

**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR INKLUSI TERHADAP  
KEMAMPUAN GERAK DASAR MENGGIRING BOLA DENGAN PUNGGUNG  
KAKI DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII  
SMP NEGERI 2 LOLAYAN**

<sup>1</sup> Mohammad Fahmi Febrian., <sup>2</sup> Djoni A. Sunkudon., <sup>3</sup> Yuliana Sattu

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia Email:

[<sup>1</sup>fahmifebrian004@gmail.com](mailto:fahmifebrian004@gmail.com) [<sup>2</sup>djonyssungkudon60@gmail.com](mailto:djonyssungkudon60@gmail.com) [<sup>3</sup>julianasattu@unima.ac.id](mailto:julianasattu@unima.ac.id)

Diterima:09-09-2025 Direvisi : :12 -09-2025 Disetujui : :23-09-2025

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar inklusi terhadap penguasaan gerak dasar menggiring bola dengan punggung kaki pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Lolayan. Latar belakang penelitian ini adalah rendahnya kemampuan siswa dalam menguasai gerak dasar menggiring bola, disebabkan metode pembelajaran yang masih bersifat instruktif, minimnya partisipasi aktif siswa, dan keterbatasan sarana pendukung. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan rancangan pre-test dan post-test randomized control group design. Sampel terdiri dari 30 siswa, dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol masing-masing 15 siswa. Data dikumpulkan melalui tes kemampuan gerak dasar dengan punggung kaki, menggunakan instrumen berbasis panduan gerakan dan kartu tugas. Hasil penelitian menunjukkan kelompok eksperimen memiliki skor rata-rata 2,4 (SD 0,8281), lebih tinggi dibanding kelompok kontrol 0,5333 (SD 0,5164), menunjukkan perbedaan signifikan. Gaya mengajar inklusi memungkinkan siswa belajar secara aktif, menyesuaikan tingkat kesulitan latihan sesuai kemampuan, dan menggunakan kartu tugas untuk praktik mandiri. Kesimpulannya, penerapan gaya mengajar inklusi efektif meningkatkan penguasaan gerak dasar menggiring bola, mendorong partisipasi aktif, dan memperbaiki keterampilan motorik siswa secara menyeluruh.

Kata Kunci : Gaya Mengajar Inklusi, Gerak Dasar Menggiring Bola, Punggung Kaki.

**Abstrak**

*This study aims to determine the effect of inclusive teaching style on the mastery of basic dribbling movements with the instep of eighth grade students of SMP Negeri 2 Lolayan. The background of this study is the low ability of students in mastering basic dribbling movements, caused by the learning method which is still instructive, minimal active student participation, and limited supporting facilities. The research method used is an experiment with a pre-test and post-test randomized control group design. The sample consisted of 30 students, divided into an experimental group and a control group of 15 students each. Data were collected through a basic movement ability test with the instep, using instruments based on movement guides and task cards. The results showed that the experimental group had an average score of 2.4 (SD 0.8281), higher than the control group 0.5333 (SD 0.5164), indicating a significant difference. The inclusive teaching style allows students to learn actively, adjust the level of difficulty of the exercises according to their abilities, and use task cards for independent practice. In conclusion, implementing an inclusive teaching style effectively improves students' mastery of basic dribbling movements, encourages active participation, and improves their overall motor skills.*

**Keywords:** *Inclusive Teaching Style, Basic Dribbling Movements, Instep..*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani yang di laksanakan karena berfungsi meningkatkan mutu dan kemampuan peserta didik dalam berbagai bidang kehidupan. Pendidikan sendiri merupakan proses yang terencana dan sadar dilakukan oleh pendidik yang berasal dari sekolah menengah pertama sebagaimana mestinya yang di anjurkan kepada peserta didik . Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 2, pendidikan nasional dilandasi oleh Pancasila dan UUD 1945 serta menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman.

Menurut pandangan Ateng, komponen terpadu melalui system Pendidikan dalam mengembangkan manusia secara menyeluruh, mencakup pertumbuhan organik tubuh, kemampuan neuromuskular, kecerdasan intelektual, dan keseimbangan emosional. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka dipahami bahwa pendidikan jasmani sangat diperlukan dalam suatu proses pendidikan dalam suatu satuan pendidikan untuk dapat meningkatkan taraf hidup atau kualitas dari peserta didik dalam aspek-aspek berdasarkan apa yang telah di angkat pada pernyataan di atas. Salah satu satuan pendidikan melalui kurikulumnya terdapat mata pelajaran PJOK, adalah SMP N 2 Lolayan.

SMP Negeri 2 Lolayan Desa Tanoyan Utara, Sekolah ini memiliki jumlah peserta didik sebanyak 241 Peserta didik, dengan jumlah guru sebanyak 42 guru, dan jumlah guru yang mengajar penjas sebanyak 2 guru. Adapun sarana dan prasarana yang di miliki sekolah seperti gedung perpustakaan, ruang guru, kelas 6 ruangan, 1 lapangan , dan kantin. Dan untuk prasarana yaitu buku-buku pelajaran, bola sepak, bola basket, bola voli, dan lainya.

Setelah melakukan observasi di SMP N 2 Lolayan kurikulum yang di gunakan saat ini adalah Kurikulum Merdeka. Dan di dalamnya terdapat mata pelajaran PJOK. Di SMP N 2 Lolayan khususnya kelas VIII, Dari hasil pengamatan selama pembelajaran sepak bola, tampak bahwa pemahaman dan keterampilan peserta didik dalam melakukan gerak dasar dalam melakukan Tindakan dengan pungung kaki dalam mengiring bola masih rendah, sehingga kemampuan praktik mereka belum sesuai dengan yang diharapkan.

Ketidakmampuan sebagian besar peserta didik dalam melakukan Teknik dasar dalam penggunaan pengungkaki dalam mengiring bola berkaitan erat dengan gaya mengajar yang masih bersifat instruktif. Proses belajar hanya menekankan pada perintah dan penjelasan guru tanpa memberi kesempatan siswa untuk berpartisipasi aktif. Akibatnya, motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran sepak bola menurun. Kondisi ini diperparah dengan tidak adanya pedoman atau demonstrasi gerak secara langsung yang dapat membantu mereka memahami urutan gerakan secara menyeluruh.

Adapun permasalahan lainnya adalah kurangnya keleluasaan peserta didik dalam menyesuaikan materi pelajaran dengan kemampuan dirinya. Tidak adanya peluang bagi peserta didik untuk menentukan tingkat kesulitan latihan membuat mereka kesulitan menyesuaikan diri dalam mempelajari permainan sepak bola dalam gerak dasar yang di lakukan pungkung kaki dalam mengiring bola. Sehingga seluruh peserta didik yang mengikuti pembelajaran hanya mempunyai tingkatan yang sama untuk belajar walaupun dilatarbelakangi oleh taraf kemampuan yang berbeda-beda.

Peneliti terdorong untuk melakukan penelitian di sekolah ini karena adanya potensi penerapan gaya mengajar inklusi yang dinilai mampu mengatasi keterbatasan peserta didik yang melakukan Teknik dasar pungung kaki dalam mengiring bola melalui pembelajaran. Dalam pendekatan ini, kebebasan dalam menentukan tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuannya. Di sisi lain, kartu tugas menjadi alat bantu yang efektif dalam membimbing peserta didik melalui proses yang sedang berlangsung berdasarkan pembelajaran yang di lakukan.

## METODE PENELITIAN

### A. Tujuan Operasional Penelitian

Secara operasional, penelitian ini ingin membuktikan bahwa pemberian perlakuan menggunakan gaya mengajar inklusi mampu meningkatkan skor kemampuan dalam melakukan gerak dasar pungung kaki dalam mengiring bola melalui permainan sepak bola. Dengan kata lain, diharapkan kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan tersebut lebih tinggi yang menunjukkan hasil rata – rata jika dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan.

## B. Variabel Penelitian

Penelitian ini menitikberatkan pada variabel dependen berupa penguasaan gerak dasar dalam menggiring bola memakai punggung kaki oleh peserta didik, sedangkan variabel bebasnya adalah strategi pembelajaran berbasis gaya mengajar inklusi.

## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Gaya mengajar inklusi menjadi pendekatan yang tepat untuk membantu peserta didik meningkatkan kemampuan gerak dasar pada keterampilan pungung kaki dalam mengiring bola. Gerakan ini mencakup beberapa unsur penting, yaitu berdiri, berlari, mengayun, dan menekuk. Karena itu, materi pungung kaki dalam melakukan mengiring bola dalam sepak bola dipandang sebagai bagian penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang wajib dikuasai oleh setiap peserta didik.

Melalui pembelajaran permainan sepak bola penggunaan pungung kaki dalam mengiring bola merupakan gerak dasar dalam penerapan gaya mengajar inklusi dapat membantu peserta didik belajar secara mandiri melalui panduan kartu tugas. Gaya mengajar ini memberi kebebasan bagi setiap peserta didik untuk menentukan sendiri tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuannya, sehingga mereka dapat mengikuti proses belajar tanpa merasa terbebani oleh keterbatasan.

Sebelum perlakuan diberikan, peneliti terlebih dahulu melaksanakan pre-test menggunakan instrumen Sebelum penerapan metode, kemampuan dasar menggiring bola dengan punggung kaki diukur melalui tes awal (pre-test). Berdasarkan hasil tes ini, siswa yang terbagi antara dua kelompok: memalui eksperimen berdasarkan pengelompokan yang akan menerima intervensi pembelajaran, dan kelompok kontrol yang tetap tanpa intervensi. Selanjutnya, kegiatan pembelajaran dilakukan berulang kali, di mana peserta didik memperoleh kesempatan luas untuk mempraktikkan gerak dasar menggunakan punggung kaki dengan bantuan kartu tugas. Melalui kegiatan ini, siswa tidak hanya melatih aspek psikomotorik, tetapi juga melibatkan proses berpikir kognitif selama pembelajaran berlangsung.

## D. Desain Penelitian

Metode penelitian menerapkan rancangan eksperimen dengan pembagian acak ke dalam kelompok kontrol dan eksperimen, di mana pengukuran dilakukan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) perlakuan.

**Tabel 3.1  
“pre-test and post-test randomized control group design”**

Kelompok	Post-test	Treatment	Pre-tes
® E	Y2	X	Y1
® P	Y2	_	Y1

Keterangan:

® : Random (acak)

P : kelompok pengendali (kontrol)

Y1 : hasil tes sebelum dipengaruhi oleh variabel bebas

E : kelompok experiment

X : Treatment

Y2 : hasil tes akhir

## E. Metode Penelitian

Untuk melaksanakan penelitian, peneliti memilih metode eksperimen sebagai pendekatan penelitian.

#### F. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat SMP Negeri 2 Lolayan di lapang olahraga.
2. Waktu penelitian mencakup satu bulan, dilaksanakan dua kali seminggu pada hari Selasa dan Jumat, di mana setiap pertemuan berlangsung selama dua kali 40 menit.

#### G. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Sugiyono menjelaskan bahwa populasi meliputi semua objek atau subjek dalam wilayah generalisasi yang memiliki kualitas tertentu dan dipilih peneliti untuk dianalisis sebagai dasar penarikan kesimpulan. Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lolayan, dengan jumlah total 241 peserta didik.

2. Sampel

Sebagai perwakilan dari seluruh populasi, penelitian ini menggunakan 30 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lolayan. Mereka kemudian dibagi menjadi dua kelompok yang sama besar, yakni 15 siswa pada kelompok eksperimen dan 15 siswa pada kelompok kontrol.

3. Teknik Sampling

Sesuai Sugiyono, sampel mewakili sebagian populasi yang memiliki ciri khas tertentu. Dalam penelitian ini, 30 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lolayan dijadikan sampel dan dibagi dua kelompok seimbang, 15 siswa untuk eksperimen dan 15 siswa untuk kontrol.

#### H. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian dikembangkan oleh peneliti dengan pedoman OlahragaPedia mengenai gerakan menggiring bola menggunakan punggung kaki, berupa tes untuk menilai penguasaan gerak dasar peserta dalam permainan sepak bola.

**Table 3.2 “tes kemampuan gerak dasar pada menggiring bola dengan punggung kaki dalam pada permainan sepak bola”.**

Variabe 1	Domain	Indikator	Sub Indikator	Item			Skor
				B 3	C 2	K 1	
Gerak dasar pada long pass dalam permainan sepak bola	Sikap Awal	Berdiri (Nonlokomotor)	Berdiri dengan kaki selebar bahu				
			Menghadap ke arah tujuan				
			Posisi berdiri sekitar 20 cm dari bola				
	Berlari (lokomotor)	Berlari dengan diawali langkah kecil.	Berlari dengan diawali langkah kecil.				
			Salah satu kaki menyepak bola secara perlahan				
			Dilakukan sambil berlari kecil dengan salah satu kaki tetap menyepak bola				

	Pelaksanaan		secara perlahan ke arah depan.			
Menekuk (Nonlokomotor)	Menekuk (Nonlokomotor)		Kedua lengan tetap pada posisi menekuk untuk menjaga fleksibilitas saat menggiring bola			
			Tekuk lutut untuk bagian tungkai yang digunakan untuk menggiring bola pada saat menggiring bola berlangsung			
			Mempertahankan tekukan pada lutut pada saat menyepak kecil bola ke arah depan agar jalannya bola terkontrol			
Mengayun (Nonlokomotor)	Mengayun (Nonlokomotor)		Ayunkan tungkai yang digunakan untuk menggiring secara perlahan dan konsisten ke arah bola.			
			Tungkai yang satunya menjadi penyanggah pada setiap proses menggiring bola			
			Kedua lengan diayunkan secara rileks seperti pada gerakan jogging.			
Menjinjit (Nonlokomotor)	Menjinjit (Nonlokomotor)		Saat menggiring bola, pemain memanfaatkan punggung kaki sebagai media utama untuk menuntun bola.			
			Pergelangan kaki dikunci pada saat jari-jari kaki menghadap ke bawah.			
			Pergelangan kaki tetap terkunci			

	Sikap Akhir	Berdiri (nonlokomotor)	Menahan bola dengan telapak kaki			
			Posisikan bola sedikit di depan tubuh.			
			Berdiri rileks dan tidak tegang.			
TOTAL SKOR						

Keterangan :

Nilai: **B** (baik)= 3, **C** (cukup)= 2, **K** (kurang)= 1

### I. Teknik Pengumpulan Data

Penggunaan pre-test untuk mengukur kemampuan awal gerak dasar menggiring bola dengan punggung kaki dan post-test untuk mengevaluasi dampak gaya mengajar inklusi. Peserta tes mengikuti acuan dari instrumen yang berisi langkah-langkah gerakan, diawali dengan pemanasan untuk mempersiapkan tubuh. Secara bergiliran, peserta melakukan praktik gerak dasar, mulai dari posisi berdiri kaki selebar bahu, kemudian menggiring bola sesuai urutan instrumen. Setiap individu diberikan tiga kali kesempatan agar keterampilan dapat teramat secara menyeluruh.

### J. Teknik Analisis Data

untuk menguji data dari hasil tes yang diperoleh dalam penelitian ini, maka digunakan rumus sebagai berikut:

#### 1. Uji Normalitas

Untuk menguji normalitas data, maka akan diuji dengan menggunakan “Uji Liliefors”

#### 2. Uji Homogenitas

Untuk menguji kesamaan varians data digunakan rumus Uji F sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{varians terbesar}}{\text{varians terkecil}}$$

Dalam pengujian homogenitas, saat F hitung tidak lebih besar dari F tabel pada tingkat signifikansi 0,05, H0 diterima, yang menandakan kesetaraan varians antara kelompok. F tabel sendiri dihitung berdasarkan derajat kebebasan pembilang (jumlah data terbesar dikurangi satu) dan derajat kebebasan penyebut (jumlah data terkecil dikurangi satu), sehingga penentuan homogenitas dapat dilakukan secara objektif.

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

Keterangan:

n2= jumlah sampel pada kelompok kedua

$\bar{x}_2$ = nilai rata-rata pada kumpulan data kedua

s= standar deviasi

$\bar{x}_1$ = nilai rata-rata pada kumpulan data pertama

n1= jumlah sampel pada kelompok pertama

dalam menghitung standar deviasi dapat menggunakan rumus berikut:

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

Keterangan:

S1: standar deviasi dari kelompok pertama

n1: hasil sampel pada kelompok pertama

S2: standar deviasi pada kelompok kedua.

n2: hasil sampel pada kelompok kedua

## K. Hipotesa Statistik

Hipotesa statistik uji t dengan taraf signifikansi  $\alpha=0,05$  adalah sebagai berikut:

$H_0 \mu_1 \leq \mu_2$  terima  $H_0$  jika  $t_0 \leq t_t$

$H_0 \mu_1 > \mu_2$  tolak  $H_0$  jika  $t_0 > t_t$

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kurangnya pedoman berdasarkan apa yang akan di dapat sehingga digunakan peserta didik untuk mempraktikkan gerak dasar dalam permainan sepak bola melalui pungung kaki dalam mengiring bola menjadi penyebab utama rendahnya partisipasi mereka saat pembelajaran berlangsung. Kondisi ini ditemukan peneliti melalui hasil pengamatan langsung di lapangan, yang kemudian dijadikan dasar dalam pelaksanaan penelitian. Meskipun guru telah memberikan penjelasan mengenai gerakan tersebut, peserta didik tidak memiliki panduan yang konkret dan mudah dipahami, seperti kartu tugas.

Dalam pelaksanaan praktik gerak dasar dalam permainan sepak bola melalui pungung kaki dalam mengiring bola, peserta didik belum diberikan kesempatan untuk menentukan sendiri tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuan mereka. Sehingga, peserta didik tersebut kurang antusias dan mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran. Pada dasarnya tahapan-tahapan pembelajaran seperti mempraktekan gerakan, mengamati, dan kebebassan dalam memilih tingkat kesulitan dalam pembelajaran merupakan bagian dari model pembelajaran dengan gaya mengajar Inklusi.

Penelitian ini dilakukan untuk membandingkan hasil penguasaan gerak dasar berdasarkan permainan yang dilakukan menggunakan pungung kaki dalam mengiring bola dua kelompok. Penelitian melibatkan dua kelompok, satu menerima perlakuan melalui inklusi dan satu tidak, untuk mengevaluasi apakah metode ini memberikan pengaruh yang nyata terhadap prestasi siswa.

Penelitian ini berlangsung selama satu bulan dengan frekuensi pelaksanaan dua kali setiap minggu. Dalam kegiatan tersebut digunakan berbagai perlengkapan, seperti bola, cone, peluit, kartu tugas, serta alat tulis. Tes penguasaan penggunaan pungung kaki dalam gerak dasar mengiring bola digunakan sebagai alat pengumpulan data, sementara metode eksperimen dengan desain pre-test dan post-test kelompok kontrol acak melalui apa yang menjadi pengaruh perlakuan.

Data hasil penelitian disajikan setelah proses perlakuan terhadap dua kelompok sampel selesai dilaksanakan. Kelompok eksperimen terdiri dari 15 peserta didik kelas VIII yang mendapatkan pembelajaran dengan gaya mengajar inklusi, sedangkan kelompok kontrol, juga berjumlah 15 peserta didik, tidak menerima perlakuan tersebut. Kedua kelompok ini dipilih dari populasi sebanyak 120 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Pengambilan sampel di Lolayan menggunakan metode acak murni (simple random sampling), sehingga setiap peserta memiliki peluang sama tanpa dipengaruhi prestasi akademik.

**Tabel 4.1  
Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen**

No Sampel	Pre-Test	Post-Test	Gain (Selisih)
1	3	5	2
2	3	6	3
3	3	5	2

4	3	6	3
5	4	6	2
6	4	6	2
7	4	7	3
8	5	7	3
9	5	9	4
10	5	8	3
11	6	7	1
12	6	8	2
13	6	7	1
14	6	9	3
15	7	9	2

**Tabel 4.2**  
**Data Hasil Penelitian Kelompok Kontrol**

No Sampel	Pre-Test	Post-Test	Gain (Selisih)
1	3	4	1
2	3	4	1
3	3	4	1
4	4	5	1
5	4	4	0
6	4	5	1
7	4	4	0
8	5	5	0
9	5	6	1
10	5	6	1
11	5	5	0
12	6	6	0
13	6	6	0
14	6	7	1
15	7	7	0

Untuk menghitung besaran statistik dari data-data tersebut menggunakan rumus-rumus berikut:

Rumus rata-rata :  $\bar{x} = \frac{\Sigma x}{n}$

Rumus Standar deviasi :  $Sd = \sqrt{\frac{n.\Sigma x^2 - (\Sigma x)^2}{n.(n-1)}}$

Rumus Varians : Varians =  $Sd^2$

**Tabel 4.3**  
**Besaran Statistik Data Pre-Test Kedua Kelompok**

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
$n = 15$	$n = 15$
$Sd_{x1} = 1,3452$	$Sd_{x2} = 1,2344$
$\bar{x}_1 = 4,6667$	$\bar{x}_2 = 4,6667$
$S_1^2 = 1,8095$	$S_2^2 = 1,5237$

**Tabel 4.4**  
**Gain Score Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

No Sampel	Kelompok Eksperimen ( $X_1$ )	Kelompok Kontrol ( $X_2$ )
1	2	1
2	3	1
3	2	1
4	3	1
5	2	0
6	2	1
7	3	0
8	3	0
9	4	1
10	3	1
11	1	0
12	2	0
13	1	0
14	3	1
15	2	0

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan menggunakan Microsoft Calculator, diperoleh nilai-nilai statistik yang meliputi varians (hasil kuadrat dari standar deviasi), rata – rata dari gain score, standar deviasi serta jumlah sampel kedua kelompok. Perhitungan terhadap keempat komponen tersebut dilakukan sebagai langkah awal dalam memperoleh ukuran statistik yang digunakan untuk analisis data penelitian.

Tabel 4.5

## Besaran Statistik Gain Score Kedua Kelompok

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
$n = 15$	$n = 15$
$\bar{x}_1 = 2,4$	$\bar{x}_2 = 0,5333$
$Sd_{x1} = 0,8281$	$Sd_{x2} = 0,5164$
$S_1^2 = 0,6857$	$S_2^2 = 0,2666$

**A. Analisis Data**

Sebagai tahap awal dalam proses analisis data penelitian, dilakukan perhitungan terhadap empat komponen statistik, yaitu varians (yang merupakan kuadrat dari standar deviasi), rata – rata dari gain score, standar deviasi serta jumlah sampel kedua kelompok. Hasil dari perhitungan tersebut, yang diolah menggunakan Microsoft Calculator, menjadi dasar dalam menentukan ukuran-ukuran statistik yang diperlukan untuk analisis berikutnya.

**1. Pengujian Normalitas Data Pre-Test Kelompok Eksperimen**

Untuk memastikan sampel mewakili populasi normal, penelitian ini menerapkan uji Liliefors dengan prosedur berlapis sebagai metode pengujian normalitas data.

**a. Langkah pertama :** Menentukan hipotesa pengujian

Untuk uji normalitas,  $H_0$  menegaskan bahwa sampel mengikuti distribusi normal, sementara  $H_a$  menegaskan sampel tidak mengikuti distribusi normal.

**b. Langkah kedua :** Menentukan kriteria pengujian

Taraf signifikan  $\alpha = 0,05$

Terima  $H_0$  jika  $L_o \leq L_t$

Tolak  $H_0$  jika  $L_o > L_t$

**c. Langkah ketiga :** Menghitung  $z_i$ ,  $F(z_i)$ ,  $S(z_i)$ , dan hasil dari  $F(z_i)$  dikurang  $S(z_i)$ , serta masukan ke dalam tabel.

- 1) Untuk menentukan  $z_i$ , digunakan rumus sebagai berikut:

$$z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{S_d}$$

- 2) Penentuan nilai  $F(z_i)$  dilakukan dengan mengacu pada besarnya nilai  $z_i$  yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel standar kurva normal. Tanda positif atau negatif dari  $z_i$  menjadi dasar penentuan nilai tersebut. Apabila  $z_i$  bernilai positif, maka  $F(z_i)$  diperoleh dengan rumus  $0,5 + 0,($ nilai dari tabel standar kurva normal $)$ . Sebaliknya, jika  $z_i$  bernilai negatif, maka  $F(z_i)$  dihitung menggunakan rumus  $0,5 - 0,($ nilai dari tabel standar kurva normal $)$ .
- 3) Nilai  $S(z_i)$  adalah nilai yang diperoleh dari urutan  $x_{k_1}, x_{k_2}, \dots, x_{k_n}$  yang dibagi dengan jumlah sampel ( $n$ ).
- 4) Selisih antara  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$  disebut sebagai nilai  $F(z_i) - S(z_i)$ . Nilai tertinggi dari selisih tersebut dikenal sebagai  $L$  observasi, Hasil  $L$  observasi selanjutnya dikontrasikan dengan nilai kritis pada tabel Liliefors. Untuk  $n = 15$ , jika  $L$  observasi lebih besar dari  $L$  tabel, data dikategorikan tidak normal; sebaliknya, jika lebih kecil, data termasuk berdistribusi normal.

Diketahui  $\bar{x} = 4,6667$

$$S_d = 1,3452$$

**Menghitung  $z_i$  pada uji normalitas data pre-test penguasaan gerak dasar pada menggiring bola dengan punggung kaki dalam permainan sepak bola kelompok eksperimen**

Dengan rumus :  $z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{S_d}$

$$1) z_i = \frac{3 - 4,6667}{1,3452} = -1,24 \quad 9) z_i = \frac{5 - 4,6667}{1,3452} = 0,25$$

$$2) z_i = \frac{3 - 4,6667}{1,3452} = -1,24 \quad 10) z_i = \frac{5 - 4,6667}{1,3452} = 0,25$$

$$3) z_i = \frac{3 - 4,6667}{1,3452} = -1,24 \quad 11) z_i = \frac{6 - 4,6667}{1,3452} = 0,99$$

$$4) z_i = \frac{3 - 4,6667}{1,3452} = -1,24 \quad 12) z_i = \frac{6 - 4,6667}{1,3452} = 0,99$$

$$5) z_i = \frac{4 - 4,6667}{1,3452} = -0,50 \quad 13) z_i = \frac{6 - 4,6667}{1,3452} = 0,99$$

$$6) z_i = \frac{4 - 4,6667}{1,3452} = -0,50 \quad 14) z_i = \frac{6 - 4,6667}{1,3452} = 0,99$$

$$7) z_i = \frac{4 - 4,6667}{1,3452} = -0,50 \quad 15) z_i = \frac{7 - 4,6667}{1,3452} = 1,73$$

$$8) z_i = \frac{5 - 4,6667}{1,3452} = 0,25$$

**Tabel 4.8**

**Perhitungan Uji Normalitas Data Pre-Test Penguasaan Gerak Dasar Pada Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki Dalam Permainan Sepak Bola Kelompok Eksperimen**

no	x	Z	f(z)	S(z)	F(z)-S(z)
1	3	-1,24	0,1077	0,2667	<b>0,1590</b>
2	3	-1,24	0,1077	0,2667	0,1590
3	3	-1,24	0,1077	0,2667	0,1590
4	3	-1,24	0,1077	0,2667	0,1590
5	4	-0,50	0,3101	0,4667	0,1566
6	4	-0,50	0,3101	0,4667	0,1566
7	4	-0,50	0,3101	0,4667	0,1566
8	5	0,25	0,5979	0,6667	0,0688
9	5	0,25	0,5979	0,6667	0,0688
10	5	0,25	0,5979	0,6667	0,0688
11	6	0,99	0,8392	0,9333	0,0941
12	6	0,99	0,8392	0,9333	0,0941
13	6	0,99	0,8392	0,9333	0,0941
14	6	0,99	0,8392	0,9333	0,0941
15	7	1,73	0,9586	1,0000	0,0414

**d. Langkah Keempat:** Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Setelah dihitung, L observasi tercatat 0,1590. Berdasarkan tabel Liliefors untuk  $\alpha = 0,05$  dan jumlah sampel 15, L tabel sebesar 0,220. Karena L observasi lebih kecil daripada L tabel,  $H_0$  diterima, sehingga dapat disimpulkan data sampel normal dan mewakili populasi yang berdistribusi normal.

**2. Pengujian Normalitas Data Pre Test Kelompok Kontrol**

Data sampel diuji dengan Liliefors guna memastikan distribusinya konsisten dengan distribusi normal. Proses pengujian ini dilakukan melalui beberapa tahapan analisis yang dijabarkan sebagai berikut.

**a. Langkah Pertama:** Menentukan Hipotesa Pengujian

Dalam pengujian ini, hipotesis nol mengasumsikan sampel dari populasi normal, dan hipotesis alternatif mengasumsikan sampel dari populasi yang tidak normal.

**b. Langkah Kedua:** Menentukan Kriteria Pengujian

Taraf signifikan alpha = 0,05

Terima  $H_0$  jika  $L_o \leq L_t$

Tolak  $H_0$  jika  $L_o > L_t$

**c. Langkah Ketiga:** Menghitung  $z_i$ ,  $F(z_i)$ ,  $S(z_i)$  dan selisih antara  $F(z_i) - S(z_i)$  serta masukan kedalam tabel.

- Untuk menentukan  $z_i$  digunakan rumus sebagai berikut:

$$z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{S_d}$$

- Nilai  $F(z_i)$  diperoleh berdasarkan besar kecilnya nilai  $z_i$  yang dibandingkan dengan tabel kurva normal standar. Penentuan nilai ini mempertimbangkan tanda positif atau negatif pada  $z_i$ . Apabila  $z_i$  bernilai positif, maka  $F(z_i)$  dihitung dengan rumus  $0,5 + 0,(nilai\ yang\ dikonsultasikan\ dari\ tabel\ kurva\ normal)$ . Sebaliknya, jika  $z_i$  bernilai negatif, maka  $F(z_i)$  dihitung dengan  $0,5 - 0,(nilai\ yang\ dikonsultasikan\ dari\ tabel\ kurva\ normal)$ .
- Nilai  $S(z_i)$  adalah nilai yang di peroleh dari urutan  $x_{k1}, x_{k2}, \dots, x_{kn}$  dibagi dengan jumlah sampel.

- 4) Selisih antara  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$  disebut sebagai  $F(z_i) - S(z_i)$ , di mana nilai tertinggi dari selisih tersebut dikenal sebagai L observasi. Pengujian normalitas dilakukan dengan membandingkan L observasi terhadap L tabel. Jika untuk  $n = 10$  L observasi melebihi L tabel, data dinyatakan tidak normal; sebaliknya, jika lebih rendah, data dinyatakan normal.

Diketahui :  $\bar{x}_2 = 4,6667$

$Sd_2 = 1,2344$

**Menghitung (zi) pada uji normalitas data pre-test penguasaan gerak dasar pada menggiring bola dengan punggung kaki dalam permainan sepak bola kelompok kontrol**

Dengan rumus:  $z_i = \frac{X - \bar{x}}{Sd}$

$$\begin{array}{ll} 1) z_i = \frac{3-4,6667}{1,2344} = -1,35 & 9) z_i = \frac{5-4,6667}{1,2344} = 0,27 \\ 2) z_i = \frac{3-4,6667}{1,2344} = -1,35 & 10) z_i = \frac{5-4,6667}{1,2344} = 0,27 \\ 3) z_i = \frac{3-4,6667}{1,2344} = -1,35 & 11) z_i = \frac{5-4,6667}{1,2344} = 0,27 \\ 4) z_i = \frac{4-4,6667}{1,2344} = -0,54 & 12) z_i = \frac{6-4,6667}{1,2344} = 1,08 \\ 5) z_i = \frac{4-4,6667}{1,2344} = -0,54 & 13) z_i = \frac{6-4,6667}{1,2344} = 1,08 \\ 6) z_i = \frac{4-4,6667}{1,2344} = -0,54 & 14) z_i = \frac{6-4,6667}{1,2344} = 1,08 \\ 7) z_i = \frac{4-4,6667}{1,2344} = -0,54 & 15) z_i = \frac{7-4,6667}{1,2344} = 1,89 \\ 8) z_i = \frac{5-4,6667}{1,2344} = 0,27 & \end{array}$$

**Tabel 4.9**

**Perhitungan Uji Normalitas Data Pre-Test Penguasaan Gerak Dasar Pada Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki Dalam Permainan Sepak Bola Kelompok Kontrol**

no	x	Z	S(z)	f(z)	$ F(z) - S(z) $
1	3	-1,35	0,2000	0,0885	0,1115
2	3	-1,35	0,2000	0,0885	0,1115
3	3	-1,35	0,2000	0,0885	0,1115
4	4	-0,54	0,4667	0,2946	<b>0,1721</b>
5	4	-0,54	0,4667	0,2946	0,1721
6	4	-0,54	0,4667	0,2946	0,1721
7	4	-0,54	0,4667	0,2946	0,1721
8	5	0,27	0,7333	0,6064	0,1269
9	5	0,27	0,7333	0,6064	0,1269
10	5	0,27	0,7333	0,6064	0,1269
11	5	0,27	0,7333	0,6064	0,1269
12	6	1,08	0,9333	0,8600	0,0734
13	6	1,08	0,9333	0,8600	0,0734
14	6	1,08	0,9333	0,8600	0,0734
15	7	1,89	1,0000	0,9706	0,0294

**d. Langkah Keempat:** Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Perbedaan antara nilai  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$  menghasilkan  $F(z_i) - S(z_i)$ , di mana nilai tertinggi dari hasil tersebut disebut L observasi. Nilai ini digunakan untuk dibandingkan dengan L tabel pada uji Liliefors. Apabila L observasi pada jumlah

sampel  $n = 10$  melebihi  $L$  tabel, maka data dikategorikan tidak berdistribusi normal. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika  $L$  observasi tidak melebihi nilai  $L$  tabel.

### 3. Pengujian Homogenitas Varians

Pengujian yang bertujuan untuk mengetahui berdasarkan pengujian homogenitas apakah varians dari populasi yang digunakan dalam penelitian memiliki kesamaan atau tidak. Proses ini melalui pengujian yang dilakukan perbandingan varians terkecil dan varians untuk menentukan tingkat homogenitas populasi. Untuk menentukan apakah varians populasi dari sampel seragam, digunakan persamaan berikut.

$$F = \frac{\text{Varians besar}}{\text{Varians kecil}}$$

Pengujian untuk memastikan varians bersifat homogen dilaksanakan melalui serangkaian langkah berikut.:

- a. **Langkah pertama :** Menentukan hipotesa pengujian

$H_A$  : Varians tidak homogen ( $S_{12}^2 \neq S_{22}^2$ )

$H_0$  : Varians homogen ( $S_1^2 = S_2^2$ )

- b. **Langkah kedua :** Menentukan kriteria pengujian

Terima  $H_0$  : jika  $F_o \leq F_t (\alpha = 0,05; dk 14/14)$

Tolak  $H_0$  : jika  $F_o > F_t (\alpha = 0,05; dk 14/14)$

- c. **Langkah ketiga :** Menghitung  $F$  observasi dengan rumus.

Diketahui :

$$S_{d_x1} = 1,3452$$

$$S_1^2 = 1,8095$$

$$S_{d_x2} = 1,2344$$

$$S_2^2 = 1,5237$$

$$F = \frac{\text{Varians besar}}{\text{Varians kecil}}$$

$$F = \frac{1,8095}{1,5237}$$

$$F = 1,1875$$

- d. **Langkah keempat :** Menyimpulkan hasil penelitian

Perhitungan  $F$  observasi mencapai 1,1875, sedangkan  $F$  tabel dengan  $\alpha = 0,05$  dan derajat kebebasan 14 untuk pembilang dan penyebut adalah 2,48. Karena  $F_o$  lebih rendah dari  $F_t$ , hipotesis nol diterima, menyatakan varians populasi sampel homogen. Selain itu, pengujian normalitas dan homogenitas menegaskan bahwa data siap untuk dianalisis menggunakan statistik parametrik.

### B.Pengujian Hipotesa Penelitian

Penghitungan menunjukkan  $F$  observasi 1,1875. Mengacu pada tabel  $F$  pada  $\alpha = 0,05$  dengan 14 dk untuk pembilang dan penyebut,  $F$  tabel adalah 2,48.  $F$  observasi yang lebih kecil dari  $F$  tabel mengindikasikan varians kedua populasi homogen dan  $H_0$  diterima. Kondisi homogen ini memungkinkan peneliti melanjutkan analisis menggunakan uji t, dengan rumus yang akan ditunjukkan berikut.

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

Untuk mendapatkan  $S$  pada rumus di atas, maka digunakan rumus:

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

Langkah-langkah pengujian hipotesa penelitian adalah sebagai berikut:

- a. **Langkah pertama :** Menentukan hipotesa pengujian

$H_0$ : Pemberian perlakuan berupa gaya mengajar inklusi tidak menunjukkan adanya perubahan terhadap tingkat penguasaan gerak dasar menggiring bola dengan punggung kaki pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lolayan.

$H_a$ : Perlakuan dengan menggunakan gaya mengajar inklusi menunjukkan adanya perubahan yang signifikan terhadap tingkat penguasaan gerak dasar menggiring bola dengan punggung kaki pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lolayan.

Hipotesa statistiknya adalah:

$$H_0 = \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_A = \mu_1 > \mu_2$$

**b. Langkah kedua :** Menentukan kriteria pengujian

Terima  $H_0$  jika  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  ( $\alpha = 0,05$ ;  $dk = n_1+n_2 - 2$ ) artinya tidak ada pengaruh dan tolak  $H_0$  jika  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $\alpha = 0,05$ ;  $dk = n_1+n_2 - 2$ ) artinya ada pengaruh yang signifikan.

**c. Langkah ketiga :** Memasukan besaran statistik ke dalam rumus

Langkah awal sebelum menguji hipotesis dengan uji t adalah menghitung standar deviasi gabungan (S) untuk kedua kelompok sampel.

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

$$S^2 = \frac{(15-1)0,6857 + (15-1)0,2666}{(15+15-2)}$$

$$S^2 = \frac{(14 \times 0,6875) + (14 \times 0,2666)}{(15+15-2)}$$

$$S^2 = \frac{9,625 + 3,7324}{28}$$

$$S^2 = \frac{13,3574}{28}$$

$$S^2 = 0,4770$$

$$S = \sqrt{0,4770} = 0,6906$$

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\left(\frac{1}{n_1}\right) + \left(\frac{1}{n_2}\right)}}$$

$$t = \frac{2,4 - 0,5333}{0,6906 \sqrt{\left(\frac{1}{15}\right) + \left(\frac{1}{15}\right)}}$$

$$t = \frac{1,8667}{0,6906 \sqrt{0,0666 + 0,0666}}$$

$$t = \frac{1,8667}{0,6906 \sqrt{0,1332}}$$

$$t = \frac{1,8667}{0,6906 \times 0,3649}$$

$$t = \frac{1,8667}{0,2519}$$

$$t = 7,4104$$

**d. Langkah keempat :** Menyimpulkan hasil perhitungan

Dapat disimpulkan bahwa penggunaan gaya inklusi berdasarkan pengajaran yang di lakukan dalam pembelajaran dapat berpengaruh nyata terhadap kemampuan menggiring bola dengan punggung kaki. Analisis statistik menunjukkan nilai thitung 7,4104 melebihi ttabel 2,0484

pada  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kebebasan 28. Keputusan uji menolak  $H_0$  dan menerima  $H_a$ , yang berarti rata-rata penguasaan gerak dasar pada kelompok control yang masih kurang karena kelompok eksperimen lebih baik.

#### D.Pembahasan Hasil Penelitian

Perlakuan melalui gaya mengajar inklusi terbukti memberikan hasil yang lebih baik terhadap kemampuan penggunaan punggung kaki dalam mengiring bola. Hal ini ditunjukkan oleh skor rata-rata kelompok eksperimen sebesar 2,4 dengan standar deviasi 0,8281, Skor rata-rata pada kelompok eksperimen adalah 2,4 dengan standar deviasi 0,8281, sementara kelompok kontrol hanya mencapai rata-rata 0,5333 dengan deviasi 0,5164. Perbedaan ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen secara signifikan lebih unggul dibandingkan kelompok kontrol. Sebelumnya telah diuraikan tentang gaya mengajar Inklusi. Berdasarkan teori dan pandangan yang telah dibahas, peneliti mempunyai suatu kesimpulan bahwa gaya mengajar Inklusi membawa dalam partisipasi pembelajaran yang aktif melalui proses yang dilakukan peserta didik. Aktif berarti peserta didik memiliki kesempatan untuk belajar atau berpartisipasi dalam kegiatan kognitif, seperti mendengarkan penjelasan guru di awal pertemuan dan mempelajari bagian-bagian gerak melalui kartu tugas, serta dapat menyesuaikan tingkat kesulitan dalam belajar sesuai dengan kemampuannya.

Kartu tugas merupakan lembaran yang di dalamnya terdapat petunjuk yang berupa langkah-langkah melakukan suatu gerakan, dan kriteria yang diharapkan. Ini dapat membantu peserta didik untuk mengerti konsep gerak dan dapat mempraktekannya. Selain itu, dengan adanya kartu tugas memberi petunjuk melakukan gerakan yang ada di dalamnya dan memberi peluang untuk mengoreksi gerakan yang dilakukan dan memperbaikinya secara mandiri terhadap peserta didik. Tahapan-tahapan ini perlu untuk terus diawasi oleh guru agar proses pembelajarannya lebih tertib dan terarah.

Gaya mengajar Inklusi memberi kebebasan bagi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran gerak dengan memilih tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuannya, termasuk pembentukan pemahaman dan memperoleh pengetahuan, memiliki kesempatan untuk mempraktekan gerakan, memperhatikan dan mengamati kartu tugas, dan kesempatan untuk meningkatkan gerakannya secara mandiri. Dengan cara ini, peserta didik dapat meningkatkan kemampuannya secara keseluruhan dengan rasa antusias tinggi.

Dengan metode pembelajaran inklusi, peserta didik dapat lebih leluasa mempelajari gerak dasar sepak bola menggunakan punggung kaki dalam mengiring bola. Mereka tidak hanya belajar melalui contoh guru, tetapi juga dapat mengikuti urutan gerakan yang tercantum pada kartu tugas, sehingga penguasaan keterampilan gerak dasar menjadi lebih optimal.

Metode inklusi memberikan ruang bagi peserta didik untuk lebih mudah memahami gerak dasar mengiring bola dengan punggung kaki. Pembelajaran dilakukan melalui demonstrasi guru dan panduan kartu tugas, sehingga keterampilan gerak dasar dapat dikuasai dengan menyeluruh..

#### KESIMPULAN

Berdasarkan inklusi dalam memberikan kebebasan bagi peserta didik untuk mempelajari gerak dasar mengiring bola dengan punggung kaki. Pembelajaran tidak hanya melalui contoh guru, tetapi juga melalui urutan gerakan pada kartu tugas, sehingga keterampilan gerak dasar dapat berkembang dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ateng. Dimensi pembelajaran pendidikan jasmani & olahraga. Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Malang,2006.
- OlahragaPedia. 3 Teknik Menggiring Bola dalam Sepak Bola Beserta Gambarnya - OlahragaPedia.com. Diakses pada 8 Oktober 2024.

Pendidikan Jasmani. [Gaya Inklusi \(Inclusion Style-E\) – PENDIDIKAN JASMANI](#). Diakses pada 8 Oktober 2024

Roni Awang. Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Komando Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki Pada Permainan Sepak Bola Siswa SMP Negeri 6 Kotamobagu. [Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Unima](#). Tondano. 2024.

Sahabul. [909-Article Text-1654-1-10-20200409.pdf](#). Diakses pada 8 Oktober 2024.

Sandika Adhis, Imam Mahfud. Penerapan Model Latihan Daya Tahan Kardiovaskuler With The Ball Permainan Sepak Bola SSB BU Pratama. [Journal Of Physical Education](#). Lampung, 2021.

Sudjana. [Metode Statistika](#). Tarsito, Bandung, 1984.

Sugiyono, [Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D](#). Alfabeta. Bandung, 2013.