BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara sederhana pendidikan jasmani adalah proses belajar gerak untuk mencapai tujuan pembelajaran melalui gerak dasar. Melalui pengalaman gerak tersebut diharapkan terbentuk perubahan dan keseimbangan aspek jasmanidan rohaninya secara utuh dan menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani diharapkan adanya peningkatan dan perkembangan dalam aspek: kemampuan jasmani (Psikomotor),perkembangan pengetahuan dan nalar (Kognitif) serta perkembangan sikap (Afektif). Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Seperti yang di kemukaan olehIkhvad Hasan Sadikin (2015, hlm. 25)

> Pendidikan jasmani juga dapat diartikan juga sebagai suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain secara sistematik untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, yang akan baik pelaksanaannya apabila didukung dengan pengetahuan tentang cara melakukannya, perilaku hidup sehat dan aktif, mengembangkan sikap jujur, disiplin, percaya diri, tangguh, pengendalian emosi, serta kerja sama dan saling menolong.

Tujuan pendidikan jasmani di Indonesia adalah pengembangan manusia Indonesia seutuhnya. Yang dimaksud dengan manusia Indonesia seutuhnya adalah manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan,kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantapdan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Mata pelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah adalah salah satu program yang bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani siswa yang diharapkan dapat mencapai prestasi belajar yang optimal. Pada dasarnya pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang mengharuskan siswa untuk bergerak aktif mengikuti pembelajaran. Maka dari itu pembelajaran Pendidikan jasmani sangat berperan penting bagi kesehatan siswa.

Melalui proses tersebut pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan potensi anak secara seimbang. Pengembangan tersebut harus terjadi secara menyeluruh, sebab yang diharapkan dari proses belajar tersebut tidak hanya aspek jasmani yang bisa dikenal dengan istilah psikomotorik, akan tetapi juga potensi yang lainnya, yaitu perkembangan pengetahuan dan penalaran yang bisa disebut dengan istilah kognitif. Selain itu diharapkan dapat mencapai perkembangan sikap serta kepribadian yang positif yang tercantum ranah afektif.

Guru pendidikan jasmani mempunyai peranan yang sangat penting untuk membantu kesehatan kebugaran jasmani siswa. Oleh karena itu penddikan jasmani hedaklah dikemas melalui situasi pembelajaran yang menyenangkan. Dalam peranan pendidikan jasmani harus dikaitkan dengan permainan dan olahraga. Seperti yang di kemukakan oleh Huizinga (dalam Husdarta, 2010, hlm. 121):

> Bermain sebagai aktivitas yang di lakukan secara bebas dan sukarela. Berbeda dengan motif bermain pada anak dilakukan karena merupakan dorongan naluri yang berguna untuk merangsang perkembangan fisik dan mentalnya, Pada orang dewasa, bermain dilakukan sebagai kebutuhan, tanpa paksaan dan dilaksanakan karena orang mau melaksanakannya.

Bagi anak SD pendidikan jasmani sangatlah penting untuk mengembangkan dan membentuk struktur tubuh. Dengan melakukan aktivitas olahraga siswa di paksa bergerak aktif mengikuti pembelajaran siswa dapat membantu membentuk tubuh dan menambah daya tahan tubuh siswa. Proses pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa minimal pembelajaran teknik gerak dasar olahraga.

Materi bahan ajar pada bidang studi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam kurikulum tahun 2006/KTSP meliputi beberapa aspek, antara lain adalah permainan dan olahraga dan salah satu diantaranya adalah sepak bola. Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia sampai saat ini. Sepak bola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan sepak bola modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang tua muda, anak-anak ini banyak mempengaruhi perkembangan sepak bola. Sehubungan dengan itu perkembangan sepak bola perlu diketahui dan dipahami oleh mahasiswa dari zaman ke zaman, terutama perkembangan sepak bola di

Indonesia. Maka perlu diupayakan kreativitas melalui pembelajaran yang menarik.

Permainan sepak bola sampai saat ini masih berada di urutan pertama dalam cabang olahraga yang di gemari oleh kebanyakan orang di belahan dunia. Kata dasar permainan adalah "main" sedangkan kegiatan yang dilakukan dalam koridor pendidikan jasmani adalah permainan edukasi, seperti yang di kemukakan oleh Nugraha (2010, hlm. 11) "perbuatan atas kemampuan sendiri bisa berupa kegiatan aktivitas fisik, kebugaran jasmani, keterampilan baik dilakukan individual/kelompok dengan batas ketentuan aturan, dengan menggunakan strategi untuk mencapai tujuan".

Jadi di pandang dari orientasi tujuan permainan itu sendiri akan berdampak positif terhadap peserta didik. Menurut Adam dan Rahantokman (dalam Nugraha, 2010, hlm. 13) "Permainan dapat menarik minat dan menyenangkan, bila didorong untuk membuat keputusan-keputusan yang tepat, permainan dapat menarik minat dan menyenangkan, akan mendorong terbentuknya kesadaran taktis".

Dribbling adalah teknik dalam usaha memindah bola dari satu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. *Dribbling* meliputi teknik dasar : sikap badan,sentuhan kaki terhadap bola dan penguasaan bola. Keterampilan satu cabang olahraga hanya akan dapat dikuasai dengan baik bila dipelajari dengan sebaik-baiknya. Prosesnya mencakup kegiatan latihan atau pelaksanaan tugas-tugas secara berulang-ulang.

Dari hasil observasi pada hari rabu tanggal 15 Maret 2017 di sekolah SD tentang materi gerak dasar*dribbling* bola pada siswa kelas V di SDN Cakrawati kecamatan Darmaraja, sebagian anak mendapatkan kesulitan dalam melakukan *dribbilng* bola dan hanya beberapa anak yang mampu melakukan gerak dasar *dribbling* bola. Data ini diperoleh dari tes awal yang dilakukan oleh peneliti, yaitu 22 orang jumlah siswa, hanya 3 orang siswa yang mampu melakukan *dribbling* bola dengan baik atau sekitar 13,63% selebihnya 19 orang atau 86,36% tidak mampu melakukan gerak *dribbling* bola dengan baik atau di bawah rata – rata KKM (70). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak

dasar*dribbling* bolamerupakan suatu masalah yang harus diperbaiki dan dicarikan solusi untuk menyelesaikan permasalahan tersebut.

Adapun data awal tes praktek pembelajaran *Dribbling* bola dapat dilihat pada tabel 1.1 dibawah ini.

Tabel 1. 1
Data Hasil Tes Awal Kemampuan Gerak Dasar *Dribbling* bola

No	Nama	Aspek yang Dinilai									Nilai	Ket	
		Sikap badan			Sentuhan kaki ke bola			Penguasaan bola					
		3	2	1	3	2	1	3	2	1		T	BT
1	AFIFAH DWI K			√			√			√	30		√
2	BUNGA F R H		√				√			√	40		√
3	DAHLAN Y H		√			√				√	50		√
4	DANDI SURYANA		√			√				√	50		√
5	DWI SUKMA S		√			√			√		60		√
6	EVA NURJAMILAH			√			√			√	30		√
7	FATIMAH K		√				√			√	40		√
8	FENI KURNIAWATI			√	√		√			√	30		√
9	IDA FAIDA YASFIN			√			√			√	30		√
10	JULIANA		√				√			√	40		√
11	LOUBNA R Z		√			√				√	50		√
12	MILA FARADILA			√			√			√	30		√
13	M. AJI ZULKARIM	√				√		√			80	√	
14	M. IQBAL Z	√			√				√		80	√	
15	M. ZACKY ARIA R		√			√			√		60		√
16	OGA PERMANA		√			√			√		60		√
17	PUTRI SYABIRA R			√			√			√	30		√
18	RAKA MAULANA	√			√			√			90	√	
19	SRI ANDINI W		√				√			√	40		√
20	WINDA SUNDARI		√				√			√	40		√
21	YULIA APRILIA			√			√			√	30		√
22	YULIANTI SAROH		√				√			√	40		√
Jumlah												3	19
Persentase %												13,63	86,36

Keterangan :

1. Sikap badan
    a. Badan siap berdiri didepan bola.
    b. Posisi badan tegak berdiri.

c. Saat melakukan *dribbling* badan condong ke depan.

2. Sentuhan kaki ke bola
   a. Menggunakan kaki terkuat.
   b. Menggunakan bagian kaki dalam ataupun kaki bagian luar saat melakukan *dribbling*.
   c. Kedua kaki aktif saat melakukan *dribbling* bola secara bergantian.
3. Penguasaan bola
   a. Pandangan fokus ke bola.
   b. Bola tidak terlalu jauh dari jangkauan.
   c. Singkronisasi kaki saat penguasaan bola.

Deskriptor Penilaian :

Skor 3, jika tiga deskriptor di atas muncul.

Skor 2, jika dua deskriptor di atas muncul.

Skor 1, jika hanya satu deskriptor yang muncul

$$\text{Nilai} = \frac{jumlah\ skor\ yang\ diperoleh}{skor\ ideal} \text{ X } 100$$

Melihat pemaparan di atas menunjukan kurangnya antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran dan siswa banyak merasa jenuh pada saat pembelajaran dimulai dan ditambah lagi dengan kurangnya fasilitas pembelajaran yang layak untuk melakukan pembelajaran *dribbling* bola ini. Sehingga siswa mengalami kurangnya penyerapan pembelajaran dalam pembelajaran *dribbling* bola ini, maka peneliti merasa perlu memperbaiki alternatif atau memberikan solusi yang dihadapi oleh siswa kelas V SDN Cakrawati dengan menerapkan latihan *dribbling zig-zag* satu kaki dan *dribbling zig-zag* dua kaki melalui tindakan latihan menggunakan patok secara bertahap dalam waktu tiga minggu atau tiga pertemuan. Pada pertemuan pertama siswa melakukan latihan *dribbling zig-zag* satu kaki dan *dribbling zig-zag* dua kaki dengan latihan *dribbling* lurus dengan jarak 15 meter kemudian memutari patok satu kali menggunakan kaki satu terlebih dahulu kemudian dilanjutkan menggunakan dua kaki saat *dribbling.* Pada pertemuan kedua siswa melakukan *dribbling zig-zag* satu kaki dan *dribbling zig-zag* dua kaki dengan latihan run segitiga, siswa melakukan *dribbling* melewati

patok dengan bentuk segitiga kemudian memutari patok satu kali setiap melewati patok, prosesnya sama dengan pertemuan pertama yaitu melakukan *dribbling* menggunakan satu kaki terlebih dahulu kemudian dilanjutkan *dribbling* menggunakan dua kaki. Pada pertemuan ketiga siswa melakukan latihan *dribbling zig-zag* satu kaki dan *dribbling zig-zag* dua kaki dengan melakukan latihan kombinasi dari pertemuan pertama dengan pertemuan kedua. Dengan latihan ini peneliti yakin siswa akan lebih baik saat melakukan *dribbling.* Demikian peneliti akan memberi judul penelitian ini yaitu Meningkatkan Gerak Dasar *Dribbling* Bola Melalui Latihan *Dribbling Zig-zag* Dalam Permainan Sepak Bola.

B. Identifikasi Masalah

Permainan sepak bola adalah salah satu olahraga yang sangat digemari oleh berbagai golongan, dari anak-anak sampai orang dewasa. Namun di SD Cakrawati teknik dasar sepak bola masih belum dikuasai oleh kebanyakan siswanya maka dari itu akan lebih difokuskan pada teknik dasar *dribbling* bola. Berdasarkan dari observasi di sekolah ternyata masih banyak siswa yang belum menguasai teknik gerak dasar *dribbling* bola, siswa cenderung hanya sekedar bisa bermain bola, hal ini harus dirubah karena dalam permainan sepak bola harus memahami teknik-teknik dasar dalam bermain sepak bola.

Dengan demikian teknik dasar latihan*dribblingzig-zag* satu kaki dan *dribbling zig-zag* dua kaki dapat merubah gaya bermaian seseorang dalam permainan sepak bola, maka dari itu agar pelaksanaan pembelajaran dapat terlaksana guna memberi pemahaman siswa tentang teknik dasar *dribbling* bola, seorang guru harus menggunakan model pembelajaan yang mudah di pahami dan tidak membosankan.

Adapun kesulitan yang yang dialami siswa dalam pembelajaran adalah sebagai berikut :

1) Bahwa sebagaian siswa kurang mampu melakukan gerak dasar *dribbling* bola karena guru kurang kreatif dalam memodifikasi media pembelajaran sehingga pembelajaran tidak dapat diserap maksimal oleh siswa.
2) Guru kurang strategi dalam melakukan pembelajaran yang sesuai untuk siswa.

3) Metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru kurang tepat untuk menangani masalah yang ada.
4) Kurang bimbingan dan tidak memberikan motivasi yang lebih kepada siswa untuk melakukan pembelajaran terssebut.

Seorang guru juga harus mempunyai wawasan dan pengetahuan yang luas tentang teori pendidikan jasmani dan perkembangan siswa serta mengaplikasikannya pada proses belajar mengajar. Karena dengan mengetahui teori, selain dapat mengetahui perkembangan siswa, pemahaman teori-teori perkembangan dapat membantu guru dalam memberikan pembelajaran yang sesuai minat, karakteristik, dan keingian siswa dilihat dari tahap perkembangan siswa.

Penerapan metode dan penggunaan teknik mengajar yang kurang tepat, tidak ada variasi saat pelaksanaan pembelajaran, dan lebih mengutamakan hasil akhir belajar dari pada proses pembelajaran dapat menimbulkan minat siswa akan menjadi rendah.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas tentang permasalahan yang muncul dalam meningkatkan pembelajaran gerak dasar*dribbing* bola di SDN Cakrawati kelas V, peneliti menyadari bahwa masalah ini cukup kompleks di pelajari, peneliti memandang perlu untuk rumusan di atas diurikan sebagai berikut:

a. Bagaimana perencanaan pembelajarangerak dasar *dribbling* bola melalui latihan*dribblingzig-zag*pada siswa kelas V di SDN Cakrawati?
b. Bagaimana pelaksanaan kinerja guru dalam pembelajarangerak dasar *dribbling* bola melalui latihan *dribblingzig-zag*pada siswa kelas V di SDN Cakrawati?
c. Bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajarangerak dasar *dribbling* bola melalui latihan*dribblingzig-zag* pada siswa kelas V di SDN Cakrawati ?
d. Bagaimana hasil belajar siswa pada pembelajarangerak dasar *dribbling* bola melalui latihan*dribblingzig-zag* pada siswa kelas V di SDN Cakrawati?

D. Pemecahan Masalah

Berdasarkan pada perumusan masalah yang muncul, maka peneliti mengajukan cara pemecahan masalahan tersebut sebagai berikut: pada tahap awal siswa diberi

penjelasan dan informasi tentang gerak dasar *dribbling* bola dalam permainan sepak bola. Kemudian siswa diberi kesempatan melakukan gerakan secara bergantian, hal tersebut bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal secara umum seperti yang telah dilakukan pada observasi awal.

Menurut Danny Mielke (2007, hlm. 2) "*Dribbling*adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua permainan harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berlari, atau bersiap melakukan operan atau tembakan".

Alternatif yang tepat dalam menangani permasalahan yang ada pada siswa kelas V SDN Cakrawati ini yaitu dengan melakukan metode pembelajaran latihan*dribblingzig-zag*, dimana setiap siklus memiliki beberapa latihan gerak dasar. Pada siklus I siswa melakukan latihan lari *zig-zag* tanpa bola melewati rintangan berupa patok. Pada siklus II siswa melakukan latihan*dribbling zig-zag* bola dengan satu kaki melewati rintangan berupa patok. Pada siklus III siswa melakukan latihan *dribbling zig-zag* dua kaki melewati rintangan berupa patok.

Dengan demikian siklus latihan meningkatkan keterampilan *dribbling* bola melalui latihan *dribblingzig-zag*dapat meningkatkan keterampilan siswa melakukan *dribbling* bola dalam permainan sepak bola.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengetahui proses dan hasil pembelajaran gerak dasar *dribbling* bola. Dengan mengangkat topik tersebut, maka judul skripsi yang peneliti ajukan adalahmeningkatkan gerak dasar *dribbling* bola melalui latihan*dribbling zig-zag* dalam permainan sepak bola pada siswa kelas V SDN Cakrawati Kec. Darmaraja Kab. Sumedang.

Latihan*dribblingzig-zag* satu kaki dapat melatih gerakan *reflek* kaki ketika menyentuh bola menjauh dari lawan sedangkan *dribblingzig-zag* dua kaki melatih gerakan *reflek* kaki di saat beradapan dengan lawan atau saat akan melewati lawan, maka dari itu latihan *dribblingzig-zag* sangat berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* seseorang, karena dalam latihannya *dribblingzig-zag* melatih kelincahan kaki, memperkuat kuda-kuda kaki dalam melakukan *dribbling* bola serta memperkuat *insting* berfikir disaat akan melewati lawan.

E. Tujuan Penelitian

Bedasarkan paparan masalah yang telah peneliti paparkan sebelumnya, maka penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk.

1. Mengetahui bagaimana perencanaan pembelajarangerak dasar*dribbling* bola melalui latihan*dribblingzig-zag*dalam permainan sepak bolapada siswa kelas V di SDN Cakrawati.
2. Mengetahui bagaimana pelaksanaan kinerja guru dalam pembelajaran gerak dasar*dribbling* bola melalui latihan*dribblingzig-zag* dalam permainan sepak bolapada siswa kelas V di SDN Cakrawati.
3. Mengetahui bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar *dribbling* bola melalui latihan *dribblingzig-zag*dalam permainan sepak bolapada siswa kelas V di SDN Cakrawati.
4. Mengetahui bagaimana hasil evaluasi pembelajaran gerak dasar *dribbling* bola melalui latihan *dribblingzig-zag* dalam permainan sepak bolapada siswa kelas V di SDN Cakrawati.

F. Manfaat Penelitian

Dengan diadakannya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Bagi Siswa

   Meningkatkan motivasi belajar, agar tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan mudah.

2. Bagi Guru

   Dengan dilaksanakannya penelitian tindakan kelas ini, guru pendidikan jasmani dapat berkreasi menciptakan bentuk pembelajaran untuk kelangsungan proses belajar mengajar di lapangan serta menambah wawasan tentang aplikasi gerak atau cara pembelajaran yang sesuai dengan tuntutan kurikulum.

3. Bagi Lembaga Prodi

   Sebagai masukan dan bahan acuan dalam perbaikan proses pembelajaran pendidikan jasmani,untuk menghasilkan tenaga pendidik yang memiliki kompetensi.

4. BagiSekolah

Meningkatkan efektivitas dan efesiensi proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dasar.

5. Bagi Peneliti

   Mengaplikasikan hasil penelitian penerapan model latihan dalam proses pembelajaran teknik dasar *dribbling* bola dengan latihan *dribblingzig-zag* dalam permainan sepak bola.

G. Paparan Organisasi Skripsi

Dalam penelitian yang berjudul meningkatkan gerak dasar *dribbling* bola melalui latihan*dribblingzig-zag* pada siswa kelas V di SD Cakrawati Kec. Darmaraja Kab. Sumedang. Adapun struktur organisasi dalam penulisan skripsi ini yaitu:

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang
B. Indentifikasi Masalah
C. Rumusan Masalah
D. Pemecahan Masalah
E. Tujuan Penelitian
F. Batasan Istilah
G. Manfaat Penelitian
H. Struktur Organisasi Skripsi

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Pendidikan jasmani
   1. Hakikat Pendidikan jasmani
   2. Pengertian Pendidikan jasmani
   3. Tujuan Pendidikan jasmani
   4. Manfaat Pendidikan jasmani
   5. Ruang Lingkup Pendidikan jasmani
B. Belajar dan Pembelajaran
   1. Belajar
   2. Pembelajaran
C. Sepak Bola
   1. Sejarah Sepak Bola

2. Pengertian Permainan Sepak Bola
3. Teknik Permainan Sepak Bola

D. Pendekatan Bermain Dalam Sepak Bola
E. Hasil Penelitian Yang Relevan
F. Hipotesis Tindakan

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode dan Disain Penelitian
1. Metode Penelitian
2. Desain Penelitian
B. Prosedur Penelitian dan Rencana Tindakan
1. Prosedur Penelitian
2. Rencana Tindakan
C. Langkah-langkah Pelaksanaan Siklus I Sampai dengan Siklus III
D. Lokasi dan Waktu Penelitian
1. Lokasi Penelitian
2. Waktu Penelitian
E. Subjek Penelitian
F. Teknik Pengumpulan Data
G. Instrumen Penelitian
H. Prosedur Pengolahan Data dan Analisis Data
1. Prosedur Pengolahan Data
2. Analisis Data
I. Validitas Data
J. Interpretasi

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data Awal
B. Paparan Data Siklus I
1. Perencanaan Siklus I
2. Pelaksanaan Tindakan Siklus I
3. Hasil Observasi Siklus I
4. Refleksi Siklus I
C. Paparan Data Siklus II

1. Perencanaan Siklus II
2. Pelaksanaan Siklus II
3. Observasi Siklus II
4. Analisis dan Refleki siklus II

D. Paparan Data Siklus III

1. Perenanaan Siklus III

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
PERPUSTAKAAN