

**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP
KETERAMPILAN GERAK DASAR MENENDANG BOLA MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA KELAS VIII SMP
BEREA TONDANO**

¹Arianto Ezra Daullu, ²Achmad Paturusi, ³Yuliana Saatu

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia Email:
¹ezradaullu@gmail.com, ²achmadpaturusi@unima.ac.id, ³julianasattu@unima.ac.id

Diterima: 7 Mey 2024 Direvisi :17 Mey 2024 Disetujui : 1 Juni 2024

Abstrak

Dalam gaya mengajar latihan siswa diberikan waktu untuk melaksanakan tugas secara perorangan, dan guru bertanggung jawab menentukan tujuan pengajaran, memilih aktivitas dan menetapkan tata urut kegiatan untuk mencapai tujuan pengajaran. Dari hasil observasi penulis pada saat pembelajaran penjas di SMP Berea Tondano, ternyata penguasaan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepakbola pada siswa masih relatif rendah, terlihat mulai dari cara menggiring, menendang hingga menyepak bola siswa belum bisa melakukan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam dengan benar serta siswa kesulitan menangkap materi yang di berikan oleh guru penjas. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dan Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada rancangan eksperimen dengan menggunakan *randomized control group pre-test and post test design*. Dalam penelitian ini hasil analisis statistik dengan menggunakan statistik uji t, diperoleh t_{hitung} senilai 3.32. Berdasarkan tabel distribusi t pada α 0,05 dengan derajat kebebasan $n_1 + n_2 - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$ maka diperoleh t_{tabel} senilai 2.101. Jadi t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , yaitu $t_{hitung} = 3.32 > t_{tabel} = 2.101$. Berdasarkan kriteria pengujian jika t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} > t_{tabel}$) maka H_0 ditolak yang berarti H_A diterima. Hasil analisis tersebut membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari kedua kelompok.

Kata Kunci: Gaya Mengajar Latihan. Menendang Bola

THE EFFECT OF THE APPLICATION OF THE PRACTICE STYLE ON THE BASIC MOVEMENT
SKILLS OF KICKING THE BALL USING THE INNER FOOT IN THE SOCCER GAME OF
GRADE VIII STUDENTS OF BERA TONDANO JUNIOR HIGH SCHOOL

Abstract

In the practice teaching style, students are given time to carry out individual tasks, and the teacher is responsible for determining teaching objectives, selecting activities and determining the sequence of activities to achieve teaching objectives. From the results of the author's observations during physical education lessons at Berea Tondano Middle School, it turns out that students' mastery of the basic movements of kicking the ball with the inside of the foot in the game of soccer is still relatively low, it can be seen from dribbling, kicking to kicking the ball that students are not yet able to perform the basic movements of kicking the ball with the inside of the foot correctly and students have difficulty grasping the material given by the physical education teacher. The method used in this research is an experimental method and the research design used in this research refers to an experimental design using a randomized control group pre-test and post test design. In this research, the results of statistical analysis using the t test statistic, obtained a tcount of 3.32. Based on the t distribution table at α 0.05 with degrees of freedom $n_1 + n_2 - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$, we get ttable worth 2,101. So tcount is greater than ttable, namely tcount = 3.32 > ttable = 2,101. Based on the test criteria, if tcount is greater than ttable ($tcount > ttable$) then H_0 is rejected, which means H_A is accepted. The results of this analysis prove that there are significant differences between the two groups.

Keywords: Practice Style. Kicking the ball

Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan bertujuan untuk menghasilkan kemajuan fisik dan mental, meningkatkan keterampilan motorik, mendorong kesadaran akan pentingnya beraktivitas fisik, dan menyediakan waktu untuk bersantai. Ini adalah bagian penting dari pendidikan secara keseluruhan dan merupakan sarana untuk mencapai tujuan pendidikan secara luas. Menurut Andang Suherman, pendidikan tubuh adalah bagian tak terpisahkan dari kurikulum pendidikan yang memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan tubuh diartikan sebagai pembelajaran tentang gerakan dan pembelajaran melalui gerakan yang harus dilakukan sesuai dengan prinsip-prinsipnya.

Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah mengikuti kurikulum yang disesuaikan dengan tingkat pendidikan, yang mencakup berbagai aktivitas, salah satunya adalah pembelajaran sepak bola. Tujuan dari program pembelajaran sepak bola adalah memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan potensi mereka dalam berbagai aspek, seperti fisik, mental, sosial, emosional, dan moral, termasuk keterampilan. Untuk mencapai tujuan program pembelajaran tersebut, terutama dalam hal mengajarkan teknik dasar menggiring bola, guru pendidikan jasmani harus mampu menggunakan berbagai strategi, metode, dan gaya mengajar yang bertujuan untuk menginspirasi dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan efisien. Prinsip dasar dari lingkungan belajar ini melibatkan interaksi timbal balik antara guru dan siswa, yang berlaku untuk semua bidang pembelajaran, khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Dengan tercapainya lingkungan belajar yang baik, tujuan pembelajaran khususnya dalam hal menguasai keterampilan dasar menggiring bola dapat terwujud.

Dalam konteks proses pengajaran dan pembelajaran, terdapat beragam metode atau gaya mengajar yang dapat diterapkan, seperti metode demonstrasi, metode partisipasi, dan metode menyeluruh, serta gaya latihan, gaya komando, dan gaya resiprokal. Guru sering menggunakan berbagai metode ini dalam mengajar pendidikan jasmani. Meskipun belum ada metode yang secara khusus dirancang untuk mengajarkan gerakan dasar seperti menendang bola atau meningkatkan keterampilan motorik lainnya dalam pendidikan jasmani, keefektifan suatu metode sangat bergantung pada faktor-faktor lingkungan seperti guru, siswa, materi pelajaran, dan fasilitas yang tersedia. Oleh karena itu, seorang guru perlu hati-hati dalam memilih metode atau gaya mengajar yang sesuai dengan situasi pembelajaran agar tidak mengganggu proses belajar. Metode yang efektif adalah yang mampu membuat proses pembelajaran menarik dan mendorong keterlibatan aktif siswa sepanjang pembelajaran. Setiap gaya mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani memiliki keunikannya sendiri, oleh karena itu, diperlukan kemampuan guru untuk menyesuaikannya dengan kondisi pembelajaran yang ada.

Dalam proses pembelajaran dengan gaya mengajar latihan, terjadi pergeseran sebagian tanggung jawab dari guru kepada siswa. Gaya mengajar latihan pada dasarnya memberikan kesempatan kepada siswa untuk lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran, sehingga siswa dapat mengambil keputusan tentang bagaimana pelaksanaan pembelajaran akan dilakukan selama sesi tersebut. Peran guru dalam gaya mengajar latihan adalah memberikan arahan, mengawasi, menilai, dan memberikan umpan balik kepada siswa. Gaya mengajar ini memungkinkan siswa untuk berlatih secara mandiri dan individual, sementara guru memiliki waktu untuk memberikan umpan balik secara personal kepada setiap siswa. Dalam model pembelajaran gerak berbasis tugas, siswa diberi kebebasan untuk menentukan tempo dan kemajuan belajar mereka sendiri. Penerapan gaya mengajar latihan ini mengakibatkan beberapa pergeseran keputusan dari guru ke siswa, di mana beberapa tanggung jawab guru dialihkan kepada siswa beserta dengan kewenangan mereka.

Dalam gaya mengajar latihan, siswa diberikan waktu untuk melakukan tugas secara individu, sementara guru bertanggung jawab menetapkan tujuan pembelajaran, memilih aktivitas, dan merencanakan urutan kegiatan untuk mencapai tujuan tersebut. Dalam gaya pembelajaran ini, siswa turut serta dalam menentukan kecepatan belajar mereka sendiri, yang berarti guru

memberikan keleluasaan kepada setiap siswa untuk menyesuaikan tempo dan kemajuan belajar mereka sendiri. Harapannya, gaya mengajar ini akan membantu siswa memahami dan mampu mengaplikasikan keterampilan yang dipelajari.

Dari hasil pengamatan penulis selama pembelajaran penjas di SMP Berea Tondano, ditemukan bahwa penguasaan gerakan dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola oleh siswa masih tergolong rendah. Siswa tampak kesulitan dalam melakukan gerakan dasar tersebut dengan benar, mulai dari teknik menggiring bola hingga menendangnya. Selain itu, siswa juga mengalami kesulitan dalam memahami materi yang disampaikan oleh guru penjas. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi kemampuan siswa dalam mempelajari gerakan dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam termasuk kurangnya fasilitas seperti bola dan lapangan yang memadai. Masalah ini juga menjadi hambatan dalam proses pembelajaran dan dapat mengurangi minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di kalangan berbagai usia, baik anak-anak maupun dewasa. Banyak orang menikmati bermain sepak bola atau menonton pertandingannya, baik secara langsung maupun melalui siaran televisi. Permainan ini menggunakan bola berbentuk oval yang sering disebut "si kulit bundar", dan setiap pemain hanya diperbolehkan menggunakan kaki untuk menggerakkan bola, kecuali penjaga gawang yang dapat menggunakan tangan. Menurut Agung Tri Haryanta dan Eko Sujatmiko (2012), sepak bola adalah permainan besar yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri dari sebelas pemain. Tujuan permainan adalah untuk mencetak sebanyak mungkin gol ke gawang lawan sambil menjaga agar gawang sendiri tidak kebobolan. Ini adalah permainan tim yang melibatkan dua regu, masing-masing terdiri dari sebelas pemain, termasuk satu penjaga gawang.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002) keterampilan gerak dasar adalah gerakan yang dilakukan pada lingkungan atau sasaran yang sederhana atau diam, misalnya menendang bola ditempat dan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol tubuh dalam melakukan gerak. Pada dasarnya, manusia memiliki keterampilan gerak dasar sejak lahir. Menurut Amung mamun dan Yuda S.Saputra (2000) Gerak dasar adalah keterampilan yang selalu digunakan manusia sehari-hari atau saat berolahraga. Gerak dasar merupakan keterampilan yang biasa siswa lakukan untuk meningkatkan kualitas hidup. Keterampilan gerak dasar terdiri dari tiga komponen, yaitu gerak lokomotor, gerak non-lokomotor, dan gerak manipulatif.

A. Sarumpaet (1992) Teknik dasar merupakan salah satu pondasi dan fungsi bagi seseorang untuk dapat bermain sepak bola. Menurut Sarumpaet bahwa: "Pengertian dari teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal tersebut sudah dapat bermain sepak bola." Dalam bermain sepak bola teknik yang digunakan ada dua cara yaitu teknik badan (lari, lompat, dan gerak tipu) dan teknik bola (menendang, menyundul, mengumpan, menahan dll). Menurut Danny Mielke (2009) bahwa Dari sudut pandang penyerangan, tujuan sepak bola adalah melakukan shooting atau menendang bola ke gawang." Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederetan teknik menendang bola yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. Sepak bola merupakan suatu permainan beregu yang dimainkan atas dasar penguasaan teknik dengan bola, dua kunci keberhasilan dalam permainan sepak bola adalah penguasaan dan kemampuan menerapkan teknik dasar secara konsisten dan efektif. Jamiat mengatakan bahwa: Setiap permainan sepak bola harus memelihara penguasaan dasar-dasar permainan tersebut sebagai suatu keharusan yang mutlak, itu berarti bahwa dasar-dasar permainan harus disempurnakan sehingga menjadi suatu perasaan yang tidak terpisahkan dari permainan

Gaya latihan dapat dikatakan sebagai salah satu strategi pengajaran yang paling umum digunakan dalam Pendidikan Jasmani. Dalam gaya mengajar latihan ini peserta didik diberikan waktu untuk melaksanakan tugas secara perorangan, sedangkan guru memberi umpan balik kepada semua peserta didik secara perorangan. Gaya mengajar sebagai gaya guru dalam hal bagaimana guru memanfaatkan ruang kelas, pilihan kegiatan pembelajaran dan materi, dan cara

mengelompokan siswa mereka.

Teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam sering digunakan untuk melakukan untuk mengoper bola jarak pendek (short passing), tembakan ke gawang dan pinalti. Menendang bola merupakan salah satu teknik permainan sepakbola yang paling dominan. Keterampilan gerak dasar dapat diperoleh melalui pengulangan dengan metode latihan sehingga pemantapan atau penguasaan keterampilan gerak dasar akan diperoleh repetisi dari setiap fase latihan mengembangkan kekompakan keterkaitan stimulus-respon.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap keterampilan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam siswa kelas VIII SMP Berea Tondano.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Rancangan penelitian *randomized control group pre-test and post test design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh kelas VIII SMP Berea Tondano yang berjumlah 20 orang dan sampel Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari jumlah populasi yaitu, 20 Siswa kelas VIII SMP Berea Tondano. Sebelum dilakukan uji – t, didahului dengan uji persyaratan analisis yaitu: uji homogenitas varians dengan menggunakan uji varians besar banding varians kecil dan uji normalitas data dengan menggunakan uji Lilliefors.

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Kelompok	Pre-Test	Treatment	Post-Test
KE	Y ₁	X	Y ₂
KK	Y ₁	-	Y ₂

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar latihan terhadap kemampuan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP GPDI Berea Tondano. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan rancangan penelitian yang dipakai adalah pre-test and post-test randomized control group design. Instrumen penelitian yang digunakan adalah “tes gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam”(evaluasi proses gerak) dalam permainan sepak bola.

Dalam penelitian ini melibatkan dua kelompok yakni kelompok eksperimen yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan sebanyak 10 sampel dan kelompok kontrol yang tidak di berikan perlakuan sebanyak 10 sampel. Dengan demikian total keseluruhan sampel penelitian adalah 20 sampel. Data penelitian adalah kemampuan anak coba dalam melakukan gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam yang dinilai dari 3 aspek gerak dasar yakni aspek lokomotor, non lokomotor dan manipulatif melalui observasi sikap awal, pelaksanaan gerak dan sikap akhir.

Tabel 2. Besaran Statistik data pre tes Kedua Kelompok

Kelompok Eksperimen (X ₁)	Kelompok Kontrol (X ₂)
n = 10	n = 10
$\bar{X}_1 = 4.2$	$\bar{X}_1 = 4.1$
Sdx ₁ = 1.2292	Sdx ₁ = 1.1005
S ₁ ² = 1.511111	S ₁ ² = 1.211111

Tabel 3. Gain Score hasil belajar gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol

No	Kelompok Eksperimen (X ₁)	Kelompok Kontrol (X ₂)
1	1	2
2	1	2
3	3	2
4	3	-1
5	5	-1
6	1	-1
7	1	1
8	4	-2
9	2	2
10	1	0

Untuk memperoleh besaran-besaran statistik yang akan digunakan pada analisa data. Maka dihitung jumlah skor rata-rata, standar deviasi, jumlah sampel dan kuadrat standar deviasi dari data gain skor kedua kelompok dengan menggunakan program kalkulator fx-3600 pv, hasil perhitungan diperoleh sebagai berikut:

Tabel 4. Besaran Statistik Gains Score Kedua Kelompok

Kelompok Eksperimen (X ₁)	Kelompok Kontrol (X ₂)
n = 10	n = 10
$\bar{X}_1 = 2.2$	$\bar{X}_2 = 0.4$
Sdx ₁ = 1.4757	Sdx ₂ = 0.8432
S ₁ ² = 2.177777	S ₂ ² = 0.7711111

Untuk menguji apakah penerapan gaya mengajar latihan berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola, digunakan analisis dengan teknik statistik uji beda. Untuk mengetahui tehnik analisa statistik yang tepat, maka terlebih dahulu diawali dengan pengujian persyaratan analisis yang harus dipenuhi yaitu uji normalitas dan homogenitas. Untuk analisis uji normalitas data menggunakan uji Lilliefors dan homogenitas varians dengan menggunakan uji varians besar berbanding varians kecil.

Gaya mengajar latihan merupakan suatu gaya mengajar dengan memberikan latihan-latihan terhadap apa yang akan di pelajari oleh siswa khususnya mengenai materi gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola sehingga siswa menguasai keterampilan gerak dasar menendang bola dengan baik. Dimana gaya mengajar latihan mempunyai kelebihan bahwa pengetahuan siswa menjadi lebih luas melalui latihan yang berulang-ulang terhadap materi keterampilan gerak dasar menendang bola dalam permainan sepak bola.

Dalam perencanaan pelajaran dengan menerapkan gaya mengajar latihan hal yang terpenting adalah lembar tugas atau kartu tugas, dimana fungsi dari kartu tugas adalah membantu siswa untuk mengingat tugasnya, mengurangi pengulangan penjelasan dari guru, mengajar siswa bagaimana mengikuti tanggung jawab tertulis untuk menyelesaikan tugas-tugas, dan meningkatkan tanggung jawab siswa serta guru dalam memusatkan perhatian siswa kepada keterangan dilembaran tugas dan mengarahkan perhatian pada tugas yang harus dilakukan.

Dengan adanya penerapan gaya mengajar latihan dalam proses pembelajaran keterampilan gerak dasar menendang bola dalam permainan sepak bola dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk melaksanakan tugas sesuai dengan apa yang diberikan oleh guru. Penyajian pembelajaran dalam bentuk latihan keterampilan, melalui interaksi antara guru dengan siswa memungkinkan terjadinya perubahan tingkah laku dan keterampilan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian luar.

Dalam penelitian ini hasil analisis statistik dengan menggunakan statistik uji t, diperoleh thitung senilai 3.32. Berdasarkan tabel distribusi t pada α 0,05 dengan derajat kebebasan n1 + n2 – 2

$=10 + 10 - 2 = 18$ maka diperoleh ttabel senilai 2.101 Jadi thitung lebih besar dari ttabel, yaitu thitung = 3.32 > ttabel = 2.101. Berdasarkan kriteria pengujian jika thitung lebih besar dari ttabel (thitung > ttabel) maka H_0 ditolak yang berarti H_A diterima. Hasil analisis tersebut membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari kedua kelompok. Dimana rata-rata peningkatan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok yang diajarkan dengan gaya mengajar latihan lebih baik dibandingkan dengan kelompok control.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan statistik uji t tersebut, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap peningkatan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Berea Tondano.

Kesimpulan

Hasil pengujian hipotesa penelitian diperoleh thitung senilai 3.32. Berdasarkan tabel distribusi t pada $\alpha 0,05$ dengan derajat kebebasan $n_1 + n_2 - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$ maka diperoleh ttabel senilai 2.101. Jadi thitung lebih besar dari ttabel, yaitu thitung = 3.32 > ttabel = 2.101. Berdasarkan kriteria pengujian jika thitung lebih besar dari ttabel (thitung > ttabel) maka H_0 ditolak yang berarti H_A diterima. Dengan demikian kesimpulan penelitian ini adalah Terdapat pengaruh yang signifikan penerapan gaya mengajar latihan terhadap peningkatan gerak dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola pada siswa sisw kelas VIII SMP Berea Tondano.

Daftar Pustaka

- Arikunto Suharsimi. 2008. Metodologi Penelitian, Bina Aksara, Yogyakarta.
- Ary Donald, Cheser Luchy Cheser Jacobs and Asghar Razavieh, 1982. Pengantar Penelitian dalam Pendidikan, Terjemahan Arief Furchan, Usaha Nasional, Surabaya.
- Harsono, 1989. Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching, Depdikbud, Ditjen, Dikti, P2LPTK, Jakarta.
- Kosasih Engkos, 1985. Olahraga, Teknik dan Program Latihan, Akademi Persindo, Jakarta.
- Lutan Rusli, 1998. Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori, dan Metode, Depdikbud, Ditjen, Dikti, Jakarta.
- Muhajir, 2002. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, Untuk SMA Kelas XII, Jilid 3. Erlangga. Jakarta.
- Muhajir, 2007. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Untuk SMP Kelas VII, Jilid 1 Yudistira, Jakarta.
- Remmy Muctar. 1992. Olahraga Pilihan Sepak bola, Depdikbud Dikjen Dikti, P2LPTK, Jakarta,
- Sarumpaet A. dkk, 1992. Permainan Bola Besar, Depdikbud, Dirjen Dikti, P2LPTK, Padang.
- Sudjana, 1986. Metode Statistik Edisi IV. Tarsito Bandung.
- Sugiyono, 2011. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta, Bandung.
- Sukatamsi. 1988. Teknik Dasar Bermain Sepak Bola. Surabaya.
- Surayin, 1998. Olahraga dan Kesehatan, Ganeka Exaet, Bandung.