

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Metode ini digunakan atas pertimbangan bahwa sifat penelitian eksperimental yaitu mencobakan suatu program latihan untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan atau *treatment*, dalam hal ini yaitu pengaruh modifikasi alat dan peraturan permainan dalam pembelajaran sepakbola terhadap hasil belajar siswa. Mengenai metode eksperimen ini Sugiyono (2009 : 72), menjelaskan “Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan”.

Metode penelitian eksperimen merupakan rangkaian kegiatan percobaan dengan tujuan untuk menyelidiki sesuatu hal atau masalah sehingga diperoleh hasil. Jadi dalam metode eksperimen harus ada perlakuan yang dicobakan, dalam hal ini variabel bebasnya yaitu pengaruh modifikasi alat dan peraturan permainan sepakbola dan variabel terikatnya adalah hasil belajar siswa

B. Populasi dan Sampel

Seperti halnya dalam penelitian lain. Data merupakan salah satu hal yang terpenting yang tidak boleh diabaikan, karena itu untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini sumbernya harus jelas. Artinya sumber data harus diperoleh dari suatu kelompok yang yang menjadi objek penelitian. Kelompok tersebut lazim disebut dengan istilah populasi dan sampel. Populasi adalah

sekumpulan unsur yang akan diteliti seperti sekumpulan individu, sekumpulan keluarga, dan sekumpulan unsur lainnya. Dari sekumpulan unsur tersebut diharapkan akan memperoleh informasi yang berguna untuk memecahkan masalah penelitian, sebagaimana yang dikemukakan oleh Sudjana (2001 : 84) bahwa:

Populasi, maknanya berkaitan dengan elemen, yakni unit tempat diperolehnya informasi. Elemen tersebut bisa berupa individu, keluarga, rumah tangga, kelompok sosial, sekolah, kelas, organisasi dan lain-lain. Dengan kata lain populasi adalah kumpulan dari sejumlah elemen.

Populasi yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Singaparna kelas X yang berjumlah 300 orang siswa. Dari populasi tersebut yang akan dijadikan sampel sebanyak 30 orang. Tentang pengambilan sampel sesuai dengan pendapat Arikunto (2002 : 104), menjelaskan mengenai batasan sampel yaitu : "Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti". Arikunto (2002 : 107), bahwa "Jika subjeknya lebih dari 100, sampel dapat diambil 10-15 persen dari populasi". Dalam penentuan sampel, kemampuan siswa kelas X dalam bermain sepakbola bersifat heterogen, sehingga, setiap siswa tidak memiliki peluang yang sama untuk menjadi sampel maka teknik penentuan sampel yang tepat adalah menggunakan teknik "*nonprobability sampling*".

Menurut Sugiyono (2009 : 84), menjelaskan tentang *nonprobability sampling* bahwa "nonprobability sampling adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang/kesempatan yang sama bagi setiap unsur yang atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel". Dari teknik nonprobability sampling ini terdapat beberapa teknik pengambilan sampel, Sugiyono (2009: 84)

menjelaskan bahwa :”teknik sampling ini meliputi, *sampling sistematis, kuota, aksidental, purposive, jenuh, snowball*”. Dari pernyataan diatas peneliti menggunakan teknik *sampling sistematis*. pengambilan Teknik *sampling sistematis* digunakan untuk menentukan sampel dengan cara urutan yang diambil dari populasi sesuai dengan nomor urut. Sugiyono (2009 : 84) menjelaskan ”sampling sistematis adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan urutan dari anggota populasi yang telah diberi nomor urut”.

Melalui teknik pengambilan sampel secara nomor urut, peneliti akan membagikan nomor urut 1 sampai 300 dan diambil 30 orang dari kelipatan 10. dari teknik pengambilan sampel ini diperoleh dua kelompok sampel, masing-masing kelompok berjumlah 15 siswa. Terhadap kedua kelompok tersebut diberikan perlakuan (*treatment*) dengan cara menerapkan pembelajaran sepakbola menggunakan modifikasi alat dan peraturan permainan dan pembelajaran sepakbola tanpa menggunakan modifikasi. Untuk menentukan kelompok latihan yang terdiri dari masing-masing 15 orang sampel tadi, terlebih dahulu dilakukan tes awal yaitu dengan tes teknik *passing, dribble, dan shooting*. Setelah data tes awal diperoleh, kemudian dilakukan penyusunan ranking dan penjadohan dengan tujuan membentuk kelompok latihan yang homogen secara kualitas dan kuantitas.

Tabel 3.1**Pengelompokan sampel dengan teknik penjadohan**

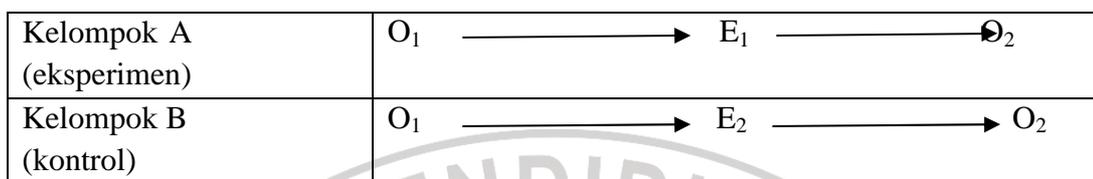
Kelompok pembelajaran sepakbola menggunakan modifikasi	Kelompok pembelajaran sepakbola tanpa modifikasi
1	2
4	3
5	6
8	7
9	10
12	11
13	14
16	15
17	18
20	19
21	22
24	23
25	26
28	27
29	30

C. Desain dan Prosedur Penelitian

1. Desain Penelitian

Desain penelitian eksperimen perlu suatu pola eksperimen yang sesuai dengan variabel-variabel yang terkandung dalam penelitian ini. Adapaun variabel-variabel tersebut adalah sebagai berikut: variabel bebasnya (independen) adalah pengaruh modifikasi alat dan peraturan permainan, sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar siswa.

Adapun desain penelitian yang digunakan oleh penulis yaitu menggunakan *control group pre tes and post tes design*. Mengenai design ini Arikunto (2006:86) menggambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1
Desain Penelitian Control Group Pre Tes dan Post Tes

Keterangan :

O_1 : Tes Awal

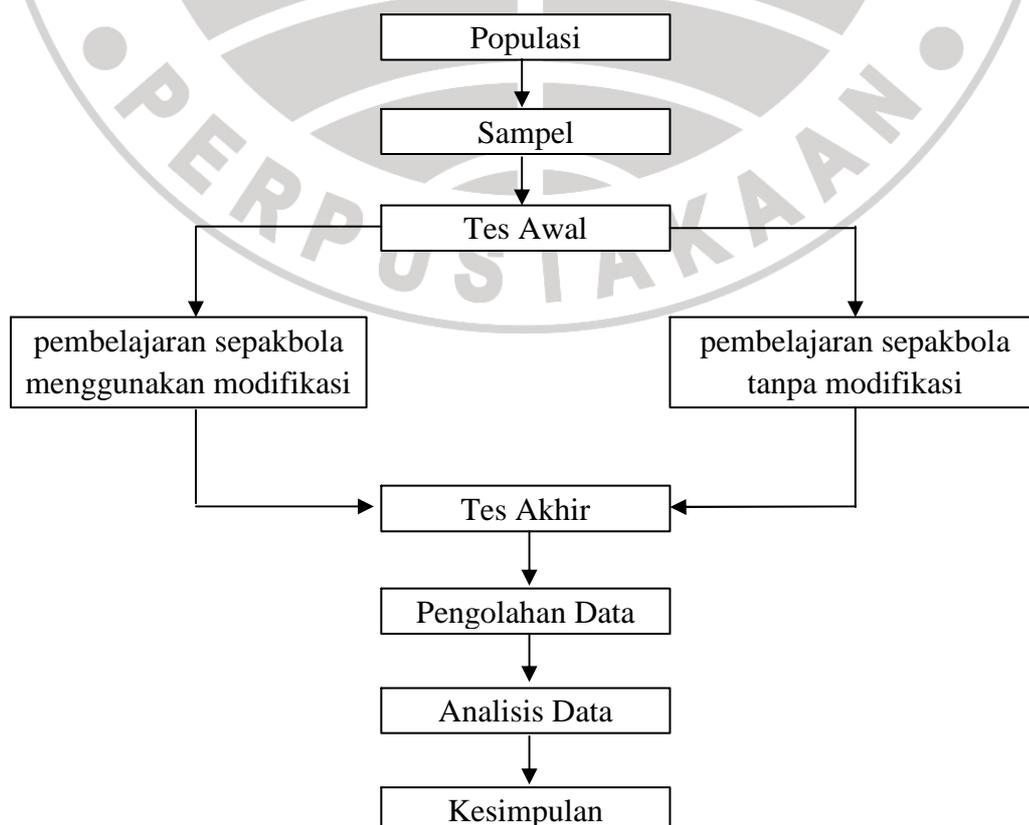
O_2 : Tes Akhir

E_1 : Pembelajaran Sepak Bola menggunakan modifikasi

E_2 : Pembelajaran Sepak Bola tanpa modifikasi

2. Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian dalam upaya pengambilan data, peneliti akan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :



D. Instrumen Penelitian

Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpul data atau alat pengukurannya. Sedangkan validitas suatu alat ukur harus sesuai dengan materi tes yang akan diukur. Mengenai validitas suatu alat ukur Lutan (2007 : 79) menjelaskan bahwa, “Suatu instrumen dikatakan valid bila instrumen itu, untuk maksud dan kelompok tertentu, mengukur apa yang semestinya diukur, derajat ketepatan mengukurnya benar maka validitasnya tinggi”.

Untuk mengetahui pengaruh modifikasi pembelajaran sepakbola terhadap hasil belajar siswa dalam aspek psikomotor, penulis menggunakan instrumen penelitian berupa tes kecabangan olahraga khususnya cabang olahraga sepakbola yang di buat oleh Nurhasan (2000 : 149) terdiri dari beberapa komponen yang dituangkan dalam beberapa butir tes, yaitu :

1) Tes Passing dan Stopping

Tujuan : mengukur keterampilan dan gerak kaki dalam menyepak dan menahan bola

Alat yang digunakan :

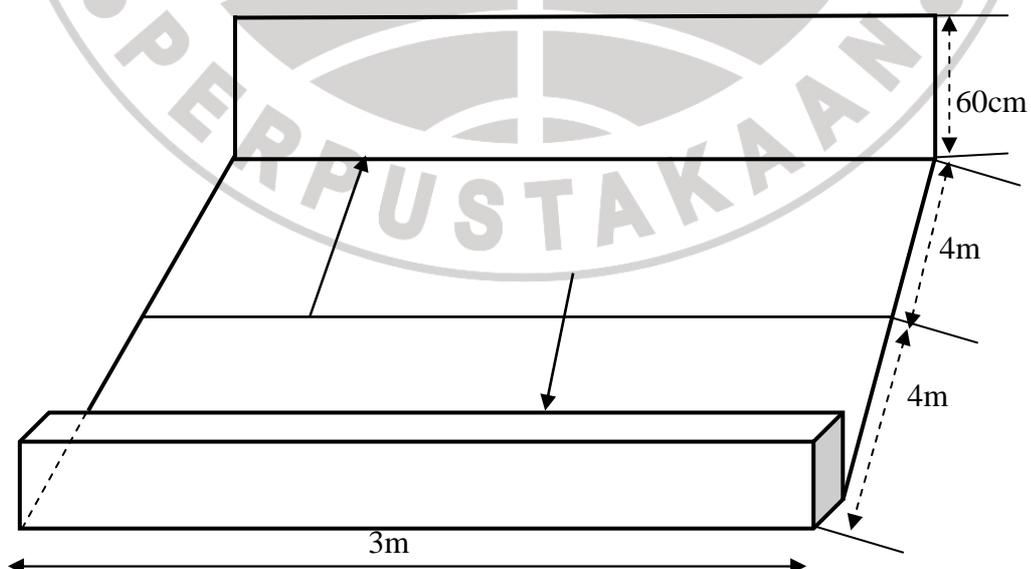
- Bola 2 buah
- Stop Watch
- Bangku Swedia (papan ukuran 3m x 60 cm sebanyak 2 buah)
- Kapur

Petunjuk Pelaksanaan :

- Testee berdiri dibelakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran/papan, boleh dengan posisi kaki kanan siap menembak ataupun sebaliknya
- Pada aba-aba "ya", testee mulai menyepak bola ke sasaran/papan dan menahannya kembali dengan kaki dibelakang garis tembak kaki yang akan menyepak berikutnya yang arahnya berlawanan dengan sepakan pertama
 - Lakukan kegiatan ini bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan selama 30 detik
 - Apabila bola ke luar dari daerah sepak. Maka testee menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.

Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:

- Bola ditahan dan disepak di depan garis sepak yang akan menyepak bola
- Hanya menahan dan menyepak dengan satu kaki saja



Gambar 3.2

Diagram Lapangan Tes Sepak Tahan Bola

Cara Menskor :

Jumlah menyepak dan menangkis bola yang sah, selama 30 detik.

Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang bola.

2) Tes menggiring bola (*dribling*)

Tujuan : mengukur keterampilan, kelincahan, dan kecepatan kaki dalam memainkan bola.

Alat yang digunakan

- Bola
- Stop Watch
- 6 buah rintangan
- Tiang bendera
- Kapur

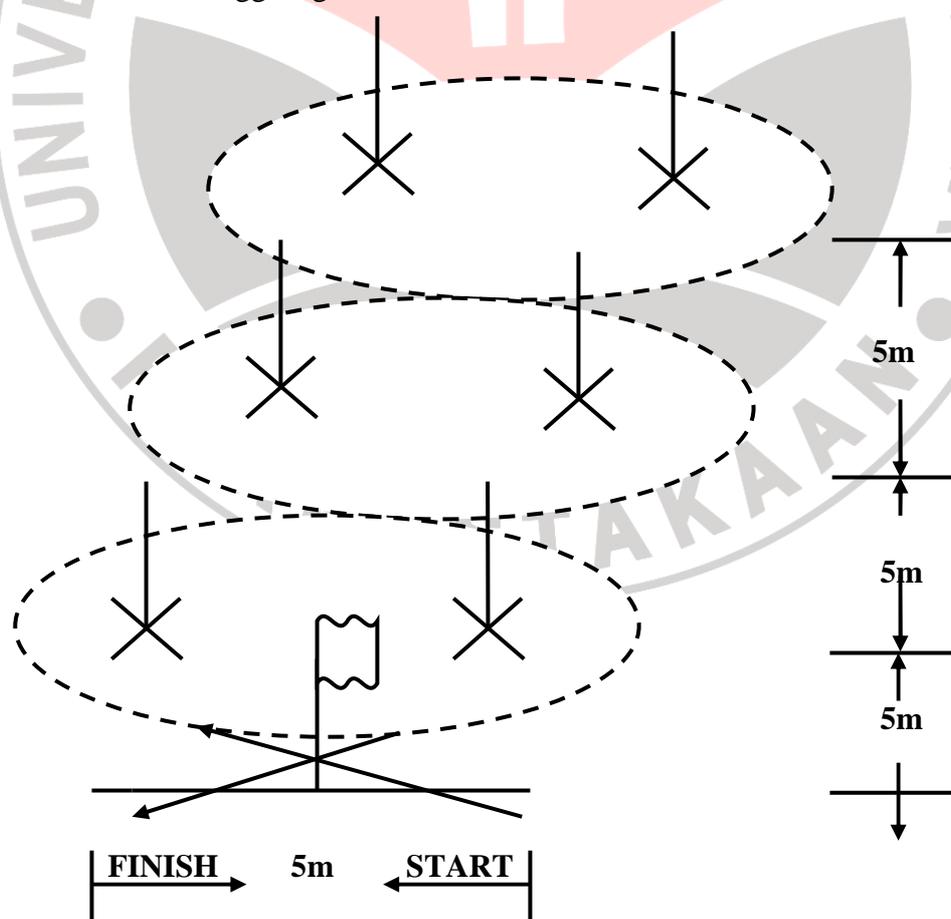
Petunjuk Pelaksanaan :

- Pada aba-aba "Siap" testee berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya.
- Pada aba-aba "ya" testee mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish

- Salah dalam menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki dimana melakukan kesalahan dan selama itu pula stop watch tetap jalan
- Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kaki kiri bergantian, atau minimal salah satu kaki pernah menyentuh satu kali sentuhan

Gerakan itu dinyatakan gagal bila :

- Testee menggiring bola hanya dengan menggunakan satu kaki saja.
- Testee menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah.
- Testee menggunakan anggota badan selain kaki pada saat menggiring bola.



Gambar 3.3

Diagram Lapangan Tes Menggirng Bola

Cara Menskor :

Waktu yang ditempu testee dari aba-aba “ya” sampai ia melewati garis finish. Waktu diacatat sepersepuluh detik

3) Tes Shooting

Tujuan : Mengukur ketrampilan, ketetapan dan kecepatan gerak kaki untuk menyelesaikan tugas geraknya dalam menedang bola ke sasaran

Alat yang digunakan :

- Bola
- Stopwatch ‘
- Gawang
- Nomor nomor
- Tali

Petunjuk pelaksanaan:

- Testee berdiri di belakang bola yang di letakan pada sebuah titik berjarak 6 meter di depan gawang / sasaran
- Tidak ada aba aba dari testee
- Pada saat kaki mulai menendang bola maka stopwatch dijalankan dan berhenti saat bola mengenai sasaran.
- Testee di beri 3 kali kesempatan.

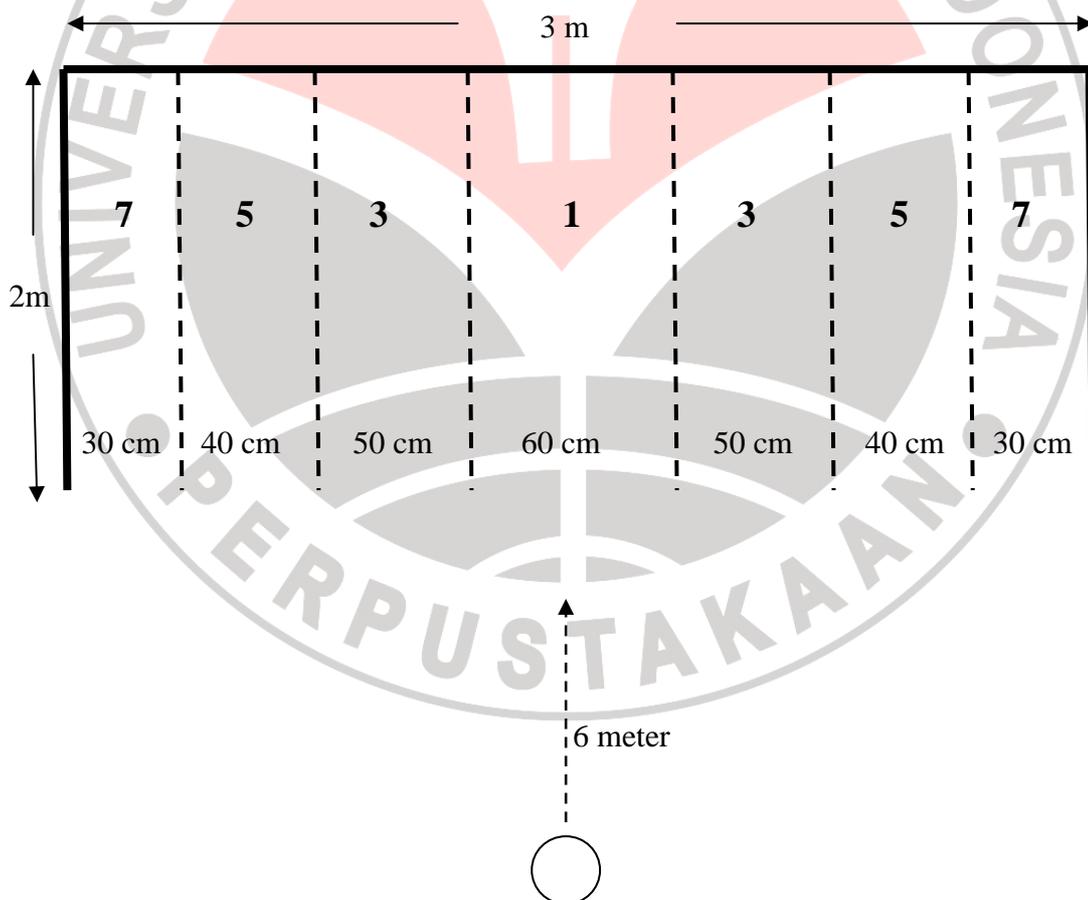
Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila :

- Bola keluar dari daerah sasaran
- Menempatkan bola tidak pada jarak 6 meter pada garis sasaran

Cara menskor / pemberian nilai :

- Jumlah skor dan waktu yang di tempuh bola pada sasaran dalam 3 kali kesempatan
- Apabila bola hasil tendangan mengenai tali pemisah skor pada sasaran maka di ambil skor terbesar pada kedua sasaran

Gambar tes menendang bola ke sasaran (shooting) serta ukuran tiang gawang dan titik jarak menembak adalah sebagai berikut :



Gambar 3.4

Diagram Lapangan Tes Shooting

Pengumpulan data dalam penelitian ini diambil dari :

1. Tes keterampilan Sepak bola sebagai tes awal (*pree test*)
2. Tes keterampilan Sepak bola sebagai tes akhir (*post test*)

E. Proses Pembelajaran

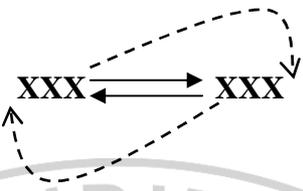
Dalam pelaksanaan proses pembelajaran ini, kedua kelompok masing-masing akan diberikan dua bentuk metode pembelajaran yang berbeda. Untuk kelompok A akan diberikan metode pembelajaran sepak bola menggunakan modifikasi alat berupa digantinya dua buah gawang oleh empat buah bola sepak bola ukuran yang sesungguhnya serta peraturan permainan yang di modifikasi. Sedangkan untuk kelompok B, menggunakan metode pembelajaran sepak bola tanpa modifikasi alat dan peraturan permainan. Karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh modifikasi alat dan peraturan permainan sepak bola terhadap hasil belajar siswa di SMA Negeri 1 Singaparna.

Bentuk pembelajaran kelompok A dengan menggunakan modifikasi Alat dan peraturan permainan sepak bola dan kelompok B pembelajaran sepak bola tanpa menggunakan modifikasi akan dilaksanakan sebanyak enam belas kali pertemuan, dimana pelaksanaan pembelajaran dilaksanakan dua kali pertemuan dalam seminggu. Adapun rencana pembelajaran yang akan dilaksanakan kelompok A adalah sebagai berikut :

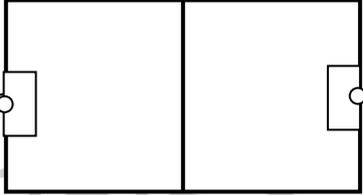
Tabel 3.2

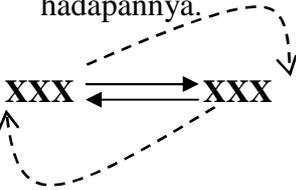
Proses Pembelajaran

Pert	KBM	Perlakuan	Tujuan
I	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Penjelasan materi</p> <p>e) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik <i>passing</i></p>	<p>a) siswa dibariskan sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis.</p> <p>a) siswa di bagi ke dalam empat kelompok saling berhadapan, siswa melakukan <i>passing</i> secara bergiliran, siswa yang telah melakukan <i>passing</i> dua kali sentuhan dan satu kali sentuhan kemudian berlari ke depan menempati kelompok</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>Agar siswa dapat melakukan <i>passing</i> dasar dengan baik dan benar serta siswa dapat melakukan <i>passing</i> sesuai sasaran yang di tuju (<i>akurasi</i>).</p>

		<p>yang berada di hadapannya.</p>  <p>b) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bertanding dengan cara melakukan <i>passing</i> sesama teman sebanyak lima belas kali <i>passing</i> tanpa mengenai pemain lawan. Apabila bola keluar permainan, maka untuk memainkan kembali, bola ditendang tepat dalam garis samping permainan seperti futsal serta apabila mengenai lawan sebelum melakukan <i>passing</i> sebanyak lima belas kali <i>passing</i>, maka</p>	
--	--	--	--

		<p>hitungan kembali dari nol.</p> <p>c) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bekerja sama melakukan passing bawah dan mencetak goal dengan cara bola yang dimainkan disentuh kepada bola yang menjadi gawang. bola yang menjadi gawang tersebut berjumlah satu pada masing-masing area pertahanan. Tidak ada pemain yang menjaga bola di dalam kotak penalti yang telah ditentukan, apabila bola ke luar area permainan, maka untuk memainkan bolanya kembali dengan cara ditendang dalam</p>	
--	--	---	--

		<p>garis samping lapangan seperti permainan futsal.</p> 	
	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran supaya lebih baik lagi</p>

<p>II</p>	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Penjelasan materi</p> <p>e) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik <i>passing</i></p>	<p>a) siswa dibariskan sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis.</p> <p>a) siswa di bagi ke dalam empat kelompok saling berhadapan, siswa melakukan passing secara bergiliran, siswa yang telah melakukan <i>passing</i> dua kali sentuhan dan satu kali sentuhan kemudian berlari ke depan menempati kelompok yang berada di hadapannya.</p> 	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>Agar siswa dapat melakukan <i>passing</i> dasar dengan baik dan benar serta siswa dapat melakukan <i>passing</i> sesuai sasaran yang di tuju (<i>akurasi</i>).</p>
------------------	--	--	---

		<p>b) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bertanding dengan cara melakukan <i>passing</i> sesama teman sebanyak lima belas kali <i>passing</i> tanpa mengenai pemain lawan. Apabila bola keluar permainan, maka untuk memainkan kembali, bola ditendang tepat dalam garis samping permainan seperti futsal serta apabila mengenai bagian tubuh lawan sebelum melakukan <i>passing</i> sebanyak lima belas kali <i>passing</i>, maka hitungan kembali dari nol.</p> <p>c) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bekerja sama melakukan</p>	
--	--	---	--

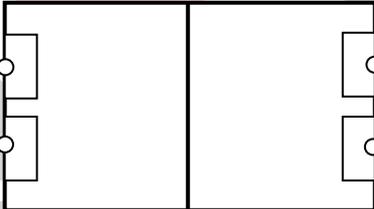
		<p><i>passing</i> bawah dan mencetak goal dengan cara bola yang dimainkan disentuh kepada bola yang menjadi gawang. bola yang menjadi gawang tersebut berjumlah satu pada masing-masing area pertahanan. Tidak ada pemain yang menjaga bola di dalam kotak penalti yang telah ditentukan, apabila bola ke luar area permainan, maka untuk memainkan bolanya kembali dengan cara ditendang dalam garis samping lapangan seperti permainan futsal.</p>	
--	--	--	--



	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran supaya lebih baik lagi</p>
<p>III</p>	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p>	<p>a) siswa dibariskan tiga ber sap sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis.</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p>

	<p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik <i>passing</i></p>	<p>a) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bertanding dengan cara melakukan <i>passing</i> sesama teman sebanyak dua puluh kali sentuhan tanpa mengenai pemain lawan. Apabila mengenai lawan sebelum melakukan <i>passing</i> sebanyak dua puluh kali <i>passing</i>, maka hitungan kembali dari nol serta jika luar area permainan, maka untuk memainkan bolanya kembali dengan cara ditendang dalam garis samping lapangan seperti permainan futsal.</p> <p>b) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bertanding dengan cara melakukan <i>passing</i></p>	<p>a) Siswa dapat menjaga akurasi <i>passing</i> dengan baik dan benar.</p> <p>b) Siswa dapat melakukan kerjasama sesama temannya lebih baik lagi.</p>
--	---	---	--

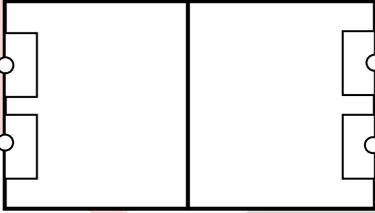
		<p>sesama teman sebanyak dua puluh kali <i>passing</i> tanpa mengenai pemain lawan. setelah melakukan dua puluh kali <i>passing</i> maka harus cetak goal ke bola yang menjadi pengganti gawang. Apabila mengenai lawan sebelum melakukan <i>passing</i> sebanyak dua puluh kali, maka hitungan kembali dari nol.</p> <p>c) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bekerja sama melakukan <i>passing</i> bawah dan mencetak goal dengan cara bola yang dimainkan disentuhkan kepada bola yang menjadi gawang. bola yang menjadi gawang tersebut</p>	
--	--	---	--

		<p>berjumlah dua. Tidak ada pemain yang menjaga bola di dalam kotak penalti yang telah ditentukan, apabila bola ke luar area permainan, maka untuk memainkan bolanya kembali dengan cara ditendang dalam garis samping lapangan seperti permainan futsal.</p> 	
	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki</p>

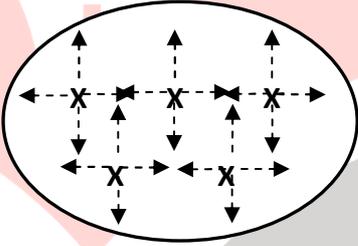
			kekekurangan- kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran supaya pembelajaran berikutnya lebih baik lagi
IV	Pendahuluan (15')	<p>a) siswa dibariskan tiga ber sap sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis.</p>	Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti
	Pembelajaran inti (60')		
	Pembelajaran teknik <i>passing</i>	a) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bertanding dengan cara	c) Siswa dapat menjaga akurasi <i>passing</i> dengan

		<p>melakukan passing sesama teman sebanyak dua puluh kali sentuhan tanpa mengenai pemain lawan. Apabila mengenai lawan sebelum melakukan passing sebanyak dua puluh kali passing, maka hitungan kembali dari nol serta jika luar area permainan, maka untuk memainkan bolanya kembali dengan cara ditendang dalam garis samping lapangan seperti permainan futsal.</p> <p>b) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bertanding dengan cara melakukan passing sesama teman sebanyak dua puluh kali passing tanpa mengenai pemain</p>	<p>baik dan benar.</p> <p>d) Siswa dapat melakukan kerjasama sesama temannya lebih baik lagi.</p>
--	--	---	---

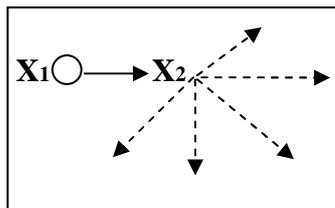
		<p>lawan. setelah melakukan dua puluh kali passing maka harus cetak goal ke bola yang menjadi pengganti gawang. Apabila mengenai lawan sebelum melakukan passing sebanyak dua puluh kali, maka hitungan kembali dari nol.</p> <p>c) Siswa dibagi ke dalam dua kelompok. Mereka bekerja sama melakukan passing bawah dan mencetak goal dengan cara bola yang dimainkan disentuhkannya kepada bola yang menjadi gawang. bola yang menjadi gawang tersebut berjumlah dua. Tidak ada pemain yang</p>	
--	--	--	--

		<p>menjaga bola di dalam kotak penalti yang telah ditentukan, apabila bola ke luar area permainan, maka untuk memainkan bolanya kembali dengan cara ditendang dalam garis samping lapangan seperti permainan futsal.</p> 	
	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-</p>

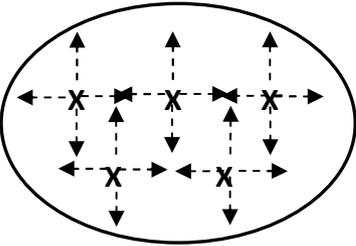
			<p>kekurangan dalam tugas gerakanya selama pembelajaran supaya pembelajaran berikutnya lebih baik lagi</p>
V	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk sebuah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p>
	<p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik menggiring bola (<i>drible</i>)</p>		

		<p>a) Beberapa siswa melakukan tugas gerak menggiring bola dengan cara menggiring bola di dalam lingkaran dengan arah yang bebas tanpa ke luar garis lingkaran dengan waktu yang telah ditentukan.</p>  <p>b) Beberapa siswa melakukan tugas gerak menggiring bola (<i>drible</i>) di dalam kotak yang berbentuk persegi. Siswa menggiring bola sambil berusaha menyentuh temannya yang sedang melakukan <i>drible</i> bola. Apabila siswa yang telah tersentuh temannya, maka</p>	<p>Siswa dapat melakukan teknik menggiring bola dengan baik dan benar disertai kecepatan dan penguasaan bola</p>
--	--	---	--

		<p>harus keluar dari arena permainan. Setiap siswa juga berusaha menghindari dari teman yang berusaha menyentuhnya sambil menggiring bola tanpa keluar dari garis kotak. Siswa terakhir yang mampu bertahan dalam kotak adalah sebagai pemenangnya,</p> <p>c) Siswa terlebih dahulu berpasangan. Kemudian siswa yang melakukan <i>dribble</i> harus mengikuti pasangannya berjalan atau berlari tanpa keluar pembatas. Setelah selesai kemudian bergiliran.</p>	
--	--	---	--



	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>Keterangan :</p> <p>X₁ = Siswa yang melakukan <i>dribble</i></p> <p>X₂ = Siswa yang berjalan atau berlari</p> <p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran supaya pembelajaran berikutnya lebih</p>
--	--	--	--

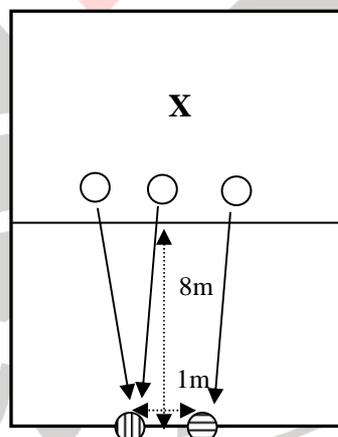
			baik lagi
VI	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik menggiring bola (<i>dribble</i>)</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk sebuah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Beberapa siswa melakukan tugas gerak menggiring bola dengan cara menggiring bola di dalam lingkaran dengan arah yang bebas tanpa ke luar garis lingkaran dengan waktu yang telah ditentukan.</p> 	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>Siswa dapat melakukan teknik menggiring bola dengan baik dan benar disertai kecepatan dan penguasaan bola</p>

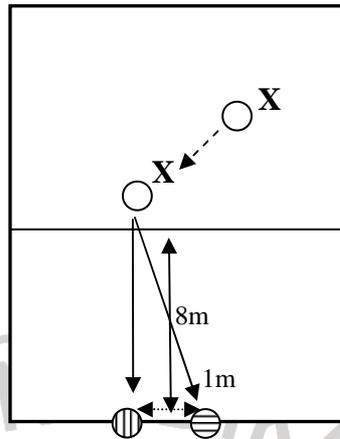
		<p>b) Beberapa siswa melakukan tugas gerak menggiring bola (<i>drible</i>) di dalam kotak yang berbentuk persegi. Siswa menggiring bola sambil berusaha menyentuh temannya yang sedang melakukan <i>drible</i> bola. Apabila siswa yang telah tersentuh temannya, maka harus keluar dari arena permainan. Setiap siswa juga berusaha menghindari dari teman yang berusaha menyentuhnya sambil menggiring bola tanpa keluar dari garis kotak. Siswa terakhir yang mampu bertahan dalam kotak adalah sebagai pemenangnya,</p> <p>c) Siswa terlebih dahulu</p>	
--	--	---	--

		<p>berpasangan. Kemudian siswa yang melakukan <i>dribble</i> harus mengikuti pasangannya berjalan atau berlari tanpa keluar pembatas. Setelah selesai kemudian bergiliran.</p> <div data-bbox="756 831 1094 1039" style="text-align: center;"> </div> <p>Keterangan :</p> <p>X₁ = Siswa yang melakukan <i>dribble</i></p> <p>X₂ = Siswa yang berjalan atau berlari</p>	
<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>		<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p>

		yang diberikan oleh guru	b) Siswa dapat memperbaiki kekekurangan-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran supaya pembelajaran berikutnya lebih baik lagi
VII	Pendahuluan (15')	a) Siswa dibariskan membentuk sebuah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir	Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti
		b) siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis	
	Pembelajaran inti (60')	a) siswa melakukan tugas gerak <i>shooting</i> ke arah dua buah bola (pengganti tiang gawang). Jarak bola	Siswa dapat melakukan teknik <i>shooting</i> dengan baik dan benar

satu dengan bola yang dua serta siswa dapat adalah sekitar satu meter. menjaga akurasi Jarak shooting ke arah dua tendangannya. buah bola adalah delapan meter. siswa melakukan shooting saat bola bergerak dan pada saat bola diam, masing-masing diberi tiga kali kesempatan melakukan shooting ke arah bola satu atau dua. bola.





Keterangan :

X = Siswa

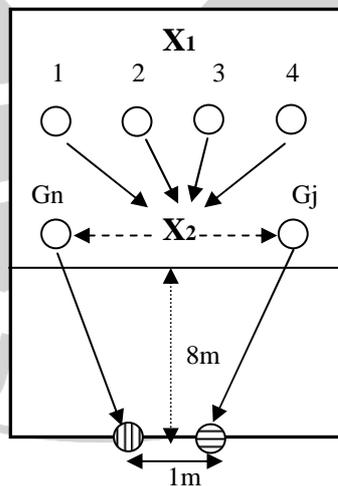
○ = Bola yang dimainkan

⊕ = Bola pengganti gawang 2

⊖ = Bola pengganti gawang 1

b) Siswa melakukan tugas gerak *shooting* ke arah dua buah bola (pengganti tiang gawang). Jarak bola satu dengan bola yang dua adalah sekitar satu meter. Jarak *shooting* ke arah dua buah bola adalah delapan meter. siswa diharuskan

melakukan *passing* sesama temannya satu kali sentuhan kemudian melakukan *shooting*, setiap siswa diberi kesempatan empat kali, dimana setiap kesempatan tendangan ganjil harus menyentuh bola pertama dan setiap kesempatan tendangan genap harus menyentuh bola kedua.

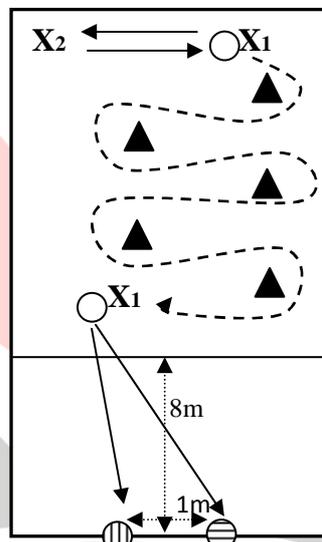


Keterangan :

X₁ = Siswa yang melakukan *passing* ke **X₂** dan

		<p><i>shooting</i></p> <p>X₂ = Siswa yang menerima <i>passing</i> dari X₁</p> <p>G_n = Genap</p> <p>G_j = Ganjil</p> <p>⊖ = Bola pengganti gawang 1</p> <p>Ⓜ = Bola pengganti gawang 2</p> <p>c) Siswa melakukan tugas gerak <i>shooting</i> ke arah dua buah bola (pengganti tiang gawang). Jarak bola satu dengan bola yang dua adalah sekitar satu setengah meter. Jarak <i>shooting</i> ke arah dua buah bola adalah delapan meter Sebelum melakukan <i>shooting</i>, siswa terlebih dahulu melakukan <i>passing</i> kepada temannya</p>	
--	--	--	--

sebanyak sepuluh kali
 passing, setelah itu *dribble*
 zig-zag kemudian
shooting langsung ke
 arah bola yang menjadi
 gawang.



Keterangan :

X₁ = Siswa yang melakukan
passing ke **X₂**, *dribble* dan
shooting

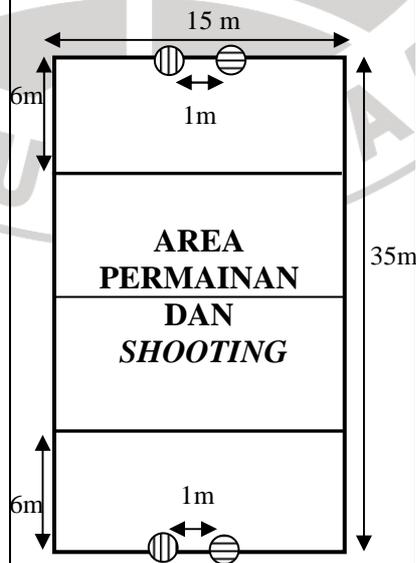
X₂ = Siswa yang menerima
passing dari **X₁**

▲ = *cone* (patok pembatas)

Penutup (15')

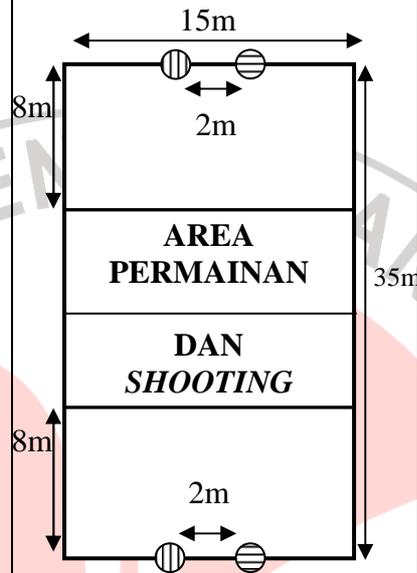
	<p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran supaya pembelajaran berikutnya lebih baik lagi</p>
VIII	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p>

	<p>d) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik <i>shooting</i> dalam sebuah permainan</p>	<p>pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Siswa dibagi kedalam dua tim, masing-masing tim terdiri dari tujuh orang pemain. Tiap tim berusaha mencetak goal sebanyak mungkin dengan cara kerja sama dan diakhiri <i>shooting</i> dari garis yang telah ditandai dengan jarak enam meter. tidak boleh ada pemain yang berada dalam garis enam meter.</p>	<p>Siswa dapat bekerja sama dengan baik dan dapat menerapkan teknik <i>shooting</i> dalam permainan serta siswa dapat menjaga akurasi tendangan ke arah bola</p>
--	---	--	--



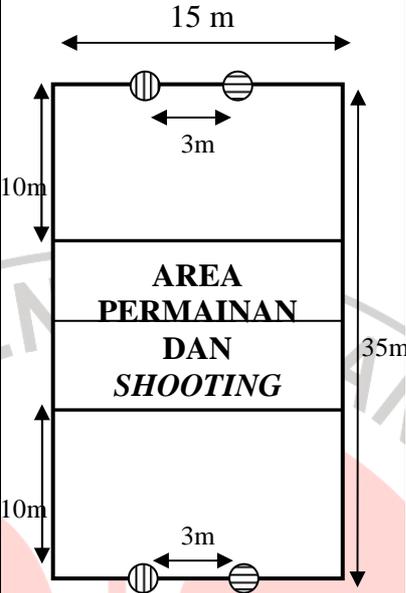
		<p>b) Siswa dibagi kedalam dua tim, masing-masing tim terdiri dari lima orang pemain. Tiap tim berusaha mencetak goal sebanyak mungkin dengan cara kerja sama dan diakhiri <i>shooting</i> dari garis yang telah ditandai dengan jarak delapan meter. Setiap pemain tidak boleh berada di dalam garis delapan meter. Jarak antara bola (pengganti gawang) yang satu dengan bola yang kedua adalah dua meter. Permainan ini diberi waktu selama lima menit, apabila keadaan seri, maka langsung di adakan adu penalti dengan tiga orang penendang, apabila tetap seri, maka di</p>	
--	--	---	--

undi koin, bagi tim yang kalah diganti oleh tim berikutnya.



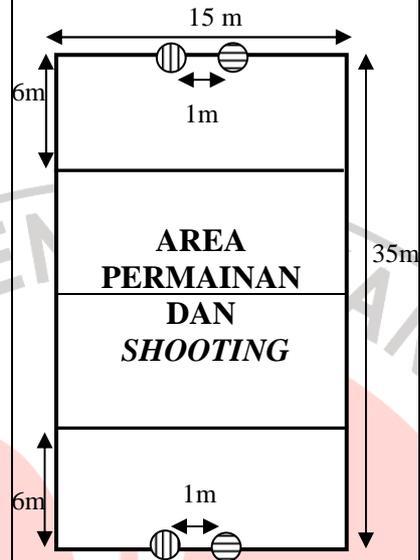
c) Siswa dibagi kedalam dua tim, masing-masing tim terdiri dari empat orang pemain. Tiap tim berusaha mencetak goal sebanyak mungkin dengan cara kerja sama dan diakhiri *shooting* dari garis yang telah ditandai dengan jarak sepuluh meter. Tidak boleh ada pemain yang

		<p>berada dalam garis sepuluh meter. Jarak antara bola (pengganti gawang) yang satu dengan bola yang kedua adalah tiga meter. Setiap pemain tidak boleh berada di dalam garis sepuluh meter</p> <p>Permainan ini diberi waktu selama lima menit, apabila keadaan seri, maka langsung di adakan adu penalti dengan tiga orang penendang, apabila tetap seri, maka diundi koin, bagi tim yang kalah diganti oleh tim berikutnya.</p>	
--	--	--	--

		 <p style="text-align: center;">AREA PERMAINAN DAN SHOOTING</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya</p>
<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>		

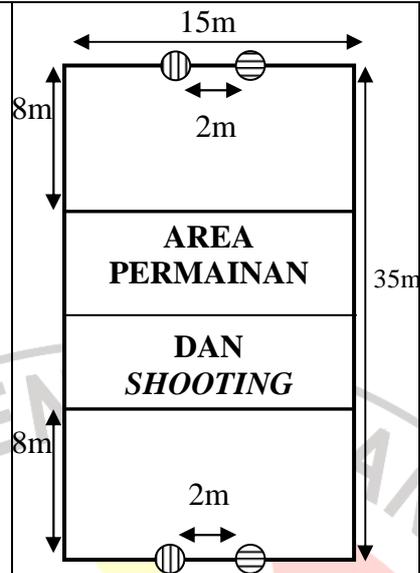
			selama pembelajaran
IX	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik <i>shooting</i> dalam sebuah permainan</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Siswa dibagi kedalam dua tim, masing-masing tim terdiri dari tujuh orang pemain. Tiap tim berusaha mencetak goal sebanyak mungkin dengan cara kerja sama dan diakhiri <i>shooting</i> dari garis yang telah ditandai dengan jarak enam meter. tidak boleh</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>Siswa dapat bekerja sama dengan baik dan dapat menerapkan teknik <i>shooting</i> dalam permainan serta siswa dapat menjaga akurasi tendangan ke arah bola</p>

ada pemain yang berada dalam garis enam meter.



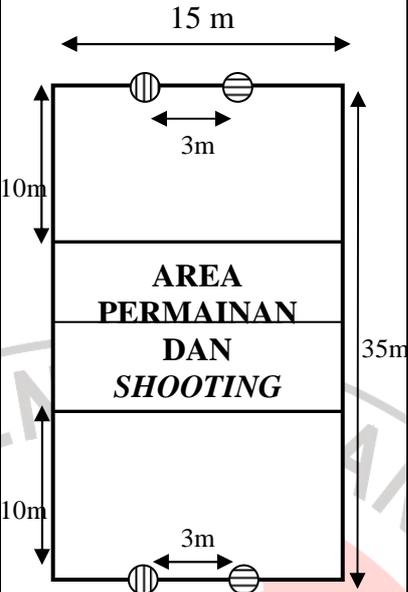
- b) Siswa dibagi kedalam dua tim, masing-masing tim terdiri dari lima orang pemain. Tiap tim berusaha mencetak goal sebanyak mungkin dengan cara kerja sama dan diakhiri *shooting* dari garis yang telah ditandai dengan jarak delapan meter. Setiap pemain tidak boleh

		<p>berada di dalam garis delapan meter. Jarak antara bola (pengganti gawang) yang satu dengan bola yang kedua adalah dua meter. Permainan ini diberi waktu selama lima menit, apabila keadaan seri, maka langsung diadakan adu penalti dengan tiga orang penendang, apabila tetap seri, maka diundi koin, bagi tim yang kalah diganti oleh tim berikutnya.</p>	
--	--	--	--



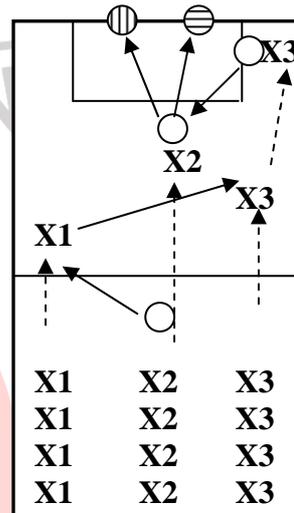
- c) Siswa dibagi kedalam dua tim, masing-masing tim terdiri dari empat orang pemain. Tiap tim berusaha mencetak goal sebanyak mungkin dengan cara kerja sama dan diakhiri *shooting* dari garis yang telah ditandai dengan jarak sepuluh meter. Tidak boleh ada pemain yang berada dalam garis sepuluh meter. Jarak

		<p>antara bola (pengganti gawang) yang satu dengan bola yang kedua adalah tiga meter. Setiap pemain tidak boleh berada di dalam garis sepuluh meter Permainan ini diberi waktu selama lima menit, apabila keadaan seri, maka langsung di adakan adu penalti dengan tiga orang penendang, apabila tetap seri, maka diundi koin, bagi tim yang kalah diganti oleh tim berikutnya.</p>	
--	--	---	--

	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	 <p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran</p>
--	--	---	---

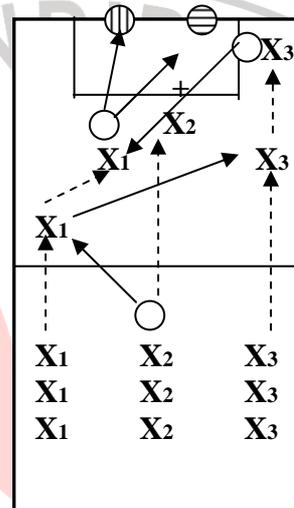
XI	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik penyerangan (<i>offensive</i>)</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) siswa dibariskan menjadi tiga barisan. Bola pertama berada di barisan tengah kemudian <i>passing</i> bawah ke siswa yang berada di barisan sebelah kiri, kemudian <i>passing</i> bawah kembali kepada siswa yang berada di barisan kanan, siswa <i>drible</i> bola sampai sudut lapangan kemudian <i>passing</i> dasar ke luar kotak penalti kemudian siswa yang berada dibarisan tengah</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>Siswa dapat memahami strategi teknik penyerangan dengan berbagai kreatifitas yang dimiliki siswa serta dapat diaplikasikan dengan baik dan benar</p>
-----------	---	---	--

langsung *shooting* ke arah bola.



b) Siswa dibagi menjadi empat kelompok, dimana tiga kelompok melakukan penyerangan seperti pada pola penyerangan pertama, akan tetapi satu kelompok (siswa) hanya bertugas membayangi lawan saja. Akan tetapi *shooting* terakhir dilakukan oleh kelompok atau barisan yang

pertama, siswa yang berasal dari kelompok dua hanya melakukan gerak tipu untuk memperdaya lawan



Keterangan :

X = Siswa

→ = Arah bola

--▶ = Pergerakan pemain

+ = Siswa yang membayangi siswa yang melakukan penyerangan.

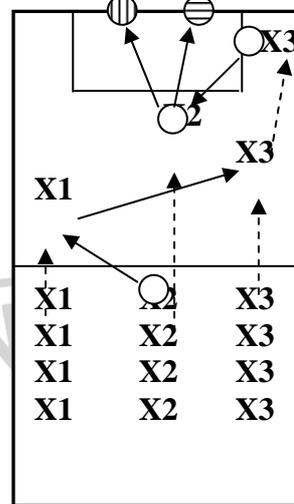
c) Penyerangan 2 lawan 1.

Siswa dibagi ke dalam tiga kelompok, dimana

		<p>siswa yang berada dalam kelompok satu dan tiga melakukan serangan ke arah permainan lawan dengan cara kerja sama <i>passing</i> untuk melewati satu orang siswa yang berasal dari kelompok dua bertahan. Setiap siswa melakukan secara bergiliran.</p> <p>d) Penyerangan 3 lawan 2. Siswa dibagi ke dalam lima kelompok, dimana siswa yang berada dalam kelompok yang bilangan ganjil (1,3,5) melakukan penyerangan ke arah permainan lawan dengan cara kerja sama <i>passing</i> untuk melewati dua orang siswa yang berasal dari kelompok genap (2 dan 4)</p>	
--	--	--	--

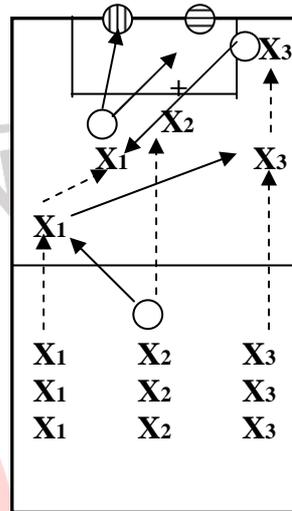
	<p>bertahan. Setiap siswa melakukan tugasnya secara bergiliran.</p> <p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekurangan-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran</p>
XII	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p>

	<p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik penyerangan (<i>offensive</i>)</p>	<p>pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) siswa dibariskan menjadi tiga barisan. Bola pertama berada di barisan tengah kemudian <i>passing</i> bawah ke siswa yang berada di barisan sebelah kiri, kemudian <i>passing</i> bawah kembali kepada siswa yang berada di barisan kanan, siswa <i>dribble</i> bola sampai sudut lapangan kemudian <i>passing</i> dasar ke luar kotak penalti kemudian siswa yang berada dibarisan tengah langsung <i>shooting</i> ke arah bola.</p>	<p>Siswa dapat memahami strategi teknik penyerangan dengan berbagai kreatifitas yang dimiliki siswa serta dapat diaplikasikan dengan baik dan benar</p>
--	---	--	---



- b) Siswa dibagi menjadi empat kelompok, dimana empat kelompok, dimana tiga kelompok melakukan penyerangan seperti pada pola penyerangan pertama, akan tetapi satu kelompok (siswa) hanya bertugas membayangi lawan saja. Akan tetapi *shooting* terakhir dilakukan oleh kelompok atau barisan yang pertama, siswa yang berasal dari kelompok

dua hanya melakukan gerak tipu untuk memperdaya lawan



Keterangan :

X = Siswa

→ = Arah bola

--> = Pergerakan pemain

+ = Siswa yang membayangi siswa yang melakukan penyerangan.

c) Penyerangan 2 lawan 1.

Siswa dibagi ke dalam tiga kelompok, dimana siswa yang berada dalam kelompok satu dan tiga

		<p>melakukan serangan ke arah permainan lawan dengan cara kerja sama <i>passing</i> untuk melewati satu orang siswa yang berasal dari kelompok dua bertahan. Setiap siswa melakukan secara bergiliran.</p> <p>d) Penyerangan 3 lawan 2. Siswa dibagi ke dalam lima kelompok, dimana siswa yang berada dalam kelompok yang bilangan ganjil (1,3,5) melakukan penyerangan ke arah permainan lawan dengan cara kerja sama <i>passing</i> untuk melewati dua orang siswa yang berasal dari kelompok genap (2 dan 4) bertahan. Setiap siswa melakukan tugasnya</p>	
--	--	---	--

	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>secara bergiliran.</p> <p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran</p>
XIII	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p>

	<p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik pertahanan (<i>defensive</i>)</p>	<p>pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Siswa belajar menerapkan jebakan <i>offside</i> terhadap lawan. Siswa terlebih dahulu dibagi kedalam dua kelompok yang terdiri dari kelompok yang bertahan dan kelompok yang menyerang. Siswa yang bertahan berdiri sejajar kemudian kelompok yang menyerang berdiri di depan kelompok yang bertahan. Kelompok atau siswa yang bertahan fokus terhadap pemain lawan yang siap memberikan passing kepada pemain penyerang (<i>striker</i>), kemudian sebelum bola di tendang, pemain belakang</p>	<p>a) Siswa dapat memahami mengenai perangkat <i>offside</i>.</p> <p>b) Siswa dapat bermain secara fokus menjaga lawan.</p> <p>c) Siswa dapat melakukan teknik pertahanan dengan disiplin dan penuh tanggung jawab.</p>
--	--	--	---

		<p>(bertahan) jalan kedepan dua atau tiga langkah, sehingga pemain lawan terjebak <i>offside</i>. <i>Passing</i> dilakukan siswa dari berbagai arah, baik itu dari kanan, kiri dan tengah.</p> <p>b) Siswa dibagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari kelompok bertahan dan penyerang. Kedua kelompok ini bertanding. Kelompok yang bertahan hanya fokus bertahan. Siswa yang bertahan, menjaga ketat lawan yang mendekati area pertahanan. Kelompok bertahan hanya menjaga ketat di area pertahanan, apabila bola dikuasai pemain bertahan, bola</p>	
--	--	--	--

		<p>langsung kasih kembali kepada kelompok yang melakukan penyerangan. (<i>zone marking</i>).</p> <p>c) Siswa dibagi dua kelompok untuk bermain sepakbola modifikasi. Kedua tim sama-sama harus bekerjasama untuk mencetak goal sebanyak mungkin. Akan tetapi setiap pemain diberikan tugas yaitu mencari pasangan masing-masing yang menjadi lawan. Setiap pasangan harus saling menjaga supaya tidak bisa bergerak leluasa dan menyulitkan masing-masing untuk mencetak goal. Pemain lain tidak boleh menjaga pemain yang bukan pasangannya.</p>	
--	--	---	--

		<p>Apabila salah seorang mencetak goal, maka yang bertugas menjaganya diberi hukuman berupa menggendong pemain yang telah mencetak goal. (<i>man to man marking</i>)</p>	
	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutu</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran</p>

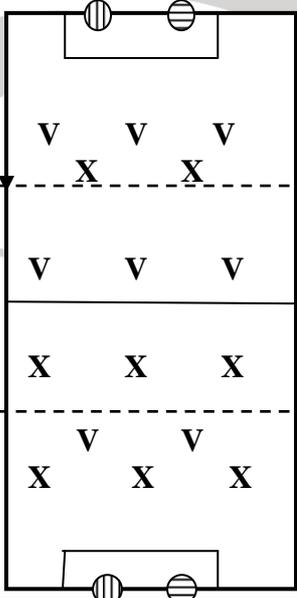
XIV	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran teknik pertahanan (<i>defensive</i>)</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Siswa belajar menerapkan jebakan <i>offside</i> terhadap lawan. Siswa terlebih dahulu dibagi kedalam dua kelompok yang terdiri dari kelompok yang bertahan dan kelompok yang menyerang. Siswa yang bertahan berdiri sejajar kemudian kelompok yang menyerang berdiri di depan kelompok yang</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>a) Siswa dapat memahami mengenai perangkap <i>offside</i>.</p> <p>b) Siswa dapat bermain secara fokus menjaga lawan.</p> <p>c) Siswa dapat melakukan teknik pertahanan dengan disiplin</p>
-----	---	--	---

		<p>bertahan. Kelompok atau siswa yang bertahan fokus terhadap pemain lawan yang siap memberikan passing kepada pemain penyerang (<i>striker</i>), kemudian sebelum bola di tendang, pemain belakang (bertahan) jalan kedepan dua atau tiga langkah, sehingga pemain lawan terjebak <i>offside</i>. <i>Passing</i> dilakukan siswa dari berbagai arah, baik itu dari kanan, kiri dan tengah.</p> <p>b) Siswa dibagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari kelompok bertahan dan penyerang. Kedua kelompok ini</p>	<p>dan penuh tanggung jawab.</p>
--	--	---	----------------------------------

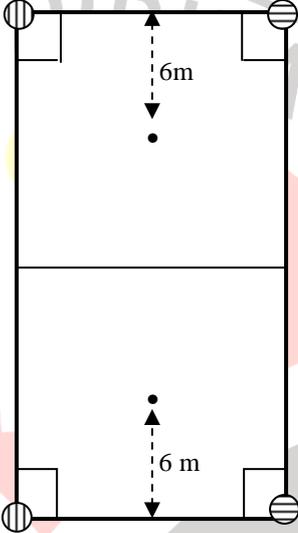
		<p>bertanding. Kelompok yang bertahan hanya fokus bertahan. Siswa yang bertahan, menjaga ketat lawan yang mendekati area pertahanan. Kelompok bertahan hanya menjaga ketat di area pertahanan, apabila bola dikuasai pemain bertahan, bola langsung kasih kembali kepada kelompok yang melakukan penyerangan. (<i>zone marking</i>).</p> <p>c) Siswa dibagi dua kelompok untuk bermain sepakbola modifikasi. Kedua tim sama-sama harus bekerjasama untuk mencetak goal sebanyak mungkin. Akan tetapi setiap pemain diberikan</p>	
--	--	--	--

		<p>tugas yaitu mencari pasangan masing-masing yang menjadi lawan. Setiap pasangan harus saling menjaga supaya tidak bisa bergerak leluasa dan menyulitkan masing-masing untuk mencetak goal. Pemain lain tidak boleh menjaga pemain yang bukan pasangannya. Apabila salah seorang mencetak goal, maka yang bertugas menjaganya diberi hukuman berupa menggendong pemain yang telah mencetak goal. (<i>man to man marking</i>)</p>	
	<p>Penutup (15') a) Colling Down</p>	<p>a) Siswa secara individu</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh</p>

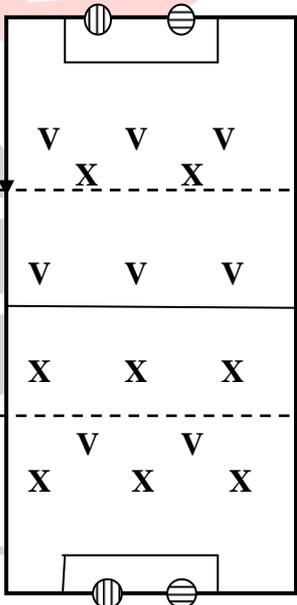
	<p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	<p>dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran</p>
<p>XV Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa dibariskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p>	<p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran permainan sepak bola dengan modifikasi</p>	<p>a) Siswa dibariskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain sepak bola dengan modifikasi alat dan peraturan</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>a) Siswa dapat bermain sepak bola dengan</p>

		<p>permainan. Aturan permainannya lapangan di bagi menjadi tiga area/posisi yaitu posisi belakang, tengah dan depan. Setiap area terisi oleh masing-masing pemain dari setiap tim dan tidak boleh keluar area/posisi yang telah ditempati. Masing-masing tim kerja sama antar area/posisi untuk mencetak goal sebanyak mungkin.</p> 	<p>nilai kerja sama yang baik</p> <p>b) Siswa dapat bermain sepakbola dengan disiplin dan tanggung jawab sesuai tugasnya.</p> <p>c) Siswa mampu berpikir kreatif dalam bermain sepakbola modifikasi</p>
--	--	--	---

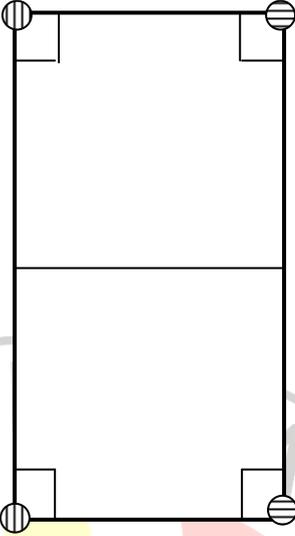
		<p>b) Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain sepak bola dengan modifikasi alat dan peraturan permainan. Masing-masing tim bekerja sama untuk mencetak goal sebanyak mungkin. Akan tetapi pada permainan ini jarak antara bola yang ke 1 dan dua diperlebar dengan jarak 4 meter</p> <p>c) Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain sepak bola dengan modifikasi alat dan peraturan permainan. Masing-masing tim bekerja sama untuk mencetak goal</p>	
--	--	--	--

		<p>sebanyak mungkin.</p> <p>Akan tetapi kedua bola yang menjadi gawang disimpan di sudut lapangan.</p> 	
	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutu</p>	<p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekuran-</p>

			kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran
XVI	<p>Pendahuluan (15')</p> <p>a) Siswa diberiskan</p> <p>b) Berdo'a</p> <p>c) Penjelasan materi</p> <p>d) Pemanasan</p> <p>Pembelajaran inti (60')</p> <p>Pembelajaran permainan sepak bola dengan modifikasi</p>	<p>a) Siswa diberiskan membentuk setengah lingkaran sesuai dengan jumlah siswa yang hadir</p> <p>b) Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis</p> <p>a) Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain sepak bola dengan modifikasi alat dan peraturan permainan. Aturan permainannya lapangan di bagi menjadi tiga area/posisi yaitu posisi</p>	<p>Menyiapkan otot dan kondisi tubuh siswa untuk mengikuti proses pembelajaran inti</p> <p>a) Siswa dapat bermain sepak bola dengan nilai kerja sama yang baik</p> <p>b) Siswa dapat bermain sepakbola</p>

		<p>belakang, tengah dan depan. Setiap area terisi oleh masing-masing pemain dari setiap tim dan tidak boleh keluar area/posisi yang telah ditempati. Masing-masing tim kerja sama antar area/posisi untuk mencetak goal sebanyak mungkin.</p> 	<p>dengan disiplin dan tanggung jawab sesuai tugasnya.</p> <p>c) Siswa mampu berpikir kreatif dalam bermain sepakbola modifikasi</p>
		<p>b) Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain sepak bola dengan modifikasi</p>	

		<p>alat dan peraturan permainan. Masing-masing tim bekerja sama untuk mencetak goal sebanyak mungkin. Akan tetapi pada permainan ini jarak antara bola yang ke 1 dan dua diperlebar dengan jarak 4 meter</p> <p>c) Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain sepak bola dengan modifikasi alat dan peraturan permainan. Masing-masing tim bekerja sama untuk mencetak goal sebanyak mungkin. Akan tetapi kedua bola yang menjadi gawang disimpan di sudut lapangan.</p>	
--	--	--	--

	<p>Penutup (15')</p> <p>a) Colling Down</p> <p>b) Evaluasi materi yang diberikan</p> <p>c) Absensi</p> <p>d) Do'a Penutup</p>	 <p>a) Siswa secara individu dan berpasangan melakukan colling down</p> <p>b) Siswa memperhatikan penyampaian evaluasi yang diberikan oleh guru</p>	<p>a) mengembalikan kondisi tubuh siswa kepada keadaan semula seperti sebelum latihan</p> <p>b) Siswa dapat memperbaiki kekekurangan-kekurangan dalam tugas geraknya selama pembelajaran</p>
--	--	---	--

F. Prosedur Pengolahan Data

Data yang diambil dari hasil pengukuran baik pada tes awal maupun tes akhir, diolah secara statistik agar memiliki makna. Langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Data yang telah diperoleh dari hasil pengetesan dan pengukuran, kemudian diolah secermat mungkin dengan menggunakan statistik yang sesuai, agar dapat menguji hipotesis dan memberikan kesimpulan yang tepat.

Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam pengolahan ini adalah :

1. Menghitung nilai rata-rata

$$\bar{x} = \frac{\sum x^1}{n}$$

\bar{x} = Nilai rata-rata yang dicari

\sum_{xi} = Jumlah skor yang didapat

n = Banyak sampel

2. Menghitung simpangan baku

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{n}}$$

Arti tanda-tanda tersebut adalah :

S = Standar deviasi yang dicari

Σ = Jumlah dari

X_i = Nilai skor sampel

\bar{X} = Nilai rata-rata

N = Jumlah sampel

3. penghitungan T-skor. Tujuannya mengubah data mentah menjadi data yang baku berupa skor atau nilai. Dengan rumus sebagai berikut :

$$50 + 10 \left[\frac{X - \bar{X}}{S} \right]$$

Keterangan :

X = Nilai yang diperoleh sampel

\bar{X} = Nilai rata-rata dari sampel

S = Simpangan Baku

4. Uji normalitas

Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah data dari basil pengukuran tersebut normal atau tidak. Uji yang digunakan adalah uji normalitas Liliefors. Rumus yang digunakan sebagai berikut :

- a. Pengamatan X_1, X_2, \dots, X_n dijadikan bilangan baku Z_1, Z_2, \dots, Z_n

dengan rumus :

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$

Dengan \bar{X} = Rata-rata sampel

S = Simpangan baku sampel

X = Nilai skor sampel

- b. Untuk setiap bilangan menggunakan data distribusi normal baku, kemudian hitung peluang.

$$F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$$

- c. Selanjutnya dihitung proporsi Z_1, Z_2, \dots, Z_n yang lebih kecil atau sama dengan Z_i . Jika proporsi dinyatakan lah $S(Z_i)$, maka :

$$S(Z_i) = \frac{\text{banyaknya } Z_1, Z_2, \dots, Z_n \leq Z_i}{n}$$

- d. Hitung selisih $F(Z_i) - F(S_i)$ kemudian tentukan harga mutlak nya.
- e. Ambil harga yang paling besar diantara harga-harga mutlak selisih tersebut. Sebutlah harga terbesar ini L_o dengan nilai kritis L yang diambil dari tabel taraf nyata yang dipilih.

1) Hipotesis ditolak apabila $L_o > L$ tabel

adalah populasi berdistribusi tidak normal.

1) Hipotesis diterima apabila $L_o < L$ tabel

Kesimpulan adalah populasi berdistribusi normal.

4. Uji homogenitas

Bertujuan untuk mengetahui apakah kedua variabel tersebut mempunyai kemampuan awal dan akhir yang sama atau tidak. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$F = \frac{S^2(\text{Varian} - \text{terbesar})}{S^2(\text{Varian} - \text{terkecil})}$$

Keterangan F = Homogenitas yang dicari.

Dengan kriteria, tolak H_0 jika $F > F_{1/2}(\alpha, V_1, V_2)$ didapat dari daftar distribusi F dengan peluang $1/2 \alpha$ dan dk (V_1, V_2) masing-masing kedua kelompok tersebut apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$.

5. Uji signifikansi hasil pembelajaran antara kelompok pembelajaran sepak bola menggunakan modifikasi alat dan peraturan permainan dengan kelompok pembelajaran sepak bola tanpa menggunakan modifikasi

Uji signifikansi dilakukan, untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang nyata hasil latihan antara kelompok pembelajaran sepak bola menggunakan modifikasi alat dan peraturan permainan dengan kelompok pembelajaran sepak bola tanpa menggunakan modifikasi. Berdasarkan pernyataan tersebut maka penulis mengutip teori dari Sudjana (1992: 239), dengan rumus :

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

\bar{x}_1 = Nilai rata-rata satu

\bar{x}_2 = Nilai rata-rata dua

S = Simpangan baku beda

n_1 = Banyak sampel satu

n_2 = Banyak sampel dua

$$S = \sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}}$$

Kriteria Penolakan dan Penerimaan Hipotesis:

- Terima hipotesis jika $t_{hitung} \leq t_{1-0,025}$
- Tolak hipotesis jika $t_{hitung} \geq t_{1-0,025}$

Batas penerimaan dan penolakan hipotesis

$$1 - \alpha, 0,975, 1 - (0,025) \quad dk = n_1 + n_2 - 2, = 15 + 15 - 2 = 28$$