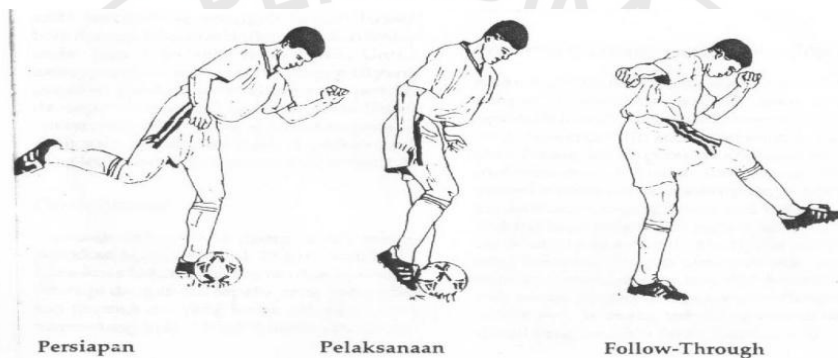
Sumber (Suciptodkk, 2000, hlm.19)

3). Menendang (*Shooting*) dengan Punggung Kaki

Pada umumnya *shooting* bertujuan untuk memasukanbola ke gawang lawan. Adapun bagian kaki yang digunakanuntuk *shooting* adalah menggunakan bagian punggung kaki.MenurutSuciptodkk (2000, hlm.20),analisisgerak *shooting*dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

1. Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kakitumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kakimenghadap ke sasaran dan lutut sedikit di tekuk.

2. Kakitendang berada di belakang bola dengan punggung kakimenghadap ke sasaran.
3. Kaki tendang ditarik kebelakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
4. Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kakipenuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saatmengenai bola pergelangan kaki di tegangkan.
5. Geraklanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arahsasaran.
6. Pandangan mengikuti jalannya bola dan kesasaran.



Gambar 2.3

Menendang (*Shooting*) dengan Punggung Kaki

Sumber (Sucipto, dkk, 2000, hlm.20)

4. Modifikasi Sasaran Gawang

a. Pengertian Modifikasi

Modifikasi merupakan salah satu langkah perubahan suatu bentuk, kondisi, suasana, tampilan, ataupun sesuatu yang dianggap baru dan lebih menarik. Biasanya modifikasi dilakukan atau dibuat agar membuat sesuatu yang lebih menarik perhatian. “Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapatmemperlancar siswa dalam belajarnya.”

(<http://pojokpenjas.blogspot.com/2008/12/modifikasi-pembelajaran-pendidikan.html>)

Begitu pula dengan modifikasi media pembelajaran yang sering dilakukan oleh guru penjas pada saat ini. Pembuatan atau penggunaan modifikasi alat atau media itu sendiri bertujuan untuk lebih menciptakan suasana dan juga proses pembelajaran agar lebih menarik dan menambah antusias siswa. Siswa biasanya akan merasa jenuh apabila disuguhkan dengan pembelajaran yang monoton dan itu-itu saja.

Setiap rencana yang akan dilaksanakan tentunya terdapat suatu maksud dan tujuan. Dalam hal ini Lutan (dalam Husdarta, 2011, hlm. 179) menyatakan mengenai tujuan memodifikasi dalam pelajaran pendidikan jasmani yaitu agar :

1. Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran,
2. Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan
3. Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada di dalam kurikulum dapat tersampaikan dan disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor siswa, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar dapat dilakukan secara intensif

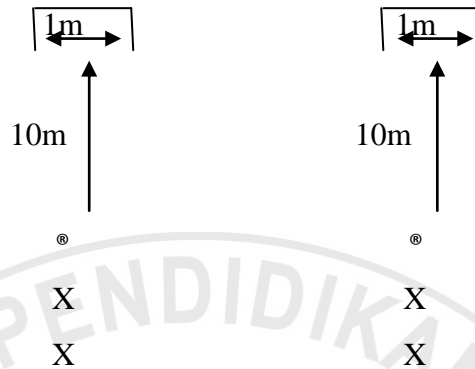
Disinilah peran guru untuk lebih bisa menghidupkan kembali bagaimana antusiasme dan motivasi siswa dalam pembelajaran tersebut, dan modifikasi alat atau media bisa menjadi cara agar bisa mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

b. Pembelajaran Gerak Dasar *Shooting* Melalui Modifikasi Sasaran Gawang

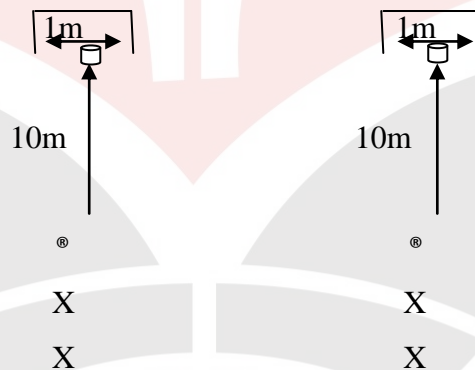
Gerak dasar *shooting* sudah menjadi bagian dalam rangkaian gerak dasar dalam pembelajaran sepakbola. Untuk bisa mencapai gerak dasar *shooting* yang baik diperlukan pembelajaran yang baik pula. Penggunaan modifikasi sasaran gawang merupakan salah satu langkah dan terobosan yang bisa diterapkan guru dalam proses pembelajaran, terutama pada pembelajaran gerak dasar *shooting* dalam permainan sepakbola.

Banyak ragam yang bisa dibuat dalam memodifikasi sasaran gawang itu sendiri, dari mulai merubah bentuk gawang, menambahkan komponen lain dalam gawang, ataupun memberikan tampilan gawang yang belum pernah dilihat agar memberikan kesan yang lebih menarik perhatian siswa.

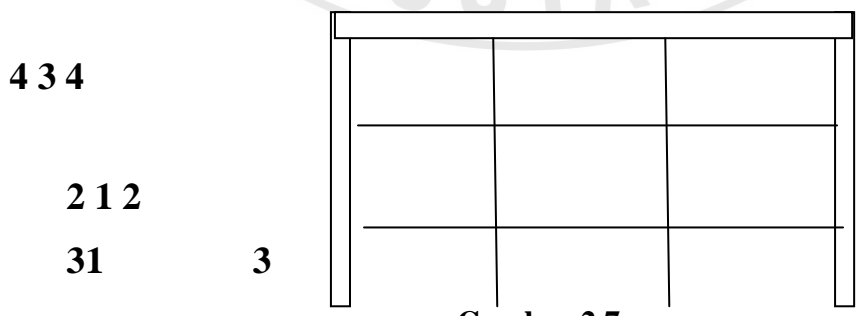
Dalam hal ini peneliti akan mencoba menggunakan modifikasi sasaran gawang dalam pembelajaran *shooting* pada permainan sepakbola. Modifikasi sasaran gawang yaitu dengan menggunakan *cone*/patok sebagai pengganti gawang



Gambar 2.4
Pembelajaran Gerak Dasar *Shooting*
Menggunakan Modifikasi Sasaran Gawang dengan *Cone*



Gambar 2.5
Pembelajaran Gerak Dasar *Shooting*
Menggunakan Modifikasi Sasaran Gawang dengan *Cone* dan Kaleng/Bola



Gambar 2.7
Modifikasi Sasaran Gawang yang Telah Diberi Skor

Dan juga menggunakan gawang sepakbola sebenarnya tetapi dengan memberikan skor-skor pada setiap titiknya, dimana skor 4 menjadi skor tertinggi yang terdapat di pojok kanan atas dan pojok kiri atas gawang itu sendiri. Skor 3 terdapat di pojok kanan bawah kanan dan pojok kiri bawah. Selanjutnya skor 2 terdapat di sisi kanan dan sisi kiri gawang (diantara skor 4 dan 3). Yang terakhir skor 1 ditempatkan di tengah gawang.

Minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga siswa akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Banyak hal-hal sederhana yang dapat dilakukan oleh guru pendidikan jasmani untuk kelancaran jalannya pendidikan jasmani.

5. Model Kooperatif

a. Pengertian Kooperatif

Pembelajaran kooperatif atau *cooperative learning* adalah salah satu bentuk pembelajaran yang berdasarkan paham konstruktivisme, dimana siswa harus membangun pengetahuannya sendiri.

Strategi belajar dalam pembelajaran kooperatif yaitu dengan menempatkan sejumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda. Dalam menyelesaikan tugas kelompoknya, setiap siswa anggota kelompok harus saling bekerja sama dan saling membantu untuk memahami materi pelajaran, memecahkan masalah yang dihadapi serta mencapai tujuan yang mereka inginkan.

Model pembelajaran kooperatif adalah salah satu strategi pembelajaran yang berfungsi untuk menggali dan membagi-bagi ide pada anak strategi pembelajaran ini mendorong anak untuk melakukan kegiatan dalam bentuk kerjasama dan sikap tanggung jawab kepada teman satu kelompoknya dan juga sikap tanggung jawab dengan dirinya. (Yuda dalam Safari, 2011, hlm. 3).

Pembelajaran kooperatif, belajar dikatakan belum selesai jika salah satu teman dalam kelompok belum memahami atau menguasai materi pelajaran yang telah ditugaskan oleh guru.

Hal ini tentu akan memberikan pengaruh positif pada siswa, siswa dengan kemampuan rendah akan dapat memahami materi yang dipelajari dari banyaknya interaksi yang dilakukan dengan siswa yang memiliki kemampuan tinggi, sedangkan siswa yang memiliki kemampuan tinggi akan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dari interaksinya itu.

Dengan model pembelajaran kooperatif siswa dapat termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran, mulai dari keterampilan dasar sampai pemecahan masalah yang kompleks. Model pembelajaran kooperatif bisa menciptakan perubahan dalam pembelajaran di kelas. Tidak ada lagi sebuah kelas yang sunyi selama proses pembelajaran karena para siswa di bentuk atas kelompok-kelompok kecil yang saling bekerja sama untuk belajar satu sama yang lainnya.

b. Model Kooperaif Tipe *Team Game Tournament (TGT)*

1). Pengertian *Team Game Tournament (TGT)*

Metode *Team Game Tournament (TGT)* dikembangkan pertama kali oleh David De Vries dan Keith Edward. Metode ini merupakan suatu pendekatan kerja sama antar kelompok dengan mengembangkan kerja sama antar personal. 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. Dalam pembelajaran kooperatif tipe TGT ini siswa sebelumnya telah belajar secara individual, untuk selanjutnya belajar kembali dalam kelompok masing-masing. Dan kemudian mengadakan turnamen atau lomba atau lomba dengan anggota kelompok lainnya sesuai dengan tingkat kemampuannya. (Slavin dalam Yusron, 2005, hlm. 13).

Model pembelajaran *Team Game Tournament (TGT)* merupakan suatu bentuk dari model pembelajaran kooperatif. Menurut Nur (2011, hlm. 40)

mengemukakan bahwa “TGT adalah teknik pembelajaran yang menggunakan turnamen permainan akademik”

Model *Team Game Tournament (TGT)* ini menambahkan suatu kegembiraan di dalam setiap pembelajaran yang diperoleh dari penggunaan permainan. Dengan demikian siswa dapat termotivasi dalam mengikuti pembelajaran. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Safari (2011, hlm. 35) “TGT merupakan suatu bentuk model pembelajaran yang menambahkan dimensi kegembiraan yang diperoleh dari penggunaan permainan”. Maka dengan penggunaan permainan dalam pembelajaran kooperatif TGT diperoleh suatu kegembiraan dalam pembelajaran, hal tersebut dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

2). Pelaksanaan *Team Game Tournament (TGT)* pada Pembelajaran Gerak

Dasar *Shooting*

Langkah-langkah model pembelajaran tipe *Team Game Tournament*, menurut Slavin (2005, hlm. 166-167) terdiri dari 5 langkah tahapan yaitu.

- 1) Penyajian/Presentasi kelas
- 2) Kelompok/Tim
- 3) Game
- 4) Pertandingan/Kompetisi
- 5) Rekognisi tim

Berdasarkan pendapat tentang langkah-langkah pembelajaran TGT, maka pembelajaran yang sebenarnya dalam pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

a). Presentasi kelas

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk penerapan materi dalam *Team Game Tournament* pertama-tama diperkenalkan dalam presentasi kelas. Guru mempersiapkan media alat atau pembelajaran dan materi yang akan disampaikan, melakukan tanya jawab mengenai pengetahuan awal materi yang akan dipelajari. Ini merupakan pengajaran langsung seperti yang sering dilakukan oleh guru. Dalam penelitian ini adalah dengan mengenalkan pembelajaran passing dengan kaki bagian dalam pada pembelajaran sepak bola.

Pada saat penyajian kelas ini siswa harus benar-benar memperhatikan dan memahami materi yang disampaikan guru, karena akan membantu siswa bekerja lebih baik pada saat kerja kelompok dan pada saat *game* (turnamen) karena skor *game* akan menentukan skor kelompok.

b). Tim

Tim ini bisa terdiri dari 5-7 orang atau bisa juga disesuaikan dengan jumlah siswa dalam satu kelas. Dimana semua anggota kelompok heterogen dari kemampuan akademik, jenis kelamin, dan ras atau etnik yang berbeda. Dengan adanya heterogenitas anggota kelompok, diharapkan dapat memotivasi siswa untuk saling membantu antar siswa yang berkemampuan lebih dengan siswa yang berkemampuan kurang dalam menguasai materi pelajaran. Fungsi dari tim ini adalah memastikan bahwa semua anggota tim benar-benar bekerja sama pada setiap permainan.

c). Game

Apabila dalam pembelajaran lain *game* ini terdiri dari pertanyaan-pertanyaan, tetapi dalam pendidikan jasmani khususnya dalam penelitian ini adalah melalui permainan sepakbola mini dengan mempergunakan gawang kecil dan peraturan yang dimodifikasi juga dengan menggunakan gawang sebenarnya yang telah diberi skor-skor pada setiap titiknya.

d). Turnamen

Turnamen merupakan sebuah struktur dimana *game* berlangsung. Dalam penelitian ini sistem pertandingan atau permainannya adalah dengan menggunakan sistem kompetisi gugur dalam setiap permainan yang dilakukan.

e). Rekognisi tim

Bagi tim yang menang akan mendapatkan penghargaan dari guru. Adapun langkah langkah dalam passing dengan kaki bagian dalam melalui model kooperatif tipe Team Game Tournament, yaitu:

- a. Siswa dikelompokkan menjadi 4 kelompok/tim
- b. Melakukan pengundian untuk menentukan lawan yang akan dihadapi
- c. Semua anggota tim siap bertanding untuk menyumbangkan poin bagi timnya
- d. Siswa melakukan permainan sepak bola mini dengan model kooperatif TeamGameTournament (TGT). Dengan peraturan yang telah disepakati dimana semua anggota tim berlomba memamsukan bola ke dalam gawang dengan jarak *shooting* yang telah ditentukan.
- e. Permainan ini tidak menggunakan gawang, sebagai penggantinya peneliti menggunakan media *cone* sebagai gawang, masing-masing tim menggunakan

- 2 gawang berukuran 1 meter tanpa penghalang, kemudian masih menggunakan 2 gawang berukuran 1 meter tetapi disimpan kaleng/bola sebagai pengganti penjaga gawang, terakhir dengan menggunakan gawang sebenarnya yang telah diberi skor pada setiap titiknya.
- f. Tim yang paling banyak memasukan bola ke dalam gawang maka tim itulah yang memenangkan pertandingan.
 - g. Semua anggota tim siap bertanding untuk menyumbangkan poin bagi timnya.
 - h. Guru memberikan penghargaan kepada semua tim yang sudah bertanding.

B. Kajian Praktis

1. Maman Suarman (PGSD Penjas, Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang, 2011)

Penelitian yang dilakukan oleh Maman Suarman (2011) dengan judul, PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE TGT (TEAMS GAMESTOURNAMENT) MELALUI MODIFIKASI GAWANG UNTUK MENINGKATKAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA (Penelitian Tindakan Kelas Di Kelas IV SDN Kebonbaru Kecamatan Jatinunggal Kabupaten Sumedang)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh hasil belajar siswa kelas IV SDN Kebonbaru yang belum menguasai kemampuan gerak dasar shooting sepakbola sehingga nilai tes hasil belajar yang diperoleh sebagian beasiswa di bawah nilai batas ketuntasan belajar. Berdasarkan permasalahan di atas, maka untuk mengatasi permasalahan tersebut diterapkan pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran tipe TGT melalui modifikasi gawang agar dapat memotivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kinerja guru dalam melaksanakan proses pembelajaran, peningkatan gerak dasar shooting sepak bola, untuk mengetahui aktivitas siswa dalam proses pembelajaran gerak dasar shooting sepakbola dengan model pembelajaran tipe TGT melalui modifikasi gawang pada siswa kelas IV SDN Kebonbaru Kecamatan Jatinunggal Kabupaten Sumedang. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas. Menggunakan desain model kemmis dan Mc Taggart yang terdiri dari empat langkah pada tiap siklusnya, yaitu perencanaan, pelaksanaan,

pengamatan dan refleksi. Penelitian ini dilakukan melalui tiga siklus. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan kinerja guru, aktivitas siswa, tes hasil belajar, catatan lapangan dan wawancara siswa. Hasil perencanaan pembelajaran mengalami peningkatan pada tiap siklusnya pada siklus I mencapai 72,25%, siklus II 87,45%, dan siklus III menjadi 100%. Hasil peningkatan kinerja guru siklus I 70,83%, pada siklus II meningkat menjadi 85,83% dan pada siklus III menjadi 100%. Aktivitas siswa pada siklus I mencapai 82%, pada siklus II meningkat menjadi 85% dan pada siklus III meningkat menjadi 100%. Hasil belajar siswa pun adanya peningkatan antara siklus I, siklus II dan siklus III, target yang ditentukan adalah 90%. Pada siklus I mencapai 7 siswa yang tuntas atau 39%, pada siklus II mengalami peningkatan mencapai 11 siswa atau 61% yang tuntas, siklus III meningkat menjadi 17 siswa atau 94% yang tuntas dengan target yang ditentukan yaitu 90%. Dari pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini, dapat disimpulkan bahwa dengan model pembelajaran tipe TGT melalui modifikasi gawang dapat meningkatkan pembelajaran shooting pada siswa kelas IV SDN Kebonbaru Kecamatan Jatinunggal Kabupaten Sumedang.

2. Haryanto (Fakultas KIP Universitas Sebelas Maret, 2011)

Penelitian yang dilakukan oleh Haryanto (2011) yang berjudul, Penerapan Alat Bantu Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar *Shooting* Sepakbola Pada Siswa Kelas V SDN Duwet Kecamatan Pracimantoro Kabupaten Wonogiri Tahun Pelajaran 2011/2012

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar gerak dasar *shooting* sepakbola pada siswa kelas V SDN Duwet, Kecamatan Pracimantoro, Kabupaten Wonogiri Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Duwet tahun pelajaran 2011/2012, siswa berjumlah 26 orang yang terdiri atas 11 siswa putra dan 15 siswa putri. Sumber data berasal dari siswa, dokumen dan arsip. Teknik pengumpulan data adalah observasi dan tes. Validitas data menggunakan teknik triangulasi metode. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif komparatif. Prosedur penelitian ini adalah perencanaan,

tindakan, observasi dan refleksi. Observasi yang di lakukan sebelum penelitian siswa merasa sakit dalam melakukan gerak dasar shooting, sehingga siswa tidak tertarik dalam melakukan pembelajaran dan menjadikan hasil belajar gerak dasar *shooting* sepakbola menjadi rendah. Dari hasil analisis diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar gerak dasar gerak dasar *shooting* sepakbola pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 53,84 % atau 14 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 80,76%. atau sejumlah 21 siswa. Simpulan penelitian ini adalah penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas V SDN Duwet, Kecamatan Pracimantoro, Kabupaten Wonogiri tahun Pelajaran 2011/2012.

3. Makruji (PGSD Penjas Universitas Pendidikan Indonesia, 2013)

Penelitian yang dilakukan oleh Makruji (2013) yang berjudul, MENINGKATKAN GERAK DASAR SERVIS SAMPING PADA PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN PUKULAN BOLA KIPERS PTK pada Kelas IV SDN 1 Bayalangu Kidul Kecamatan Gegesik Kabupaten Cirebon

Kemampuan siswa kelas IV SDN 1 Bayalangu Kidul Kecamatan Gegesik Kabupaten Cirebon dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani materi tentang servis samping bola voli, belum sesuai dengan yang diharapkan. Berdasarkan penelitian awal diketahui adanya permasalahan dalam pembelajaran servis samping bola voli pada siswa kelas IV SDN 1 Bayalangu Kidul. Permasalahan tersebut adalah suasana belajar kurang kondusif, siswa kurang berminat dan kurang mampu, sehingga penguasaan materi cukup lama. Penelitian ini dilandasi dengan teori tentang modifikasi permainan kippers, dalam pembelajaran servis samping bola voli.

Penelitian ini juga menggunakan metode penelitian tindakan kelas dengan pendekatan kualitatif, karena penelitian ini mampu menawarkan pendekatan dan prosedur yang mempunyai dampak langsung untuk perbaikan dan peningkatan profesionalisme guru dalam mengelola proses pembelajaran di kelas. Desain yang

digunakan adalah desain penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yang mengacu model Spiral menurut Kemmis dan Taggart. Model ini meliputi empat langkah yaitu perencanaan (*plan*), pelaksanaan (*act*), pengamatan (*observe*), dan refleksi (*reflect*). Alat untuk mengumpulkan data yang akurat dalam penelitian ini adalah berupa lembar observasi, lembar catatan lapangan, lembar wawancara, lembar kerja siswa, dan lembar evaluasi siswa. Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan yang dilakukan sebanyak tiga siklus, pada tahap perencanaan adanya peningkatan setiap aspek perencanaan mulai dari siklus I memperoleh 74%, meningkat pada siklus II menjadi 92% dan pada siklus III 99%. Pada kinerja guru tahap pelaksanaan siklus I memperoleh 67%, meningkat pada siklus II menjadi 87% dan pada siklus III 97%. Aktivitas siswa dalam tiga siklus mengalami peningkatan, siklus I memperoleh 38%, meningkat pada siklus II menjadi 50% dan pada siklus III 81%. Hasil belajar mengalami peningkatan dari data awal 8 siswa atau 33%, pada tindakan siklus I yang dinyatakan tuntas menjadi 18 siswa atau 60%. Pada siklus II meningkat menjadi 21 orang atau 70%, dan pada siklus III meningkat lagi menjadi 25 siswa atau 83%. Dengan demikian, implementasi melalui modifikasi permainan kippers dalam permainan bola voli telah memberikan dampak yang positif dalam melakukan gerak dasar servis samping bola voli pada siswa kelas IV SDN 1 Bayalangu Kidul Kecamatan Gegesik Kabupaten Cirebon. Namun demikian, memungkinkan dapat menggunakan metode-metode pembelajaran yang lain

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teoritis dan kajian praktis di atas, maka hipotesis tindakan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

“Jika modifikasi sasaran gawang diterapkan pada pembelajaran PJOK, maka kemampuan siswa kelas V SDN Cikawung Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang dalam melakukan gerak dasar *shooting* pada permainan sepakbola akan meningkat”