

## MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SEPAKBOLA DENGAN MENGUNAKAN PERMAINAN SEPAKBOLA MINI PADA SISWA KELAS V SD INPRES ILIGETANG

Maria Noo Mawa<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Guru di SD Inpres Iligetang, Kab. Sikka, Provinsi Nusa Tenggara Timur  
Email: marianoo@gmail.com

### ABSTRAK

Latar belakang penelitian ini adalah diperlukannya upaya untuk meningkatkan hasil belajardalam pembelajaran sepakbola dengan menggunakan permainan sepakbola mini pada siswa kelas V SD Inpres Iligetang. Permasalahan pada penelitian ini adalah: Apakah dengan menerapkan permainan sepakbola mini dapat meningkatkan hasil pembelajaran sepakbola pada siswa kelas V SD Inpres Iligetang? Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil pembelajaran sepakbola menggunakan permainan sepakbola mini pada siswa kelas V SD Inpres Iligetang. Populasi yang diambil adalah siswa kelas V SD Inpres Iligetang yang berjumlah 21 siswa. Dalam penelitian yang menjadi variabel adalah sepakbola dan permainan sepakbola mini. Untuk memperoleh data yang sesuai maka dalam penelitian ini menggunakan metode PTK (Penelitian Tindakan Kelas).

Dari hasil pengamatan yang diperoleh dengan bantuan *check list* dapat diperoleh hasil bahwa persentase kemampuan aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif dari siswa kelas V SD Inpres Iligetangsetelah diberikan pembelajaran terjadi peningkatan, pada siklus I dan siklus II persentase mengalami peningkatan dari 23,50% menjadi 80,95%. Dengan demikian tindakan pembelajaran sepakbola dengan menerapkan permainan sepakbola mini pada siswa kelas V SD Inpres Iligetangdapat dikatakan berhasil. Dan diharapkan bagi guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar untuk dapat menerapkan permainan sepakbola mini pada siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

**Kata Kunci :** Permainan Sepak Bola Mini, Pembelajaran Sepak Bola, Siswa

### ABSTRACT

The background of this research is the need for efforts to improve learning outcomes in soccer learning by using mini soccer games for fifth grade students of SD Inpres Iligetang. The problem in this research is: Can implementing mini soccer play improve soccer learning outcomes in fifth grade students of SD Inpres Iligetang? This study aims to improve soccer learning outcomes using mini soccer games for fifth grade students of SD Inpres Iligetang. The population taken was students in grade V of SD Inpres Iligetang, totaling 21 students. In the research, the variables are football and mini soccer games. To obtain suitable data, in this study using the Classroom Action Research (CAR) method.

From the observations obtained with the help of the checklist, it can be seen that the percentage of psychomotor, cognitive, and affective aspects of the fifth grade students of Inpres Iligetangs elementary school has been given an increase in learning in cycle I and cycle II, the percentage increased from 23.50% to 80 , 95%. Thus the action of learning soccer by implementing mini soccer games on the fifth grade students of SD Inpres Iligetang can be said to be successful. And it is expected for Physical Education teachers in Elementary Schools to be able to apply mini soccer games to students in Physical Education, Sports and Health learning.

**Keywords:** Mini Soccer Games, Soccer Learning, Students

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. (H.J.S. Husdarta, 2009:4). Pada kenyataannya, pendidikan jasmani dan kesehatan adalah satu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi,

Penjaskes berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani dan kesehatan yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Kenyataan di lapangan masih banyak siswa yang kurang aktif bergerak dikarenakan merasa bosan dengan gerakan yang sama dan hanya diulang-ulang, hal ini perlu adanya pengembangan model pembelajaran penjasorkes dengan model pembelajaran, strategi pembelajaran, dan pendekatan pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik siswa, sehingga menghasilkan Pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan (PAIKEM). Guru pendidikan jasmani benar-benar diharapkan untuk dapat memberikan suasana baru terhadap pembelajaran yang selama ini dianggap membosankan. Sehingga siswa lebih tertarik untuk melakukan aktivitas pendidikan jasmani sehingga hasil pembelajaran dapat sesuai dengan yang diharapkan.

SD Inpres Iligetang adalah salah satu sekolah dasar di Kecamatan Alok Timur, Kabupaten Sikka. Dalam pembelajaran Sepak Bola, siswa di sekolah ini banyak mengalami kendala. Hal itu dikarenakan sarana yang digunakan tidak sesuai dengan kemampuan anak, yaitu masih menggunakan lapangan dan alat permainan sepakbola sebenarnya. Dari data perolehan nilai siswa Kelas V SD Inpres Iligetang pada pembelajaran sebelumnya masih banyak siswa yang nilainya belum mencapai KKM. Bahkan dari 21 siswa hanya ada 6 siswa yang telah mencapai KKM. Sehingga hanya 28,57% ketuntasan yang dicapai, padahal target ketuntasan yang akan dicapai adalah 85,00% sehingga masih sangat jauh dari yang diharapkan.

Dalam hal ini peneliti akan menerapkan dengan permainan sepakbola mini. Permainan ini akan dimainkan dalam sarana prasarana yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 14 orang yang masing-masing tim 7 orang, serta menggunakan bola plastik. Dengan menerapkan permainan sepakbola mini ini, kemampuan dan fisik siswa bisa sesuai dengan sarana dan prasarana yang digunakan.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan beraktivitas yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral (Depdiknas,2006:1).

Menurut H.J.S. Husdarta (2009:4) Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Definisi tersebut, mengukuhkan bahwa penjas merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan Nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya. Jadi penjas diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak.

Yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan adalah gerak insani, manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Pendapat senada dikemukakan oleh Supandi (1992:1) bahwa pendidikan jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang di kelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. Dengan demikian, pendidikan jasmani merupakan integral dari pendidikan secara keseluruhan yang menunjang perkembangan siswa melalui kegiatan fisik atau gerakan insani. Hal ini kemudian di susun secara sistematis dalam bentuk kegiatan belajar-mengajar untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, dan sosial siswa.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena Pendidikan Jasmani masuk dalam kurikulum. Dalam proses Pendidikan Jasmani akan terjadi interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya.

## KERANGKA TEORITIS

Permainan sepakbola mini adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 14 orang yang masing-masing tim 7 orang, serta menggunakan bola plastik. Didalam permainan ini semua pemain

bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin dengan mencetak gol ke gawang. Jadi setiap tim melakukan pertahanan dan penyerangan secara bersamaan sehingga didalam permainan tidak ada pemain yang bersantai.

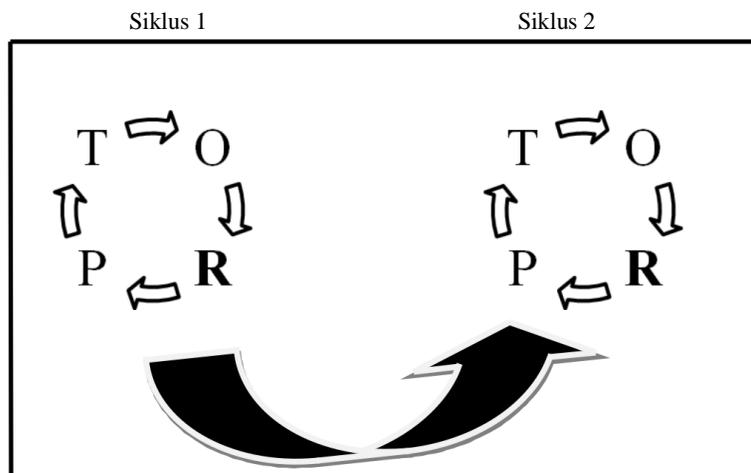
Sebelum berlatih sepakbola, siswa perlu mengenal peraturan dasar sepakbola. Lapangan sepakbola berbentuk persegi panjang. Ukuran panjangnya 100-110 m dan lebarnya 64-78 m. Lebar gawang sepakbola 7,32 m dan tinggi 2,44 m. Berat bola yang digunakan dalam pertandingan adalah 380-500 gram dan kelilingnya 68-71 cm. Lapangan sepakbola dapat diubah/dimodifikasi sesuai kondisi yang ada. Permainan sepakbola terdiri atas dua regu yang masing-masing beranggotakan sebelas orang. Pertandingan berlangsung selama 2 x 45 menit dan istirahat 15 menit. Pertandingan sepakbola dipimpin seorang wasit dan dua orang penjaga garis (Tri Hananto Budi Santoso, dkk., 2010:14).

### METODE PENELITIAN

Dalam penggunaan metode penelitian diharapkan dapat tepat dan dapat bermanfaat, serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Penggunaan metode penelitian ini yaitu dengan peneelitan tindakan kelas (PTK). Adapun subyek penelitian ini adalah permainan sepakbola mini pada siswa kelas V SD Inpres Iligetang sebanyak 21 siswa, dengan perincian siswa sebanyak 10 orang dan siswi sebanyak 11 orang.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. (Suharsimi Arikunto, 2006:131). Dalam penelitian ini peneliti mengambil teknik *total sample* atau sampel penuh yaitu yang artinya semua individu dalam populasi diberi kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel, (Suharsimi Arikunto, 2006:134), maka sampel dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas V SD Inpres Iligetang yang berjumlah 21 siswa.

Pemilihan tempat penelitian ini sangatlah penting dalam kaitanya dengan mempertanggung jawabkan hasil penelitian, dalam penelitian ini lokasi yang di pilih yaitu di halaman sekolah SD Inpres Iligetang. Penelitian tindakan merupakan perkembangan baru di bidang pendidikan. Penelitian tindakan merupakan kegiatan mencermati objek penelitian suatu kelompok orang yang mengorganisasi suatu kondisi, sehingga mereka dapat mempelajari pengalaman tersebut. Sehingga dapat disimpulkan penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan suatu pencermatan terhadap suatu kegiatan yang sengaja di munculkan, dan terjadi dalam sebuah kelas. Dalam PTK berbentuk proses pengkajian berdaur, yang terdiri atas empat tahapan yaitu, rencana, tindakan, observasi, reflektif. (Suharsimi Arikunto, 2006 : 91). Tahapan dalam PTK digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 1. Desain penelitian**  
Sumber : Suharsimi Arikunto, (2006 : 91)

- Keterangan :*  
P : Perencanaan  
T : Tindakan  
O : Observasi  
R : Refleksi  
RP : Revisi Perencanaan

### DISKUSI

Permainan sepakbola mini adalah salah satu permainan sepak bola untuk meningkatkan pembelajaran gerak pada penjasorkes dimana hanya menggunakan lapangan yang lebih kecil dari

sepak bola sesungguhnya. Adapun perubahan yang terjadi melihat hasil pembelajaran Siklus I yang diterapkan didalam Siklus II yaitu ukuran lapangan yang semula 22 m x 17 m diperkecil menjadi 20 m x 15 m dan untuk waktu bermain dipersempit menjadi 2 x 10 menit. Dengan perubahan tersebut bertujuan untuk meningkatkan fisik siswa, karena dengan lapangan diperkecil siswa akan lebih aktif bergerak, dengan ditambahkannya lamapermainan, siswa juga bisa lebih menyesuaikan dengan kemampuan daya tahan dan fisiknya.

Dari pengamatan dapat diperoleh hasil bahwa persentase kemampuan aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif dari siswa kelas V SD Inpres Iligetang terjadi peningkatan yang cukup signifikan. Untuk ketuntasan siswa, pada siklus I terdapat beberapa siswa yang belum tuntas belajar, pada aspek psikomotorik dari 21 siswa terdapat 8 siswa (38,09%) yang masih belum tuntas belajar, dikarenakan dalam pembelajaran ada beberapa siswa yang belum sungguh – sungguh dalam mempraktekkan teknik dasar sepakbola mini. Pada aspek kognitif dari 21 siswa terdapat 16 siswa (76,19%) yang belum tuntas dalam belajar, dikarenakan dalam pembelajaran siklus I penyampaian materi sepakbola mini belum bisa dimengerti dan dipahami sepenuhnya oleh semua siswa. Pada aspek afektif dari 21 siswa terdapat 17 siswa (80,95%) yang belum tuntas belajar, dikarenakan dalam bermain banyak siswa yang belum mematuhi tatacara dan peraturan sepakbola mini, lebih mengutamakan individu / kurang bekerjasama dalam tim dan anak lebih emosional sehingga cenderung bermain kasar tanpa mengedepankan sportifitas.

Setelah dilakukan perbaikan kegiatan pembelajaran pada siklus II, siswa yang belum tuntas menjadi lebih berkurang pada semua aspek sebagaimana digambarkan dalam tabel berikut .

Tabel 1. Jumlah Siswa Belum Tuntas Pada Siklus I dan Siklus II

	Jumlah Siswa Belum Tuntas					
	Aspek Psikomotorik	Persentase	Aspek Kognitif	Persentase	Aspek Afektif	Persentase
Siklus I	8	38,09%	16	76,19%	17	80,95%
Siklus II	2	9,52%	4	19,04%	7	33,33%

Pada aspek psikomotorik diberikan peragaan teknik dasar yang lebih meningkat, sehingga dalam penilaian siswa bisa mempraktekkan gerakan teknik dasar dengan benar. Pada aspek kognitif guru lebih detail menerangkan materi permainan sepakbola mini dengan membandingkan dengan permainan sepakbola sebenarnya, sehingga siswa menjadi lebih cepat memahami dan mengerti. Pada aspek afektif guru lebih menjelaskan tentang peraturan dan tata cara bermain yang baik, dengan cara memupuk kepercayaan lebih menghargai teman satu tim, bermain dengan tidak menciderai lawan, menghargai keputusan wasit dan bisa menerima kekalahan, sehingga dalam pembelajaran sepakbola mini siswa terlihat lebih sportif dan bisa bekerja sama dalam tim.

Hal ini menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran sepakbola mini pada siswa kelas V SD Inpres Iligetang dapat meningkatkan hasil belajar siswa sesuai yang diharapkan. Adanya peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran sepakbola menggunakan permainan sepakbola mini pada siswa kelas VSD Inpres Iligetang tidak lepas dari baiknya strategi pembelajaran yang digunakan guru, dimana menggunakan permainan sepakbola mini menjadikan kegiatan pembelajaran sepakbola sesuai dengan karakteristik fisik siswa, dimana peralatan yang digunakan sesuai dengan kemampuan fisik dan ukuran tubuh siswa serta peraturan yang digunakan disesuaikan dalam kebutuhan belajar siswa menjadikan hasil belajar yang dicapai siswa menjadi optimal.

### KESIMPULAN

Setelah dilakukan analisis data penelitian mengenai proses pembelajaran sepakbola mini di SD Inpres Iligetang maka dapat diambil beberapa kesimpulan bahwa pembelajaran sepakbola mini pada siklus I dan siklus II persentase mengalami peningkatan dari 23,50% menjadi 80,95%. Dari hasil penelitian ini diharapkan guru dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dengan memberikan berbagai model pembelajaran dengan menerapkan permainan agar siswa merasa tertarik pada pembelajaran yang sedang diajarkan guru dan siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan kemampuan dan karakteristiknya masing-masing.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aqip Zainal. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas : Untuk Guru SD, SDLB, dan TK*. Bandung: CV Yrama Widya.
- Darsono,. 2000. *Belajar pembelajaran*. Semarang. Ikip Semarang Press
- Depdiknas, Suharsimi A, Suhardjono dan Supardi. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- H.J.S. Husdarta. 2009 *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Mulyasa E. 2005. *Kurikulum berbasis kompetensi, konsep, karakteristik dan implementasi*. Bandung : remaja rosdakarya
- S, M. (2018). Pengaruh Pendekatan Jelajah Alam Sekitar (JAS) Terhadap Hasil Belajar Siswa pada Materi Klasifikasi Mahluk Hidup di SMPK Binawirawan Maumere. *BIOEDUSCIENCE: Jurnal Pendidikan Biologi Dan Sains*, 2(1), 74-80. <https://doi.org/10.29405/j.bes/2174-801314>
- Phill Yanuar Kiram. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta : Dirjen Dikti.
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepak Bola*. Jakarta : Depdiknas
- Sugiyanto dan Sudjarwo. 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta :DEPDIKBUD.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Supandi.1992.*Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani*. Jakarta:Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Tri. Hananto Budi Santoso,dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD Kelas V*. Jakarta71: Erlangga.