

## PENGARUH METODE MENGAJAR KOMANDO TERHADAP GERAK DASAR SEPAK SILA

### THE INFLUENCE OF COMMAND TEACHING METHODS ON THE BASIC MOTION OF SILA

<sup>1</sup>Muhammad Harun, <sup>2</sup>Mesak Rambitan, <sup>3</sup>Tony Pandaleke

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Correspondence Author: Mesak Rambitan; [mesakrambitan@unima.ac.id](mailto:mesakrambitan@unima.ac.id)

Article Received: 10 September 2020; Accepted: 19 November 2020; Published: 30 Desember 2020

### ABSTRAK

Masalah yang ada dalam penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh metode mengajar komando terhadap peningkatan keterampilan gerakan dasar sepak sila mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Manado (Unima). Metode yang digunakan yaitu metode eksperimen dengan penerapan metode komando. Hasil penelitian memperlihatkan pada tes akhir penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak sila kelompok eksperimen yang diajari dengan metode komando mendapat jumlah skor sebesar 232 dan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan mendapat jumlah skor sebesar 158. Hasil analisis didapat  $t_{\text{observasi}} = 5,067$  dan  $t_{\text{tabel}}$  didapat dari  $dk_{n_1 + n_2 - 2} = 10 + 10 - 2 = 18$  dan  $\alpha = 0,05$  yaitu  $t_{\text{hitung}} = 5,067 > t_{\text{tabel}} = 2,101$  dan hasil analisis pun memperlihatkan  $H_0$  ditolak dan menerima  $H_a$ . Melihat uraian data dari atas maka dapat disimpulkan menerapkan metode komando dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan gerakan dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima.

**Kata Kunci:** *Gaya mengajar umpan balik langsung, Menggiring bola*

*The problem in this study is whether there is an influence of command teaching methods on improving basic movement skills of football students of Health and Recreation Physical Education (PJKR) Faculty of Sports Sciences (FIK) Manado State University (Unima). The method used is the experimental method with the application of the command method. The results of the study showed at the end of the test mastery of basic movement skills of the experiment group taught with the command method got a score of 232 and the control group that did not get treatment got a total score of 158. The analysis results were obtained  $t_{\text{observation}} = 5,067$  and  $t_{\text{tables}}$  obtained from  $dk_{n_1 + n_2 - 2} = 10 + 10 - 2 = 18$  and  $\alpha = 0.05$  which is  $t_{\text{hitung}} = 5,067 > t_{\text{tabel}} = 2,101$  and the analysis showed  $H_0$  rejected and received  $H_a$ . Looking at the description of the data from above, it can be concluded that applying the command method can give a driver to the improvement of the basic movement of football syllabus of health and recreation physical education students FIK Unima.*

**Keywords:** *Style of teaching direct feedback, Dribbling*

### Introduction

Pendidikan merupakan suatu system untuk mengubah sikap atau perilaku peserta didik melalui suatu system pengajaran.. Dalam pendidikan terdapat berbagai macam cabang ilmu pengetahuan, salah satunya Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Mardi, 2018). Pendidikan jasmani yaitu dalam mencapai tujuannya harus melalui proses pendidikan yaitu tentang aktivitas jasmani, olahraga, dan permainan (Mahendra, 2004).

Gaya mengajar komandan yaitu metode mengajar yang semuanya bergantung sama guru. Cerdas dalam penampilan merupakan tujuannya. Dalam segala hal tentang belajar mengajar guru harus menyiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan dan juga harus mempunyai tanggung jawab dan inisiatif dalam mengawasi berapa besar siswanya dalam berkembang. Biasanya teknik baku dilakukan pertama kali dalam metode ini dan selanjutnya secara berulang kali siswa mengikutinya dan mencontohnya. Menurut tujuan yang sudah ada diterapkan evaluasi

juga harus dilakukan. Semua siswa diajari atau dibimbing pada satu tujuan yang sama. Bukti bahwa metode mengajar komando ini efektif yaitu siswa dengan mudah bisa mengerti dan memahami ilmu yang diajarkan, dan seharusnya itulah yang diharapkan dalam peranan sebagai seorang guru, dan semua hal yang menunjang dan efisien dalam proses pembelajaran harus disiapkan oleh seorang guru (Ubay, 2011).

Yang sangat dasar peranannya dalam sepak takraw sebagai salah satu teknik dasarnya yaitu sepak sila, terutama bila mendapat servis yang berasal dari lawan maka seorang tekong harus bisa mengontrol bola takraw untuk mengoper bola pada teman regu untuk melakukan smash. Sepak sila juga fungsinya bukan hanya mendapatkan lalu mengoper bola takraw kepada teman satu regu tapi sepak sila juga bisa dijadikan sebagai awal melakukan serangan saat mendapat bola service dari lawan (olahragamo.com).

Gerak dasar yang dikatakan Amung Ma'mun dan Yudha Saputra yaitu dalam peningkatan kualitas hidup gerakan ini biasa dilakukan oleh seorang anak. Pembagian gerak dasar itu ada tiga pertama lokomotor, nonlokomotor, dan gerakan manipulative (Amung Ma'mun, 2000).

Melihat uraian latar belakang secara umum dari masalah di atas maka dari itu pembatasan penelitian adalah penggunaan metode mengajar komando terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima. Perumusannya yaitu terdapat pengaruh metode mengajar komando terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima. Tujuan penelitiannya adalah mengetahui berapa besarnya pengaruh metode mengajar komando terhadap peningkatan gerakan dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

## **Method**

Metode eksperimen yang merupakan bagian dari penelitian kuantitatif merupakan metode yang digunakan di dalam penelitian ini, dimana dalam penelitian eksperimen terlebih dahulu akan diadakan post test kemudian ada perlakuan atau treatment dan terakhir dilakukan pre test (Sugiyono, 2015). Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK Unima angkatan 2017 yang jumlahnya 80 orang mahasiswa merupakan populasi dalam penelitian ini, hanya 20 orang mahasiswa yang telah terpilih menjadi sampel penelitian yang kemudian dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari jumlah sampel sebanyak 20 mahasiswa tersebut pengambilannya yaitu secara acak (*simple random sampling*) pengambilannya sederhana karena penentuan sampel dari populasinya tidak perlu mempertimbangkan strata dalam populasi. (Sugiyono, 2015) dengan cara pengundian yang berupa kertas yang dilipat yang sebagian diisi angka dan sebagian lagi dibiarkan kosong, undian tersebut diberi angka yang berbeda yakni 1-20, dari 20 Mahasiswa yang akan memperoleh angka 1-10 dijadikan sampel penelitian kelompok eksperimen dan mahasiswa yang memperoleh angka 11-20 dijadikan sampel penelitian kelompok kontrol. *Pre-test* dan *post-test randomized control grup design* merupakan desain yang dipergunakan di dalam penelitian ini (Razavieh, 2011). Kemudian berikutnya uji t yang akan dipergunakan dalam analisis data penelitian ini yang sesuai taraf nyata observasinya adalah 0,05.

## Discussion

Tujuan didalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui berapa besarnya pengaruh metode mengajar komando terhadap peningkatan gerak dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima. Penelitian ini dilakukan di lapangan jurusan Pendidikan jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK Unima. 20 orang mahasiswa merupakan jumlah sampel penelitian. Implikasi penggunaan gaya mengajar komando yaitu dalam suatu soal pokok pembahasan itu umumnya yang digunakan satu model dan baku sebagai suatu standar penampilannya, dipahami dalam tampilan yang caranya mencontoh agar individu tidak berbedah, materinya disusun bagian per bagian yang secara terstruktur dipraktekkan beberapa kali agar dapat menguasai gerakannya dan selanjutnya pada bagian berikut (Syahrudin, 2016). Gerakan dasar sepak sila yang diteliti yaitu melakukan gerakan mulai dari awalan, pelaksanaan hingga sikap akhir, sepak sila dilakukan dengan mengontrol bola takraw yang fungsinya untuk mendapat dan mengontrol bola dengan menggunakan kaki dibagian dalam (Suprayitno, 2018).

Sebelum kelompok eksperimen mendapat kan *treatment*. Masing- masing kelompok terlebih dahulu dilakukan tes awal atau pre tes yaitu tanpa diajari dengan metode mengajar komando. Kemudian pada tahap *treatment* kelompok eksperimen diajari dengan metode mengajar komando sedangkan kelompok kontrol tanpa perlakuan. Setelah itu akan diadakan tes akhir atau post tes untuk kedua kelompok (Anggoro, 2010). Sasaran gaya komando dalam penelitian yaitu arahan yang sudah dicontohkan bisa direspon secara langsung, keseragaman dalam berpenampilan dan dihubungkan, gaya yang sudah ada harus dituruti, menciptaka gaya, respek yang cepat. Adapun dalam gaya komando tentang keputusan adalah sbb: pada pra pertemuan, dalam pertemua, dan pasca pertemuan semuanya tergantung Keputusan Guru (KG) (Santoso, 2018). Dan berikut akan dipaparkan data dalam hasil peneltian yaitu sbb:

## Data Hasil Penelitian Kelompok Kontrol

Pada Tabel 1. dibawah akan diperlihatkan data statisti hasil peneltian kelompok kontrol pre tes dan post tes penguasaan gerakan dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima yang tidak mendapatkan perlakuan.

Tabel 1. Deskriptif Data Hasil Penelitian Kelompok Kontrol

Statistik	Pre-test	Post-test
Jumlah ( $\Sigma$ )	148	158
Rata rata ( $\bar{X}_2$ )	14,8	15,8
Standar Deviasi ( $Sd_2$ )	4,022	3,794
Varians ( $S_2^2$ )	16,177	14,4
Skor Max	21	22
Skor Min	9	11

Berdasarkan pada Tabel 1. Deskriptif data hasil penelitian kelompok kontrol menunjukkan data rata rata pre tes dan post tes hanya mengalami sedikit peningkatan yaitu rata rata pre tes 14,8 dan rata rata post tes 15,8. Hal yang sama juga ditunjukkan dalam skor maksimal dan skor minimalnya hanya mengalami sedikit peningkatan. Lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel.1 deskriptif data hasil penelitian kelompok kontrol.

## Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen

Pemaparan dalam tabel.2 berikut ini adalah data statistic hasil peneltian kelompok eksperimen pre tes dan post tes penguasaan ketrampilan gerak dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima sebelum dan sesudah diajari dengan metode mengajar komando.

**Tabel 2. Deskriptif Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen**

Statistik	Pre tes	Post tes
Jumlah ( $\Sigma$ )	176	232
Rata-Rata ( $\bar{X}_1$ )	17,6	23,2
Standar Deviasi ( $Sd_1$ )	5,059	2,573
Varians ( $S_1^2$ )	25,6	6,622
Skor Max	25	27
Skor Min	9	19

Berdasarkan pada Tabel 2. Deskriptif data hasil penelitian kelompok eksperimen menunjukkan data rata rata pre tes dan post tes hanya mengalami peningkatan yang signifikan yaitu *pre-test* rata ratanya 17,6 dan *post-test* rata ratanya 23,2. Hal yang sama juga ditunjukkan dalam skor maksimal yang lumayan tinggi dan peningkatan pada skor minimalnya juga sangat signifikan. Lebih jelasnya bisa dilihat di Tabel 2. deskriptif data hasil penelitian kelompok eksperimen.

Dalam Tabel 3. berikut memperlihatkan selisih data *pre-test* dan *post-test* atau biasa disebut *gains score* gearakn dasar sepak sila mahasiswa yang diajar dengan metode komando dan yang tidak diberikan perlakuan.

**Tabel 3. Gains Score Penguasaan Keterampilan Gerak Dasar Sepak Sila Kelompok Kontrol Dan Eksperimen**

Statistik	Kontrol	Eksperimen
Subyek	10	10
Jumlah	10	56
Rata-Rata	1	5,6
Standar Deviasi	0,667	2,796
Varians	0,444	7,822
Skor Max	2	10
Skor Min	0	1

Dalam Tabel 3. *Gains Score* Penguasaan Keterampilan Gerakan Dasar Sepak Sila Kelompok Kontrol Dan Eksperimen, menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen yang diajari dengan metode mengajar komando mempunyai jumlah skor sangat tinggi perbandingannya dengan kelompok tanpa perlakuan yaitu kelompok kontrol, begitu pula pada rata rata ,standar deviasi, *varians*, skor maksimal dan skor minimalnya. Dan untuk data yang lebih jelasnya bisa dilihat pada Tabel 3. *Gains Score* Penguasaan Keterampilan Gerak Dasar Sepak Sila Kelompok Kontrol Dan Eksperimen.

### Uji Hipotesis Penelitian (Uji t)

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini yaitu penerapan metodemengajar komando dapat memberi pengaruh kepada peningkatan keterampilan gerakan dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima di Tondano. Dalam pengujian hipotesis yaitu melihat perbandingan skor rata rata penguasaan keterampilan gerak dasar sepak sila kelompok eksperimen yang diajari dengan metode komando dan kelompok kontrol dalam penguasaan keterampilan gerak dasar sepak sila yang tidak diberikan perlakuan, maka rumus yang sesuai adalah karena untuk *varians* yang sama yang digunakan yaitu uji t berikut ini:

Langkah pertama: penentuan uji hipotetsis

$H_0$  : skor rata rata penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak sila yang diajari dengan metode komando kelompok eksperimen lebi renda dari pada skor rata rata penguasaan keterampilan gerakn dasar sepak sila kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

$H_a$  : skor rata rata penguasaanketerampilan gerakan dasar sepak sila kelompok eksperimen yang diajari dengan metode komando lebi tertinggi dari skor rata rata penguasaan ketrampilan gerakan dasar sepak sila kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

Hipotesis statistik:

$$H_0 : \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 > \mu_2$$

Langkah kedua: Penentuan kriteria uji nya

Kriteria pengujian:

Terima  $H_0$  jika :  $t_{hitung} \leq t_{tabel} (\alpha = 0,05 ; dk = n_1 + n_2 - 2 )$

Tolak  $H_0$  jika :  $t_{hitung} > t_{tabel} (\alpha = 0,05 ; dk = n_1 + n_2 - 2 )$

Langka ketiga : Pemasukan rumus kedalam besaran statitik

Dalam uji t sebelum rumus dimasukkan, standar deviasi gabungannya (S) dihitung lebih dulu

Langka keempat: hasil hitungannya disimpulkan.

$t_{hitung}$  yang didapatkan dalam pengujian hipotesa penelitian ini yaitu sebesar 5,067. menurut tabel distribusi t yang sudah ada  $\alpha = 0,05$  dengan  $dk = n_1 + n_2 - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$ , dari hasil itu diperoleh  $t_{tabel} = 2,101$ . Jadi  $t_{hitung} = 5,067 > t_{tabel} = 2,101$ . Menurut kriteria pengujiannya jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka dari itu  $H_0$  ditolak dan artinya  $H_a$  diterima. Melihat uraian data dari atas maka dari itu kesimpulannya yaitu rata rata skor penguasaan kerampilan gerakan dasar sepak sila kelompok eksperimen yang diajari dengan metode komando lebi tinggi jika dibandingkan dengan rata rata skor penguasaan keterampilan gerakan dsar sepak sila kelompok kontrol yang diberikan perlakuan.

Dalam menguasai gerakan dasar sepak sila kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mempunyai perbedaan setelah hasil akhir, kelompok eksperimen yang diajari dengan metode komando lebih tinggi penguasannya dibandingkan dengan kelompok kontrol dalam penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak sila yang tidak diberikan perlakuan, dan ini terlihat jelas pada tes akhir dimana jumlah skor yang diperoleh kelompok eksperimen dalam penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak sila yaitu sebesar 232 dengan skor makasimal yaitu 27 sedangkan jumlah skor yang didapatkan oleh kelompok kontrol pada tes akhir yaitu sebesar 158 dengan skor maksimal 22.

Berikut akan diuraikan hasil perhitungan uji hipotesis dalam penelitian ini didaptkan  $t_{hitung}$  sebesar 5,067. Dalam tabel distribusi t pada  $\alpha = 0,05$  dengan  $dk = n_1 + n_2 - 2 = 10 + 10 = 18$ , dan didapatkan  $t_{tabel} = 2,101$ . Menurut dengan kriteria pengujiannya jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak yang artinya  $H_a$  diterima. Melihat uraian data di atas maka dalam penelitian ini ditarik kesimpulan kelompok eksperimen dalam penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak sila yang diajari dengan metode komando lebih tinggi jika dibandingkan penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak sila kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

Dari hasil pembahasan penelitian tersebut menunjukkan bahwa untuk meningkatkan penguasaan keterampilan gerakan dasar sepak silapada mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi metode mengajar komando sangat baik untuk diterapkan dalam proses belajar mengajar khususnya pada materi sepak sila didalam permainan sepak takraw. Karena sudah terlihat dalam hasil penelitian ini yang melibatkan dua kelompok penelitian yaitu

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam peningkatan penguasaan gerakan dasar sepak sila kelompok eksperimen diajari dengan metode komando 2 kali dalam seminggu dalam waktu satu bulan dan pada kelompok kontrol alam penguasaan gerakan dasar sepak sila tidak diberikan perlakuan, dan adapun hasil dalam penelitian didapatkan kelompok eksperimen yang ajari dengan metode komando lebi tinggi penguasaanya dalam gerakan dasar sepak sila dari pada penguasaan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

## **Conclusion**

Berdasarkan dari pembahasan data hasil penelitian di atas maka kesimpulan hasil dalam penelitian ini yaitu penerapan metode mengajar komando memberikan pengaruh untuk meningkatkan gerakan dasar sepak sila mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK Unima di Tondano.

## **References**

- Amung Ma'mun, Y.M. (2000). perkembangan gerakan dan belajar gerak, Jakarta.
- Anggoro, F.D.(2010). Skripsi.Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Komando Dan Gaya Mengajar Eksplorasi Terhadap Kemampuan Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas X SMA Negeri 8 Surakarta Tahun Peajaran 2009/2010, 47.
- Mahendra. (2004). Asas Dan Falsafah Pendidikan Jasmani, Jakarta.
- Mardi, Y. (2018). Skripsi.Pengaruh Penerapan Metode Mengajar Latihan Terhadap Keterampilan Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Mahasiswa Prodi Penjas Fik Unima,1.
- Olahragamo.com.(t.thn.). dipetik july Sunday,2021, dari olahraga.com : olahraga.com.
- Razavieh, D. A. (2011). Pengantar Penelitian Dalam Pendidikan. Yogyakarta: terjemahan Arief Furchan, Pustaka Pelajar.
- Santoso, M. T. (2018). Skripsi. Gaya Mengajar Guru Pjok Menurut Moston Dengan Gaya Komando Dan Inklusi Pada Kelas Atas Gugus IV, 15.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan, Bandung: Anggota Ikatan Penenrbit Indonesia (IKAPI).
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan. Dalam Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan (120). Bandung: Alfabeta Bandung.
- Suprayitno. (2018). Hasil Belajar sepak sila permainan sepak takraw. Jurnal ilmu keolahragaan Unimed, 61.
- Syahrudin. (2016). Pengaruh gaya mengajar latihan dan gaya mengaajar komando terhadap keterampilan pasing atas bola voli. Jurnal Pedagogik keolahragaan, 20.
- Ubay. (2021). Dipetik july Sunday, 2021 dari <http://ubay-thereds.blogspot.com/2011/04gayamengajar.penjas.html>.