

**Meningkatkan Pembelajaran Gerak Dasar *Dribbling* Dengan Kaki Bagian Dalam Dan Luar Dalam Sepak Bola Melalui Permainan *Zig-Zag* Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi**

Sunaryo

SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan

sunaryosenohadi99@gmail.com

**Abstrak**— Berdasarkan observasi di lapangan, hasil tes praktek *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar pada Siswa SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan masih kurang maksimal. Adapun yang melatar belakangi permasalahan tersebut adalah disebabkan karena kelengkapan sarana dan prasarana yang mampu mendukung anak untuk memaksimalkan kemampuannya dalam permainan sepak bola tidak tersedia hal tersebut juga diakibatkan karena praktek pembelajaran yang kurang berjalan dengan baik, mungkin karena hal itu yang mengakibatkan anak kurang dapat melakukan keterampilan dalam permainan sepak bola. Karena fakta diatas peneliti berpikiran untuk memperbaiki pembelajaran melalui permainan guna meningkatkan gerak dasar *dribbling* dimana permainan yang digunakan yaitu permainan *zig-zag*. Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perencanaan pembelajaran, bagaimana kinerja guru dalam melaksanakan proses pembelajaran, untuk mengetahui aktivitas siswa dan peningkatan hasil belajar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar melalui permainan *zig-zag* dengan penilaian yang dilakukan pada akhir pembelajaran. Penilaian proses pembelajaran dilakukan dengan observasi, wawancara, dan aktivitas anak yang meliputi aspek antusias, disiplin, dan kerjasama. Sedangkan tes akhir dilakukan dengan tes praktik melakukan *dsribbling* pada pembelajaran sepakbola. Pelaksanaan kinerja guru mengalami peningkatan dari pertemuan I sampai pertemuan IV. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari persentase setiap siklusnya selama penggunaan permainan *dribbling* pada pembelajaran sepakbola.

**Kata Kunci** — *Dribbling*, sepak bola, permainan *zig-zag*.

## I. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dari system pendidikan yang bertujuan untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan social yang selaras dengan upaya membentuk mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat, sesuai dengan pendapat Syaripudin (1993:4):“ Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dalam usaha mencapai tujuan pendidikan”.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah mempunyai peranan yang sangat penting yaitu memberi kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Sehingga dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Olahraga dan bermain yang dirancang dalam suatu proses pembelajaran yang kondusif, diyakini dapat menghasilkan rasa senang bagi siswanya. Sesuai dengan pendapat Subroto (2001:2) yaitu: "Pembelajaran yang kondusif dapat menghasilkan rasa senang bagi siswa, tempat meneduh, edukatif, menarik atau menantang. Selain itu dapat membina kesehatan dan rasa percaya diri".

Bermain dan permainan haruslah dipahami oleh guru pendidikan jasmani karena dalam proses pembelajarannya banyak akan berbagai permainan yang harus dimodifikasi dengan kreatifitas untuk menantang dan memberikan motivasi sehingga suasana belajar akan berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan dan akan tercapainya tujuan dari penyampaian materi. sesuai dengan pendapat Sukintaka (1992: 2) yang mengatakan bahwa: "Teori bermain membahas tentang aktivitas jasmani anak yang dilakukan dengan rasa senang, serta kaitan bermain sebagai wahana pencapaian dengan rasa senang, serta kaitan bermain sebagai wahana pencapaian tujuan pendidikan".

Bermain memiliki fungsi atau manfaat dalam pendidikan terutama dalam pendidikan jasmani, hal tersebut sesuai dengan pendapat Sukintaka (1992: 7) yang menyatakan makna dari bermain, yaitu:

1. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan suka rela atas dasar rasa senang.
2. Bermain dengan rasa senang, menumbuhkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.
3. Bermain dengan rasa senang, untuk memperoleh kesenangan, menimbulkan kesadaran agar bermain dengan baik perlu berlatih, kadang-kadang memerlukan kerjasama dengan teman, menghormati lawan, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan, dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri.

Namun anak-anak jaman dahulu berbeda dengan jaman sekarang, dimana permainan sekarang banyak yang menggunakan alat elektronik dalam pelaksanaannya, bahkan sudah merambah ke pelosok desa, sedangkan permainan elektronik ini sangat jarang sekali yang memerlukan banyak gerak artinya cuma tangan saja dan pikiran yang berjalan. Sehingga aktivitas fisik jarang dilakukan.

Kurangnya aktivitas fisik sering menjadi persoalan yang dihadapi setiap individu dalam kehidupan, bahkan cenderung menjadi budaya. Pendidikan jasmani merupakan alat untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Sehingga pendidikan jasmani sebagai wahana untuk mendidik anak. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lutan (2001:17) yaitu sebagai berikut: “Bahwa pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat disepanjang hayatnya”.

Ruang lingkup KTSP Pendidikan Jasmani (2006: 138), mencakup tentang:

1. Permainan dan olahraga meliputi: Olahraga Tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non lokomotor dan manipulatif, kasti, rounders, kipres, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, atletik, dan bela diri serta aktivitas lainnya;
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya;
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya;
4. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya;
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya;
6. Pendidikan di luar kelas meliputi: piknik/karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung;
7. Kesehatan meliputi: Penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat

lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat indera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Sudah tidak diragukan lagi bahwa pendidikan jasmani yang bermutu diselenggarakan dengan mematuhi kaidah-kaidah Pedagogik. Pendidikan jasmani memberikan sumbangan yang sangat besar bagi perkembangan siswa secara menyeluruh. Para pelaku pendidikan terkadang melupakan kesempatan baik untuk mendidik dan sekaligus membentuk siswa, terutama pada usia Sekolah Dasar, yang kita pahami bersama merupakan pondasi bagi perkembangan siswa-siswa kita seterusnya. Pelaksanaan pendidikan jasmani merupakan sebuah penanaman modal jangka panjang dalam rangka upaya pembinaan mutu sumber daya manusia yang berkualitas dan berkesinambungan. Hasilnya dapat dirasakan kelak dikemudian hari dan memerlukan waktu yang cukup panjang sehingga upaya pembinaan bagi peserta didik melalui pendidikan jasmani perlu terus dilakukan, dengan modal kesabaran serta dibarengi rasa keikhlasan dan penuh pengorbanan.

Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapat sentuhan didaktik dan metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Diharapkan guru dapat mengembangkan dirinya untuk dapat menggunakan media pembelajaran sebagai sarana untuk mencapai suatu keberhasilan pembelajaran. Guru sebagai tokoh utama dalam proses pembelajaran tentunya memiliki tanggung jawab paling besar dalam upaya mengefektifkan pengajaran penjas di Sekolah Dasar. Dalam hal ini peneliti belum melihat adanya penerapan penjelasan hal di atas pada Siswa kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan, sehingga peneliti berupaya untuk menemukan kendala-kendala yang ada. Apabila prinsip-prinsip metologi pendidikan diterapkan dalam proses penyajian pembelajaran dan penggunaan media pembelajaran yang tepat untuk mendukung keberhasilan guru dalam mencapai suatu program, maka akan didapat hasil yang baik.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal diharapkan mempunyai program yang baik dan bermanfaat dalam melaksanakan Pendidikan Jasmani. Guru yang baik akan mengerti manfaat Pendidikan Jasmani dalam perkembangan anak dan dapat memberikan waktu yang luas untuk dapat memberikan teknik-teknik serta berbagai

keterampilan aktivitas olah raga. Adapun salah satu cabang olah raga yaitu permainan bola besar yaitu sepak bola sesuai dengan pendapat Syarifudin dkk (1993:147): "Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga permainan yang sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat seluruh dunia". Dimana sepakbola dalam kurikulum KTSP termasuk Permainan dan Olahraga.

Untuk dapat mempunyai keterampilan dasar sepak bola seorang atlit harus mempunyai kemampuan sebagai berikut sesuai dengan pendapat Syarifudin dkk (1993: 148)

Bahwa cabang olah raga sepakbola memerlukan kekuatan, kecepatan, kelentukan, kelincahan, ketepatan, dayatahan, juga harus menguasai tehnik dasar. Adapun tehnik dasar sepakbola dapat dibagi menjadi dua bagian besar, yaitu 1. Teknik dasar tanpa bola, dan 2. Tehnik dasar dengan bola.

Adapun teknik dasar dalam sepak bola menurut Syarifudin dkk (1993: 148),diantaranya:

1. Tehnik dasar tanpa bola.
  - 1) Latihan tehnik lari.
  - 2) Latihan tehnik melompat.
  - 3) Latihan tehnik gerak tipu.
2. Tehnik dasar dengan bola.
  - 1) Latihan teknik menedang bola.
  - 2) Tendangan lurus.
  - 3) Tendangan melingkar atau melambung.
  - 4) Tehnik dasar mengiring bola (*dribbling*).
  - 5) Latihan teknik menghentikan bola.
  - 6) Latihan dasar menyundul bola. (*heading*).
  - 7) Teknik dasar dalam menyelamatkan bola.
  - 8) Teknik dasar menghadang dan merebut bola.
  - 9) Taktik di dalam bermain sepak bola.

Guru Pendidikan Jasmani haruslah pandai memilih media atau alat pembelajaran yang tepat sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapinya, agar dapat meningkatkan kemampuan siswa atau atlet. Untuk mendukung keberhasilan dalam mengajarkan Pendidikan Jasmani di SD, guru harus mampu mengembangkan media

pembelajaran untuk mencapai keberhasilan, pencapaian program pembelajaran.

Sesuai dengan pendapat Lutan (2001:65) yaitu sebagai berikut:“Media/alat, waktu dan ruang merupakan sumber daya penting untuk mendukung pelaksanaan proses belajar mengajar (PBM). Ketiga sumber daya ini harus dikelola dan dimanfaatkan sebaik-baiknya karena bersifat langka”.

Namun Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan kurang berhasil terutama dalam permainan sepak bola dimana guru jarang memberikan pengetahuan atau mencontohkan teknik dasar yang baik sehingga siswa banyak yang tidak mengetahui bagaimana permainan sepakbola yang sesungguhnya. Adapun hasil penelitian awal yang dilakukan pada tanggal 25 Januari 2017 terbukti bahwa pada pembelajaran *dribbling* sepak bola, ternyata anak-anak tidak menguasai keterampilan *dribbling* dan masih dibawah KKM yang telah di tentukan, dimana batas KKM adalah 70. Hal tersebut diakibatkan karena kurangnya sarana dan prasarana, kurang maksimalnya kinerja guru dimana guru dalam pengemasan pembelajaran tidak menarik, guru kurang jelas dalam penyampaian materi sehingga mengakibatkan siswa tidak konsentrasi atau kurang berantusias, dan siswa tidak memperhatikan penjelasan materi yang disampaikan guru sehingga tidak mengerti dan sulit mempraktikkan gerak dasar yang di ajarkan, dimana dalam penelitian ini yang dijadikan subjek penelitian murid kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan, berjumlah 32 siswa yang terdiri dari laki-laki 19 dan 13 siswa perempuan.

Berdasarkan data awal diketahui bahwa kurangnya minat siswa dalam melakukan aktivitas pembelajaran terbukti bahwa hanya 3 siswa (11%) yang berantusias, disiplin dan kerjasama dalam proses pembelajaran.(Format penilaian terlampir).

Maka diperlukan suatu cara untuk menyelesaikan permasalahan di atas, Dalam hal ini penulis tertarik untuk meneliti salah satu penggunaan media untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada permainan sepak bola melalui penggunaan media permainan *zig-zag*. Penulis menduga dengan penggunaan media permainan *zig-zag* sebagai alat melatih melakukan *dribbling* sehingga diharapkan akan meningkatkan hasil *dribbling* yang baik.

Sehingga bertitik tolak dari uraian di atas penulis terdorong untuk mencoba untuk meneliti tentang **“Meningkatkan Pembelajaran Gerak Dasar *Dribbling* Dengan Kaki Bagian Dalam dan Luar Dalam Sepak Bola Melalui Permainan *Zig-zag* Pada**

## **Siswa Kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan”.**

Bertitik tolak pada latar belakang masalah, penulis mencoba menerapkan pembelajaran Permainan sepak bola yaitu *dribbling* dengan media permainan *zig-zag*. Penulis merumuskan masalah tersebut, sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran *dribbling* dengan permainan *zig-zag* dalam sepak bola kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran *dribbling* dengan media permainan *zig-zag* dalam sepak bola di kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan?
3. Apakah permainan *zig-zag* dapat meningkatkan pembelajaran gerak dasar *dribbling* di kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan?

Tujuan penelitian dalam kegiatan ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran *dribbling* dengan permainan *zig-zag* dalam sepak bola kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.
2. Mengetahui pelaksanaan pembelajaran *dribbling* dengan media permainan *zig-zag* pada siswa kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.
3. Mengetahui hasil pembelajaran *dribbling* dengan media permainan *zig-zag* pada siswa kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.

Manfaat Penelitian

### **1. Bagi Siswa**

Meningkatkan hasil belajar siswa dan mempermudah proses pembelajaran teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar dalam sepak bola .

### **2. Bagi Guru**

Sebagai umpan balik dari pembelajaran sebelumnya sehingga guru yang merangkap jadi pelatih dapat mengkaji sendiri praktik pembelajaran, berbagai teknik pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam olah raga

permainan sepak bola terutama *dribbling*.

### **3. Bagi Satuan Sekolah Dasar**

dapat dijadikan aset berharga seandainya siswa-siswinya dapat berprestasi dan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran ditingkat pendidikan, meningkatkan mutu pendidikan disekolah tersebut khususnya pada kelas yang di teliti.

### **4. Bagi Peneliti**

- a. Dapat menambah wawasan bagi penulis dalam mengembangkan pembelajaran penjas melalui metode bermain.
- b. Bagi peneliti lain bisa dijadikan landasan untuk penelitian yang lebih lanjut lagi.

### **5. Bagi Lembaga**

Sebagai sumbangan dalam upaya pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih efektif dan efisien. Bagi UPTD Dinas Pendidikan Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan, yaitu hasil Penelitian Tindakan Kelas ini sebagai masukan dan bahan acuan dalam rangka perbaikan proses pembelajaran untuk menghasilkan tenaga pendidik yang memiliki kompetensi tinggi, khususnya bagi guru-guru SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.

## **II. METODE PENELITIAN**

### *A. Setting dan Subyek Penelitian*

Lokasi penelitian dilaksanakan di kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.

#### **1. Subjek Penelitian**

Yang dijadikan subjek dalam penelitian ini murid kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan, berjumlah 27 orang siswa. Alasan pemilihan subjek penelitian adalah bahwa berdasarkan hasil observasi awal pada pembelajaran sepak bola sebagian kurang mampu melakukan gerak dasar *dribbling* yang benar sehingga diperlukan upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar *dribbling*.

Peneliti bertindak sebagai guru yang terjun langsung ke lapangan untuk menyajikan pembelajaran yang dibantu oleh guru yang lainnya sebagai mitra observer selama



penelitian berlangsung.

Penelitian dilaksanakan bulan Maret sampai dengan Mei 2017 pada semester genap sebanyak 2 siklus 4 pertemuan tahun pelajaran 2016/2017. Adapun rincian jadwal pelaksanaan penelitian tindakan kelas adalah sebagai berikut :

- a. Persiapan Penelitian tanggal 02 Maret 2017
- b. Pengajuan ijin dari kepada Kepala Sekolah tanggal 27 Maret 2017  
Pelaksanaan penelitian sebagai berikut :
  - 1) Siklus I pertemuan satu Hari Rabu tanggal 05 April 2017
  - 2) Siklus I pertemuan 2 Hari Rabu tanggal 12 April 2017
  - 3) Siklus II pertemuan 1 Hari Rabu tanggal 19 April 2017
  - 4) Siklus II pertemuan 2 Hari Rabu tanggal 26 April 2017
- c. Pengolahan hasil penelitian dari tanggal 03 s/d 25 Mei 2017
- d. Seminar Hasil Penelitian pada hari Sabtu tanggal 27 Mei 2017
- e. Pelaporan Hasil Penelitian pada tanggal 30 Mei 2017

Penelitian dilakukan selama tiga bulan, yaitu bulan Maret, April dan Mei dimana terdapat beberapa tahapan dalam pelaksanaan penelitian mulai dari persiapan, perencanaan, pelaksanaan, pengolahan data dan penyusunan laporan.

### *B. Prosedur Penelitian*

Prosedur penelitian dilakukan sebanyak 2 siklus. Setiap siklus dilakukan 2 pertemuan dimana setiap pertemuan menggunakan 4 jam pelajaran.

Untuk membantu dalam penelitian ini penulis tetapkan beberapa siklus dalam penggunaan metode penelitian tindakan kelas ini.

Adapun prosedur yang ditampilkan sebagai berikut:

#### **1. Tahap perencanaan Tindakan**

- a. Mengadakan penelitian awal untuk mengidentifikasi masalah yang perlu diatasi. Dalam tahap ini peneliti melakukan observasi pada proses pembelajaran *dribbling*.
- b. Membuat Rencana Pembelajaran (RPP) untuk setiap siklus.
- c. Peneliti dan guru mengadakan diskusi mengenai cara melakukan tindakan mengenai langkah-langkah penerapan tiga kunci memotivasi anak untuk belajar.

- d. Menyiapkan alat pembelajaran dalam rangka meningkatkan kemampuan gerak dasar *dribbling*.
- e. Mendesain alat evaluasi untuk melihat:
  - 1) Apakah kemampuan gerak dasar *dribbling* dapat meningkat?
  - 2) Apakah melalui *zig-zag* pembelajaran *dribbling* akan mampu menjadikan alat bantu yang dapat meningkatkan tujuan?

## 2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan yaitu proses pembelajaran menggunakan metode demonstrasi dan penugasan yang meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Kegiatan Awal
  - 1) Menyiapkan alat-alat pelajaran.
  - 2) Guru dan siswa berdoa bersama.
  - 3) Siswa dan guru melaksanakan pemanasan sesuai dengan petunjuk guru.
  - 4) Menjelaskan kegiatan belajar yang akan dilaksanakan siswa. Pada kegiatan ini peneliti menerapkan strategi memotivasi siswa belajar atau berlatih yang berorientasi pada keberhasilan.
- b. Kegiatan Inti.
 

Peneliti yang berperan sebagai guru dan observer melakukan pengamatan terhadap perilaku siswa yang belajar sebagai informasi peneliti. Proses pengamatan harus didasari dengan sadar, kritis, sistematis, dan objektif.
- c. Kegiatan Akhir.
  - 1) Siswa melakukan pelepasan sesuai dengan petunjuk guru.
  - 2) Setelah pembelajaran berakhir, peneliti mencatat segala bentuk kegiatan, kejadian, kendala-kendala yang muncul selama pembelajaran berlangsung ke dalam lembar observasi yang disiapkan.
  - 3) Murid duduk membuat formasi setengah lingkaran, guru menjelaskan kembali materi yang sudah disampaikan, kemudian menyampaikan tindak lanjut.

## 3. Observasi.

Selama pelaksanaan tindakan tugas peneliti adalah mengobservasi semua kegiatan yang dilakukan selama pembelajaran berlangsung. Pelaksanaan observasi dilaksanakan sesuai dengan rencana penelitian objek yang diamati adalah seluruh aktivitas siswa selama pembelajaran dilaksanakan, baik berupa perubahan yang

bersifat individu maupun secara klasikal. Observasi yang dapat dilakukan adalah:

a. Observasi Peer (pengamatan sejawat).

Observasi Peer adalah observasi terhadap pengajaran seseorang oleh orang lain.

b. Observasi Terstruktur.

Pelaksanaan observasi terstruktur dilakukan peneliti dengan cara bertanya kepada siswa. Peneliti sebagai guru mengajukan beberapa pertanyaan kepada siswa kemudian siswa menjawab.

#### 4. Refleksi.

Tahap refleksi merupakan tahap kegiatan untuk menganalisa, interpretasi dan penjelasan terhadap semua informasi yang diperoleh selama pelaksanaan tindakan. Informasi yang berhasil didokumentasikan, kemudian dianalisa dan dibandingkan dengan data awal. Hasil informasi atau data yang sudah dianalisis kemudian melalui proses refleksi akan ditarik kesimpulan.

#### C. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengetahui kemampuan siswa dalam memahami dan melakukan keterampilan penerapan model permainan *zig-zag* untuk meningkatkan pembelajaranteknik *dribbling* dalam permainan sepak bola, maka peneliti langsung melaksanakan observasi untuk mengumpulkan data. Instrumen penelitian untuk mengumpulkan data adalah dengan cara observasi langsung dan wawancara

#### D. Pengolahan Data dan Analisis Data

##### 1. Pengolahan Data

Secara umum kegiatan pengolahan data dan analisis data dalam proses penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengumpulkan format hasil observasi dari setiap kegiatan pembelajaran pada setiap siklus penelitian yang sudah dilaksanakan.
- b. Membandingkan jumlah siswa yang terlibat secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran Penjas pada setiap siklus penelitian yang dilaksanakan.
- c. Menganalisa perubahan perilaku siswa dari seluruh format observasi dan catatan guru setelah tiga kali siklus pembelajaran dilaksanakan.

- d. Menganalisa jumlah waktu aktif berlatih atau belajar siswa dari awal tindakan sampai akhir tindakan.

Secara lebih detail lagi sebelum data diolah dan dianalisis ada beberapa tahapan yang harus ditempuh oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

## **2. Analisis Data**

Data mentah yang terkumpul dari hasil observasi dan wawancara dikelompokkan menjadi unit-unit dengan memperhatikan karakteristik data mentah, berdasarkan atas unit-unit yang ada, lalu diterapkan kategorisasi. Dalam pengolahan data ini, perilaku siswa selama kegiatan pembelajaran Penjas sebagai aktivitas siswa apakah aktif, aktivitas manajemen, aktivitas memperhatikan intruksi, dan aktivitas lain.

### *E. Indikator Keberhasilan*

Untuk mencapai indikator keberhasilan dalam penelitian tindakan kelas dapat dilihat dari beberapa kegiatan yang dilakukan selama berlangsungnya proses pembelajaran.

1. Keaktifan siswa dalam pembelajaran gerak dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar dalam sepak bola mengalami peningkatan sebesar 70,3%.
2. 80% siswa Kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan mengalami ketuntasan belajar individual, nilai lebih dari 70 dalam pembelajaran gerak dasar *dribbling*.
3. Target minimal yang ingin dicapai oleh peneliti yang sesuai dengan standar di Sekolah tentang Kriteria Ketuntasan Minimal adalah 70.

## **IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan dimana dalam pembelajarannya melibatkan aktivitas fisik sehingga dalam penyejiannya harus menciptakan modifikasi dan kreatifitas guru agar siswa tidak jenuh dan merasa bosan.

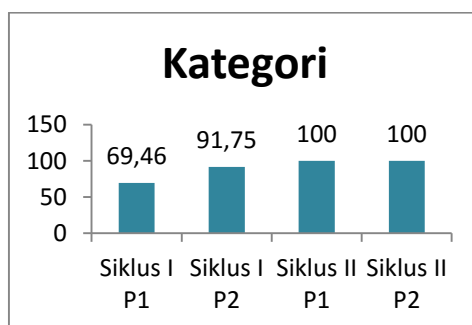
Kegiatan penelitian ini diawali dengan mencari data awal yaitu sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan kemampuan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar. Dari data awal yang diperoleh peneliti dengan memberikan tes awal, peneliti mendapat gambaran sementara bahwa siswa kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan belum memiliki keterampilan yang baik

dalam melakukan *dribbling* sepak bola.

Dari data awal tersebut, maka dilakukan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan oleh peneliti dan praktisi untuk mengatasi masalah pembelajaran *dribbling* sepak bola dengan kaki bagian dalam dan luar adalah melalui permainan *zig-zag* dengan menggunakan rintangan atau patok dari botol bekas.. Secara umum berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan dari hasil temuan-temuan pada setiap siklus, menunjukkan bahwa pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar melalui permainan *zig-zag* dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *dribbling*. Hal ini dapat dilihat dari presentase peningkatan pada setiap siklus untuk aktivitas siswa dan hasil belajar keterampilan *dribbling* siswa.

Untuk lebih jelasnya peneliti akan membahas melalui analisis data semua siklus.

### 1. Pembahasan Kinerja Guru Tahap Perencanaan



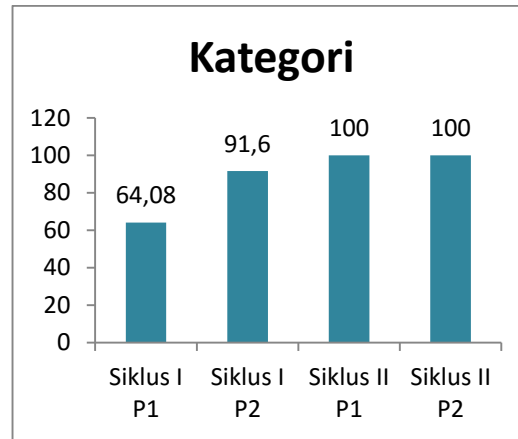
Gambar 1. Grafik Persentase Peningkatan Kinerja Guru (Tahap Perencanaan) Siklus I Pertemuan 1, 2 dan Siklus II Pertemuan 1,2

Dari grafik 4.5 tampak peningkatan setiap aspek perencanaan mulai dari siklus I (P1), (P2) dan siklus II (P1) (P2). Dimana pada siklus I pertemuan 1 mencapai 69,46% pada siklus I pertemuan 2 mengalami peningkatan yaitu hasil menjadi 91,75% sudah mendekati target. Tahap perencanaan sudah mencapai target pada siklus II P1 dimana hasil yang di dapat 100% . Untuk Siklus II P2 aspek perencanaan sama dengan siklus II P1 yaitu 100%.

Dimana pada siklus I P1 guru kurang jelas dalam perumusan pembelajaran sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai dengan sempurna dan guru tidak bisa mengembangkan dan mengorganisasikan materi, media sumber belajar. Sedangkan pada siklus II P1 guru mulai mampu merumuskan tujuan dan menguasai materi dan mengembangkannya sehingga dari segi perencanaan meningkat, dan pada siklus II P1 dan P2 kinerja guru tahap perencanaan sangat baik dan mencapai target dimana tujuan

dari pembelajaran tercapai dan guru mampu menguasai materi dan mengembangkannya sehingga mempermudah dalam menyajikan pembelajaran dimana hal tersebut berdampak terhadap kinerja guru tahap pelaksanaan.

## 2. Pembahasan Kinerja Guru Tahap Pelaksanaan



Gambar 2. Grafik Persentase Peningkatan Kinerja Guru Siklus I Pertemuan 1,2 dan Siklus II Pertemuan 1,2

Dari grafik di atas dapat dilihat bahwa setiap siklus pada tahap pelaksanaan kinerja guru selalu meningkat dimana hasil yang di dapatkan pada siklus I P1 hanya 64,08% namun pada siklus I P2 hasil mengalami peningkatan dan mulai mendekati target yaitu hasil yang di dapat 91,6% dan target dapat tercapai pada siklus II P1 setelah dilakukan perbaikan-perbaikan hasil yang di dapat 100%.

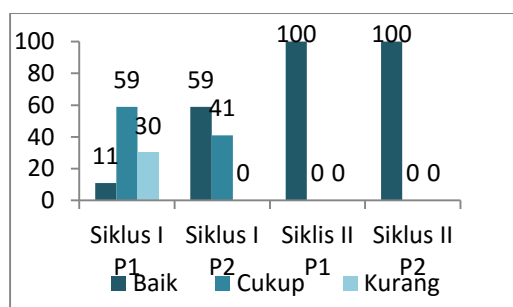
Hasil di atas merupakan hasil observasi selama penelitian dimana pada siklus I P1 dalam pra pembelajaran guru guru tidak mnemeriksa kesiapan siswa dan kurang maksimal dalam menyiapkan ruang hal tersebut menjadi acuan untuk perbaikan pada siklus I P2 dan hasil nya pun cukup baik dan meningkat pada siklusII dimana guru lebih memeriksa kesiapan siswa dan pada siklus II P1 target baru tercapai dimana guru lebih menyiapkan ruang, alat dan media pembelajaran, alat dan media pembelajaran.

Pada aspek membuka pelajaran siklus I P1 guru tidak memberikan apersepsi yang jelas dan tidak memberikan motivasi dan dalam kegiatan pemanasan tidak maksimal dimana banyak siswa yang tidak serius melakukannya, pada rencana kegiatan kurang berjalan dengan baik sehingga tujuan pembelajaranpun tidak tercapai, pada siklus I P2 guru mulai menunjukkan keaktifannya dimana pada awal pembelajaran guru memberikan penjelasan tentang permainan sepak bola yang menarik sehingga

meningkatkan keantusiasan siswa dimana tujuan pembelajaran pun mulai mendekati target dan hasil maksimal didapatkan pada siklus I P1 dimana guru memberikan apersepsi, penjelasan, dan pertanyaan yang sangat memotivasi siswa dalam pembelajaran.

Pada aspek mengelola inti pembelajaran siklus I P1 guru tidak memberikan contoh gerakan dribbling melalui permainan *zig-zag* sehingga siswa mengalami kesulitan, dan guru tidak berperan aktif artinya guru jarang mengoreksi atau berkomunikasi dimana guru hanya memperhatikan kegiatan siswa saja, hal tersebut mulai di perbaiki pada siklus I P2 dimana guru memberikan petunjuk bagaimana gerakan dribbling yang benar dan mencontohkan gerakan dribbling melalui permainan *zig-zag*, guru juga memberikan koreksi secara langsung pada siswa, dan pada siklus II P2 perbaikan ditingkatkan kembali dimana guru sangat aktif selama proses pembelajaran sehingga hasil optimal telah tercapai.

### 3. Pembahasan Aktivitas Siswa



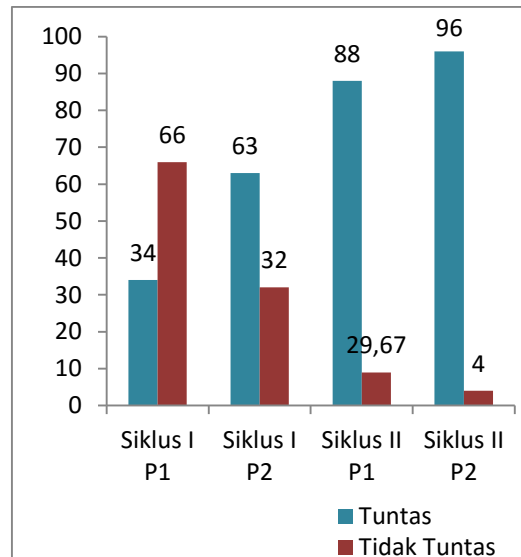
Gambar 3. Grafik Persentase Aktivitas siswa pada Siklus I Pertemuan 1,2 dan Siklus II Pertemuan 1,2

Berdasarkan grafik 4.3 tentang aktivitas siswa yang terdiri atas aspek antusias, disiplin dan kerjasama dapat kita bahas sebagai berikut: dimulai pada kategori baik (B) yang mengalami peningkatan dimulai dari siklus I P1(11%), siklus I P2(59)% dan siklus II P1 (100%) dan Siklus II P2 100%. Pada kategori cukup (C) terlihat penurunan dimulai dengan siklus I P1(59%), siklus I P2(41%), siklus II P1 (0%) dan siklus II P2 0%. sedangkan untuk kategori kurang (K) pada siklus I P1 30%, siklus I P2 0% , siklus II P1 0% dan siklus II P2 0%.

Kinerja guru sangat berperan sekali terhadap aktivitas siswa dimana pada siklus I aktivitas siswa tidak mencapai target sebagian besar siswa tidak menunjukkan keantusiasan, dan tidak disiplin hal tersebut diakibatkan karena penyajian pembelajaran

yang masih banyak memiliki kekurangan, dan siswa kurang dalam disiplin dimana guru kurang berkomunikasi ketika pembelajaran dan pada aspek kerjasamapun tidak muncul, pada siklus I P2 dan siklus II P1 mulai ada peningkatan setelah melakukan perbaikan aktivitas siswa meningkat mulai dari aspek antusias, disiplin dan kerjasama.

#### 4. Pembahasan Hasil Belajar Siswa



Gambar 4. Tes Hasil Keterampilan *dribbling* Dengan Kaki Bagian Dalam dan Luar Melalui Permainan *Zig-zag* Siklus I Pertemuan 1,2 dan Siklus II Pertemuan 1,2

Peningkatan keterampilan dasar siswa dalam melakukan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar pada sepak bola melalui permainan *zig-zag* yang diperoleh selama empat kali pelaksanaan siklus.

Hasil belajar siswa pada siklus I P1 masih sangat jauh dari target yang harus dicapai hal tersebut diakibatkan siswa tidak antusias dan penyajian pembelajaran tidak maksimal, pada siklus I P2 mulai mengalami peningkatan dimana sebagian besar siswa berantusias dan siswa lebih memperhatikan guru sehingga hasil belajar siswa mengalami peningkatan, dan pada siklus II P2 hasil optimal mulai tercapai dan telah melawati target yang ingin di capai meskipun ada satu siswa yang masih kurang namun hal tersebut diakibatkan faktor fisik siswa tersebut.

#### V. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian melalui proses pengolahan data, analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai penggunaan permainan *zig-zag* dapat



meningkatkan kemampuan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar di kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan, penulis menarik kesimpulan sebagai berikut;

### **1. Perencanaan**

Pada bagian ini peneliti akan menyimpulkan tahap perencanaan pembelajaran. Pertama-tama peneliti mempersiapkan materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar, menentukan tujuan pembelajaran, metode pembelajaran, dan penggunaan permainan *zig-zag* untuk meningkatkan sikap badan, sikap kaki, penguasaan bola, dan kecepatan pada pembelajaran *dribbling*. Kemudian menentukan langkah-langkah pembelajaran dalam RPP, menentukan instrument yang akan digunakan selama proses pembelajaran, dan menentukan teknik pengolahan data yang akan digunakan untuk mengetahui hasil setelah pembelajaran menggunakan permainan *zig-zag*.

### **2. Pelaksanaan**

Pada tahap pelaksanaan, guru menyampaikan tujuan penggunaan permainan *zig-zag* untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar pada pembelajaran sepakbola.

Dimana penilaian dilakukan pada akhir pembelajaran dengan melakukan tes akhir dan penilaian selama proses pembelajaran. Penilaian proses pembelajaran dilakukan dengan observasi, wawancara, dan aktivitas anak yang meliputi aspek antusias, disiplin, dan kerjasama. Sedangkan tes akhir dilakukan dengan tes praktik melakukan *dsribbling* pada pembelajaran sepakbola.

Pelaksanaan kinerja guru mengalami peningkatan dari pertemuan I sampai pertemuan IV. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari persentase setiap siklusnya selama penggunaan permainan *dribbling* pada pembelajaran sepakbola.

### **3. Hasil Belajar**

Melihat dari peningkatan hasil belajar siswa dalam melakukan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan luar pada pembelajaran sepakbola, dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan *zig-zag* dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *dribbling* dengan mengutamakan aspek sikap badan saat melakukan gerakan, sikap kaki, penguasaan bola, dan kecepatan pada Siswa kelas VI SD Negeri Srengseng Sawah 11 Pagi Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

### **1. Bagi Siswa**

- a. Teknik dasar *dribbling* dalam permainan sepakbola perlu diajarkan kepada para siswa dengan memperhatikan tingkat perkembangan siswa.
- b. Para siswa perlu dibina untuk melakukan *dribbling* yang akan bermanfaat bagi dirinya, sehingga dengan pembelajaran *dribbling* sepak bola siswa akan dapat mengembangkannya dalam permainan sepak bola yang sesungguhnya.
- c. Diperlukan penggalian potensi masing-masing siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani. Ini dimaksudkan untuk meningkatkan bakat yang dimiliki setiap anak.
- d. Dalam menggunakan permainan *zig-zag* sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu memperhatikan petunjuk atau aturan-aturan pembelajarannya serta, agar dalam pelaksanaan tidak menyimpang dengan peraturan yang dibuat. Dengan melakukan pembelajaran yang benar sesuai dengan aturan akan membantu anak melakukan aturan permainan.

### **2. Bagi Guru**

- a. Guru harus memiliki kemampuan dan keterampilan mengelola siswa di lapangan dan menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan dengan menggunakan metode permainan pembelajaran tersebut. Pembelajaran ini baik digunakan untuk guru kelas VI dalam melakukan *passing* kaki bagian luar.
- b. Hal yang harus diperhatikan guru sebelum menggunakan permainan kucing bola dalam lingkaran, terlebih dahulu menyiapkan sarana prasarana yang akan dibutuhkan dalam penerapan permainan kucing bola dalam lingkaran. Serta menjelaskan aturan pembelajaran menggunakan permainan kucing bola dalam lingkaran yang jelas dan mudah dimengerti oleh anak.
- c. Guru hendaknya termotivasi untuk selalu meningkatkan kemampuannya dan profesionalismenya, dalam upaya membantu anak mempermudah untuk memahami materi yang diajarkan. Oleh karena itu hendaknya guru dapat memilih media pembelajaran yang tepat dalam setiap pembelajaran.

### **3. Bagi Satuan Sekolah Dasar**

- a. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, maka pihak sekolah diharapkan berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal agar

pembelajaran ini berlangsung dengan tuntutan kurikulum. Hal tersebut dapat dilakukan dengan sarana dan prasarana penunjang pembelajaran baik untuk siswa maupun guru.

- b. Pembinaan dan pelatihan yang intensif terhadap para guru juga perlu diadakan oleh pihak sekolah, ini dimaksudkan agar dapat meningkatkan kemampuan mengajarnya dalam rangka inovasi pembelajaran pendidikan jasmani.

#### **4. Untuk Lembaga**

Bagi UPTD Dinas Pendidikan Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan, yaitu hasil Penelitian Tindakan Kelas ini sebagai masukan dan bahan acuan dalam rangka perbaikan proses pembelajaran untuk menghasilkan tenaga pendidik yang memiliki kompetensi tinggi, khususnya bagi UPTD Dinas Pendidikan Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan.

#### **5. Bagi Peneliti Lain**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan penelitian lanjut yang berhubungan dengan pengembangan pembelajaran
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya dengan menjadikan permainan dalam pembelajaran sebagai tindakan.
- c. Bagi rekan-rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian, disarankan agar mengadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga temuan-temuan yang didapatkan dalam penelitian lebih lengkap lagi.
- d. Bagi peneliti lain yang berminat mengembangkan permainan sebagai media pembelajaran disarankan untuk memilih permainan yang memiliki nilai edukatif dan dapat meningkatkan keantusiasan siswa sehingga tidak membosankan dan dapat tercapainya tujuan dari penelitian.

## **V. DAFTAR PUSTAKA**

- Abdullah, A (1994), *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Aqib, Z (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yarma Widya.
- Arikunto, Suharsini. (2002), *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

- Depertemen Pendidikan Buku Nasional UPI (2006) *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pelajaran untuk Sekolah Dasar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Dikdasmen.
- Hermawan R, Dkk (2010). *Metode Penelitian Pendidikan SD*, Bandung: Upi Press.
- Husdarta, J.S (2009). *Manajemen Pendidkan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Lutan, R (1988), *Belajar Keterampilan Motorik*. Jakarta. Depdikbud.
- Lutan, R (2000), *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta, Universitas Terbuka.
- Lutan, R (2001) *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak Di Sekolah Dasar*. Jakarta. DepDikNas.
- Muhtar, R (1992) *Olahraga Pilihan sepak bolak*. Jakarta: DepDikBud.
- Noer Hamidsyah, dkk (1994), *Kepelatihan Dasar*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Safari, I (2010), *Model Pembelajaran Kooperatif Pendidikan Jasmani*. Bandung, Bintang Warliartika.
- Sarumpaet, Dkk (1992), *Permainan Besar*. Padang: depdikbud.
- Sa'ud, Udin S. (2006). *PTK Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran*. Makalah Dalam Lokakarya di FPOK UPI Bandung.
- Suherman, A (2010), *Penelitian Pendidikan*. Sumedang, Bintang Wartiartika.
- Subroto T (2001) *Pembelajaran Keterampilan Dan Konsep Olahraga Disekolah Dasar: Sebuah Pendekatan Permainan Taktis*. DepDikNa
- Sukintaka (1992), *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Jakarta, DepDikBud.
- Syarifudin Aip, Muhadi (1992) *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Wiriaatmadja R (2008) *Metode Penelitian Tindakan Kelas Bandung* :UPI PT Remaja Rosda Karya.