



**PENGARUH GAYA MENGAJAR KOMANDO TERHADAP GERAK DASAR
MENENDANG BOLA**

¹Crystal Tambing, ²Mesak Rambitan, ³Cindy Rantung

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email: ¹crystaltambing@gmail.com, ²mesakrambitan@unima.ac.id, ³cindyrantung@unima.ac.id

Article Received; 09 Juli 2021; Accepted: 15 Juli 2021; Published: 30 Juni 2022

Abstrak

Dari hasil pengamatan, banyak mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PJKR) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Unima yang belum bisa melakukan gerak dasar menendang bola dengan baik dan benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh gaya mengajar komando terhadap gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Metode yang digunakan yaitu metode eksperimen. Sampel berasal dari Mahasiswa PJKR FIK Unima yang berjumlah 20 orang yang diambil secara acak (*simple random sampling*). Instrumen yang digunakan yaitu tes gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola dari awal sampai akhir. Teknik analisa data yang digunakan yaitu teknik analisis statistik Uji-t. Adapun hasil penelitian yaitu $t_{hitung} = 3,830 > t_{tabel} = 2,101$. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh penerapan gaya mengajar komando terhadap gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola Mahasiswa PJKR FIK Unima.

Kata Kunci: Gaya Mengajar Komando, Menendang Bola

***THE IMPACT OF TELLING SHOWING STYLE ON THE ESSENTIAL MOVEMENT
OF KICKING UTILIZING WITHIN FEET IN FOOTBALL***

Abstract

From the observations, many students of Physical Education, Health & Recreation (PEHR) Faculty of Sports Science (FSS) Unima who have not been able to do the basic movements of kicking a ball properly and correctly. This study aims to determine how much influence the commando teaching style has on the basic motion of kicking a ball using the inside of the foot in soccer games. The method used is the experimental method. The sample came from 20 students of PJKR FIK Unima who were taken randomly (simple random sampling). The instrument used is "the basic movement test of kicking a ball using the inside of the foot in a soccer game from beginning to end. The data analysis technique used is the t-test statistical analysis technique. The research results are $t_{count} = 3.830 > t_{table} = 2.101$. The conclusion of this study is that there is an effect of applying the commando teaching style to the basic basic

movements of kicking a ball using the inside of the foot in the soccer game of PJK FIK Unima Students

Keywords: Commando Teaching Style, Kicking the Ball

Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia pada saat ini. Melalui pendidikan manusia dapat berkembang sesuai dengan perkembangan jaman. Salah satu cabang ilmu pendidikan yang sangat berpengaruh yaitu pendidikan jasmani, kesehatan & rekreasi. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media yang tepat untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai (*mental-emotional-sportivity-spiritual-social attitude*), serta pembiasaan pola hidup sehat. yang mengarah pada stimulasi pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikologis yang seimbang (Prabowo, 2010). Maka dari itu penjas tidak hanya mengembangkan aspek kognitif (pengetahuan) serta aspek afektif (sikap) seseorang tetapi juga mengembangkan aspek psikomotornya (kemampuan gerak). Jadi melalui pendidikan jasmani seseorang dapat mengembangkan potensinya secara keseluruhan melalui jenis-jenis olahraga permainan.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat. Hal ini dibuktikan dari masyarakat yang bermain sepak bola itu bukan hanya dimainkan oleh orang dewasa namun juga dimainkan oleh anak-anak sampai orangtua. Sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 11 pemain (Tarukbua, 2014). Dalam permainan bola sepak terdapat beberapa teknik dasar yang penting seperti menendang (*shooting*), mengumpan (*passing*), dan menggiring (*dribbling*). Selain teknik dasar, gerak dasar pun terdapat dalam permainan sepak bola seperti berlari, berjalan, melompat, menangkap, berdiri, menendang dan sebagainya. Menendang bola adalah usaha memindahkan bola dimulai dari satu titik kemudian ke titik berikutnya dengan memanfaatkan kaki atau bagian kaki. Kemudian dalam sepak bola terdapat tiga cara atau bagian kaki yang dapat digunakan yaitu bagian dalam kaki, punggung dan bagian luar kaki. Untuk melakukan tendangan dengan baik dan tepat, seseorang tidak hanya mengandalkan keterampilan dalam permainan sepak bola tapi juga membutuhkan komponen kondisi fisik yang baik.

Gerakan esensial(dasar) adalah desain pengembangan yang mendasari suatu perkembangan dari kemampuan pengembangan dasar ke kemampuan pengembangan yang kompleks. “Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup” (Ma'mun & Saputra, 2012). Dalam permainan sepak bola terdapat banyak gerak dasar. Salah satu contoh gerak dasar dalam sepak bola yaitu gerak dasar menendang menggunakan bagian dalam kaki. Menendang bola adalah usaha memindahkan bola dimulai dari satu titik kemudian ke titik berikutnya dengan memanfaatkan kaki atau bagian kaki (Tarukbua, 2014). Gerakan utama menendang bola menggunakan kaki adalah perkembangan kaki menyentuh, mendorong, atau menendang bola menggunakan kaki. Agar dapat melakukan tendangan yang baik dan benar maka pemain tidak hanya membutuhkan skill yang tinggi namun wajib juga memiliki keadaan jasmani yang bugar juga.

Tujuan dari menendang bola yaitu mengumpan bola ke rekan satu regu atau pun untuk mengarahkan bola ke arah gawang musuh dengan kuat, terarah serta dengan laju yang tinggi untuk mencetak gol menggunakan kaki. Untuk melakukan hal ini, setiap pemain perlu

mengubah arah dan kecepatan bola dengan tujuan agar kelompok lawan mengalami masalah dalam hal apapun, mendapatkan dan menahan tendangan.

Tahapan gerak dasar menendang menggunakan bagian dalam kaki yaitu sebagai berikut

1. Awalan

- Posisi berdiri bola menghadap bola. Strategi ini dapat dengan atau tanpa membuat langkah.
 - Posisikan kaki yang digunakan sebagai tumpuan (baik kanan atau kiri) dekat dengan bola dengan lutut agak terpelintir.
 - Cobalah untuk sedikit condong keblakang untuk membuatnya lebih mudah untuk menendang bola. Posisikan tangan Anda sedemikian rupa untuk menjaga keseimbangan tubuh dan dalam keadaan rileks.
- Kepala rileks.

2. Pelaksanaan

- Pandangan Fokus dan tentukan tujuan tembakan.
- Kemudian, ayunkan kaki kanan (kaki yang digunakan untuk menendang) dari belakang ke depan dan tendang bola tengah dengan dalam kaki

3. Gerak lanjutan (follow through)

- Setelah melakukan tendangan, gunakan kaki untuk menendang sebagai tumpuan tubuh.
- Kemudian pindahkan massa tubuh ke muka. Kembali seimbangkan tubuh ke posisi semula



Gambar 1. Menendang Dengan Bagian Dalam Kaki

Untuk melakukan tendangan yang baik dan benar seorang pemain tidak hanya mengandalkan keterampilan dalam permainan sepak bola, namun perlu juga memiliki keadaan jasmani yang baik. Dalam permainan bola sepak yang dominan dimainkan adalah kaki, maka komponen fisik kekuatan otot kaki sangat berpengaruh dalam melakukan gerakan ini. Menendang bola dengan bagian dalam kaki adalah gerakan kaki yang diayunkan untuk mengumpan teman atau menembak bola ke gawang lawan menggunakan kaki bagian dalam. Dalam siklus belajar ada beberapa hal yang mempengaruhi hasil belajar dan proses interaksi belajar.

Berdasarkan pengamatan sebagian besar mahasiswa PJKR FIK UNIMA belum bisa memendang bola menggunakan bagian dalam kaki dengan tepat dan baik.. Hal ini dikarenakan gaya mengajar dimana kurang tepat dengan proses pembelajaran. Gaya Mengajar Komando sesuai dengan penguasaan gerak dasar ini. Dalam gaya ini akan menghasilkan gerakan yang

tinggi, dapat menyebabkan siswa menjadi dilibatkan dan dibangkitkan serta menumbuhkan perilaku disiplin siswa karena mereka harus mengikuti sistem yang telah diterapkan. Dalam gaya ini, setiap siswa memiliki kesempatan untuk mengembangkan kemampuan fisik, sosial, semangat, dan intelektualnya dengan lebih cepat dan tenang dan guru dapat menangani siklus pembelajaran sehingga tidak ada kemungkinan terjadi sesuatu yang mengejutkan sesuai pemikiran siswa. Sehingga gaya peragaan komando dapat menjadi jawaban agar pembelajaran gerakan esensial menendang bola menggunakan kaki bagian dalam mahasiswa PJKR FIK Unima dapat diselesaikan dengan tepat dan akurat.

Ciri gaya komando yaitu pendekatan pertunjukan yang paling akomodatif bagi instruktur. Instruktur menyiapkan semua bagian pendidikan dan dia benar-benar sadar dan melangkah untuk pengajaran dan kemajuan luar biasa dari peningkatan siswanya (Rusli, 2000). Pada dasarnya gaya ini digambarkan dengan klarifikasi, pertunjukan, dan aktivitas. Biasanya, gaya dimulai dengan penjelasan strategi standar, dan kemudian siswa menyalin dan melakukannya lagi dan lagi.

Gaya mengajar ini sesuai untuk pembelajaran penguasaan gerak dasar dikarenakan siswa tinggal melaksanakan apa yang telah diperagakan oleh guru dan disini siswa diberikan kesempatan untuk mengulang-ulang hal itu sampai siswa tersebut bisa melakukan dan menguasai apa yang telah diberikan oleh guru. Kemudian guru memberikan evaluasi mengingat tujuan yang telah ditetapkan. Siswa diarahkan ke tujuan yang normal bagi semua orang. Tentunya Gaya Tampil Ketertibanmengajar komando ini sebagian besar terbukti ampuh karena informasi yang diperoleh siswa akan langsung dikonsumsi dan dirasakan, inilah tugas pendidik yang dibutuhkan. Tata cara menampilkan bertujuan untuk membimbing siswa untuk melakukan tugas pengembangan secara tepat dan dalam jangka waktu yang singkat (Husdarta & Saputra, 2000).

Jadi diagram tentang keputusan-keputusan untuk gaya komando adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Diagram Gaya Mengajar Komando

P	A
Pra Pertemuan	(KG)
Selama Pertemuan	(KG)
Pasca Pertemuan	(KG)

Keterangan:

A = Gaya Komando

KG = Keputusan Guru

Keunggulan dan kelemahan Gaya Komando

- a. Keunggulan gaya komando adalah :
 - Kesamaan gerak
 - Bila dilakukan oleh orang banyak akan mengubah keadaan indah juga mengasyikkan
 - Sikap disiplin menjadi maju
 - Kegiatan menjadi lebih singkat.
- b. Kelemahan gaya komando :
 - Minim mengembangkan pikiran
 - Minim mengembangkan pembentukan sikap

- Tidak demokratis menyalurka aspek sosial, emosional, dan kognitif sangat minim

Mengingat sebagian dari isu-isu yang telah digambarkan, penganalisis tertarik untuk mengeksplorasi tentang: “Pengaruh Penerpan Gaya Mengajar Komando Terhadap Gerak Dasar Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Mahasiswa PJKR FIK Unima”.

Mulai dari dasar dan pembuktian pembeda masalah, masalah dalam penelitian ini dibatasi pada Penerapan Gaya Mengajar Komando Hasil belajar gerak dasar menendng menggunakan bagian dalam kaki pada permaianan bola sepak, Populasi dan Sampel Mahasiswa PJKR FIK UNIMA, dan Lokasi penelitian di lapangan PJKR FIK UNIMA. Hipotesa dalam penelitan ini dapat dirumuskan sebagai berikut bahwa terdapat Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Komando Terhadap Gerak Dasar Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam pada Permainian Sepak Bola Mahasiswa PJKR FIK Unima. Dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh penerapan gaya mengajar komando terhadap gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa PJKR FIK Unima.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode eksperimen, kemudian populasi dalam penelitian ini diambil dari mahasiswa PJKR FIK Unima angkatan 2017 yang berjumlah 80 mahasiswa. Namun populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu dari mahasiswa PJKR FIK Unima angkatan 2017 kelas A dan B yang berjumlah 40 mahasiswa. Kemudian penarikan sampel sesuai dengan apa yang dikemukakan menurut “Winarno Surahmad yang menyatakan bahwa jika populasi di atas 1000 ditarik 15%, di bawah 1000 ditarik 25%, di bawah 100 ditarik 50%” (Surahman, 1985). Jadi Sampel berjumlah 20 mahasiswa dari mahasiswa PJKR FIK UNIMA yang diambil secara random sederhana(*simple random sampling*) dengan cara sebagai berikut:

Undian 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. Rancangan pene;itian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu “*randomised pre-test and post-test control group design*” (Ary, Jacobs, & RazaviehHal, 2011).

Tabel 2. Rancangan *Pre-Test and Post-Test*

	Kelompok	<i>Pre-Test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
®.	E	Y1	X	Y2
®.	P	Y1	=	Y2

Keterangan:

- E : kelompok eksperimen yang diajarkan dengan gaya mengajar komando
- P : Kelompok control yang tidak diberi perlakuan
- Y1 : Tes awal untuk 2 kelompok
- Y2 : Tes akhir untuk 2 kelompok
- : Tidak diberi perlakuan
- ® : Random atau acak

Kemudian menggunakan instrument “tes gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola dari awal sampai akhir”. Dan untuk uji analisis yaitu menggunakan Uji t dengan tingkat kesalan 0.05% ($\alpha= 0,05$).

Hasil dan Pembahasan

Data hasil penelitian kelompok Eksperimen

Deskriptif data hasil penelitian gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi perlakuan dalam jangkah 1 bulan menggunakan gaya mengajar komando dengan melakukan tes awal dan test akhir dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Deskriptif Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen

Kelompok Eksperimen			
No Sampel	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	Selisih
1	24	27	3
2	25	26	1
3	19	23	4
4	13	20	7
5	14	22	8
6	23	25	2
7	9	19	10
8	23	26	3
9	19	24	5
10	17	22	5
Jumlah	186	234	48
Rata-Rata	18.6	23.4	4.8
Standar Deviasi	5.33	2.67	2.82
Varians	28.4888	7.1555	7.9555
Skor Max	25	27	10
Skor Min	9	19	1

Berdasarkan Tabel 3. Deskriptif Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen menunjukkan bahwa data pada test awal (*pre-test*) yang diambil berdasarkan tes penilaian gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa PJKR FIK Unima dari awal sampai akhir yang dilakukan kelompok eksperimen memperoleh skor total 186 dengan rata-rata 18,6, standar deviasi 5,33 dan tingkat penyebaran vara(varians) 28,4888 dengan skor maksimum yaitu 25 dengan skor minimum yaitu 9. Namun setelah mendapatkan perlakuan selama 1 bulan menggunakan gaya mengajar komando terjadi peningkatan gerka dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam yakni dengan jumlah skor *post-test* 234 dengan rata-rata 23,4 standar deviasi 2,67 dan tingkat penyebaran data 7,1555 dengan skor maksimum 27 dan skir minimum 19.

Data hasil penelitian kelompok kontrol

Deskriptif data hasil penelitian gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi perlakuan dalam jangkah 1 bulan menggunakan gaya mengajar komando dengan melakukan tes awal dan test akhir dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

Tabel 4. Deskriptif Data Hasil Penelitian kelompok Kontrol

Kelompok Kontrol			
No Sampel	Pre-Test	Post-Test	Selisih
1	19	19	0
2	18	17	-1
3	22	23	1
4	15	16	1
5	9	11	2
6	11	13	2
7	10	13	3
8	13	14	1
9	14	14	0
10	17	19	2
Jumlah	148	159	11
Rata-Rata	14.8	15.9	1.1
Standar Deviasi	4.21	3.63	1.19
Varians	17.7333	13.2111	1.4333
Skor Max	22	23	3
Skor Min	9	11	-1

Berdasarkan Tabel 4. Deskriptif Data Hasil Penelitian kelompok kontrol menjelaskan bahwa data kemampuan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola yang diambil pada tes awal (*pre-test*) berdasarkan penilaian gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa PJKR FIK Unima oleh kelompok kontrol memperoleh skor total 148 dengan rata-rata 14,8 standar deviasi 4,21 dan tingkat penyebaran data (varians) 17,7333 dengan skor maksimum yaitu 22 dengan skor minimum yaitu 9. Sedangkan data tes akhir (*post-test*) nya yaitu dengan jumlah skor 159 dengan rata-rata 15,9 standar deviasi 3,63 dan tingkat penyebaran data 13,2111 dengan skor maksimum 23 dan skor minimum 11.

Data Gian Score Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Data selisi (*gian score*) *pre-test* dan *post-test* gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa PJKR FIK Unima yang diajar menggunakan gaya mengajar komando (kelompok eksperimen) dan yang tidak diberi perlakuan (kelompok kontrol) dapat dilihat pada tabel 5 berikut :

Tabel 5. Data *Gains Score* Kelompok Kontrol Dan Eksperimen

No	Kelompok Eksperimen (X ₁)	Kelompok Kontrol (X ₂)
1	3	0
2	1	-1
3	4	1
4	7	1
5	8	2
6	2	2
7	10	3
8	3	1
9	5	0
10	5	2
Jumlah	48	11
Rata-Rata	4.8	1.1
Standar Deviasi	2.82	1.19
Varians	7.9555	1.4333
Skor Max	10	3
Skor Min	1	-1

Berdasarkan tabel 5. Data *Gian score* kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memperlihatkan bahwa rata-rata kemampuan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa PJKR FIK Unima kelompok kontrol berdasarkan tes gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam dari awal sampai akhir yang tidak diberi perlakuan adalah 1,1 dan standar deviasi 1,19 dengan skor maksimum yaitu 3 dan minimum yaitu -1 sedangkan pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dengan gaya mengajar komando yaitu 4,8 dan standar deviasi 2,82 dengan skor maksimum 10 dan skor minimum adalah 1.

Berdasarkan hal ini terdapat perbedaan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok eksperimen setelah diajar dengan gaya mengajar komando lebih tinggi dibanding gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan, hal ini dilihat dari rata-rata *post-test* kelompok eksperimen yaitu 23,4 dan standar deviasi 2,67 dengan skor maksimum yaitu 27 dan skor minimum 19 sedangkan nilai rata-rata *post-test* kelompok kontrol yaitu 15,9 dan standar deviasi 3,63 dengan skor maksimum adalah 23 dan skor minimum 11.

Uji Normalitas Data

Untuk mengetahui apakah data berasal dari data yang berdistribusi normal, maka dilakukan pengujian normalitas data yang menggunakan uji *Lilliefors* dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel*. Uji Normalitas data dilakukan dengan terlebih dahulu menentukan taraf signifikan yaitu 5% (0,05) dengan kriteria pengambilan keputusan

adalah apabila L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} maka distribusi dinyatakan normal, sedangkan apabila nilai L_{hitung} lebih besar dari L_{tabel} , maka distribusi data dinyatakan tidak normal (Sudjana, 2005).

Pengujian normalitas Data *Pre-test* kelompok Eksperimen

Pengujian normalitas data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Menentukan hipotesis Pengujian
 Ho: berasal dari data yang berdistribusi normal
 Ha : berasal dari data yang tidak berdistribusi normal
2. Menentukan kriteria Pengujian
 Terima Ho jika $L_o \leq L_t$
 Tolak Ho jika $L_o > L_t$
 Taraf signifikan $\alpha = 0,05$
3. Menghitung Z_i , $F(z_i)$, $S(z_i)$, dan selisi antara $F(z_i)-S(z_i)$ serta memasukkan ke dalam tabel
 Dik : $\bar{X}_1 = 18,6$ $Sd_1 = 5,33$

Tabel 6. Perhitungan Uji Normalitas Data *pre-test* kelompok Eksperimen

NO	X	Zi	F(zi)	S(zi)	F(zi)-S(zi)
1	9	-1.801125704	0.035841535	0.1	0.064158465
2	13	-1.050656666	0.146708154	0.2	0.053291846
3	14	-0.8630394	0.194057902	0.3	0.105942098
4	17	-0.300187617	0.382017025	0.4	0.017982975
5	19	0.075046904	0.529911304	0.6	0.070088696
6	19	0.075046904	0.529911304	0.6	0.070088696
7	23	0.825515947	0.795460634	0.8	0.004539366
8	23	0.825515947	0.795460634	0.8	0.004539366
9	24	1.013133208	0.844501731	0.9	0.055498269
10	25	1.200750469	0.885075995	1	0.114924005

4. Menyimpulkan Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 6. Data perhitungan Uji Normalitas Data *pre-test* kelompok Eksperimen, diperoleh selisih yang tertinggi atau L observasi yaitu 0,114. Berdasarkan nilai kritis L_{tabel} uji *Lillifors* pada $\alpha = 0,05$ dengan $n = 10$, ditentukan L_{tabel} senilai 0,258. Jadi L observasi lebih kecil dari L_{tabel} yaitu $L_o = 0,114 \leq 0,258 = L_t$. Berdasarkan kriteria pengujian jika $L_o \leq L_t$ maka Ho diterima. Dengan demikian kesimpulan pengujian yaitu data kelompok eksperimen berasal dari data yang berdistribusi normal.

Pengujian normalitas data *pre-test* kelompok Kontrol

Pengujian normalitas data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Menentukan hipotesis Pengujian
 Ho: berasal dari data yang berdistribusi normal
 Ha : berasal dari data yang tidak berdistribusi normal

2. Menentukan kriteria Pengujian
Terima H_0 jika $L_o \leq L_t$
Tolak H_0 jika $L_o > L_t$
Tarf signifikan $\alpha = 0,05$
3. Menghitung Z_i , $F(z_i)$, $S(z_i)$, dan selisi antara $F(z_i)-S(z_i)$ serta memasukkan ke dalam tabel
Dik : $\bar{X}_1 = 14,8$ $Sd_1 = 4,21$

Tabel 7. Perhitungan Uji Normalitas Data pre-test kelompok Eksperimen

NO	X	Zi	F(zi)	S(zi)	F(zi)-S(zi)
1	9	-1.377672209	0.084152258	0.1	0.015847742
2	10	-1.140142518	0.127113465	0.2	0.072886535
3	11	-0.902612827	0.183365708	0.3	0.116634292
4	13	-0.427553444	0.334488134	0.4	0.065511866
5	14	-0.190023753	0.424645259	0.5	0.075354741
6	15	0.047505938	0.518945001	0.6	0.081054999
7	17	0.522565321	0.699361611	0.7	0.000638389
8	18	0.760095012	0.776401103	0.8	0.023598897
9	19	0.997624703	0.840769311	0.9	0.059230689
10	22	1.710213777	0.956386825	1	0.043613175

4. Menyimpulkan Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 7. Data perhitungan Uji Normalitas Data *pre-test* kelompok Eksperimen, diperoleh selisih yang tertinggi atau L observasi yaitu 0,116. Berdasarkan nilai kritis L_{tabel} uji *Lillifors* pada $\alpha = 0,05$ dengan $n = 10$, ditentukan L_{tabel} senilai 0,258. Jadi L observasi lebih kecil dari L_{tabel} yaitu $L_o = 0,116 \leq 0,258 = L_t$. Berdasarkan kriteria pengujian jika $L_o \leq L_t$ maka H_0 diterima. Dengan demikian kesimpulan pengujian yaitu data kelompok eksperimen berasal dari data yang berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas data kelompok eksperimen pada Tabel 6. Data perhitungan Uji Normalitas Data *pre-test* kelompok Eksperimen dan data kelompok kontrol pada Tabel 7. Data perhitungan Uji Normalitas Data *pre-test* kelompok Kontrol maka hasil rekapitulasi pengujian normalitas data penguasaan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok eksperimen dan kelompok kontrol disajikan pada tabel 8. Hasil Analisis Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol berikut.

Tabel 8. Hasil Analisis Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil Perhitungan				
Jenis Variabel	Taraf nyata α	L_{hitung}	L_{tabel}	Ket
Kelompok Kontrol (X_2)	0,05	0.116	0,258	Berdistribusi Normal
Kesimpulan		$L_o < L_t$ (Ho Diterima)		Berdistribusi Normal

Berdasarkan Tabel 8. Hasil Analisis Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol perhitungan uji normalitas data penguasaan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola dengan menggunakan uji *Lilliefors* menunjukkan bahwa menerima H_0 yang berarti data kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berasal dari populasi atau data yang berdistribusi normal. Berdasarkan pengujian persyaratan analisis (uji homogenitas varians dan normalitas data), ternyata syarat untuk menganalisis hipotesis penelitian, memenuhi syarat. Oleh sebab itu pengujian hipotesis penelitian dapat dilanjutkan.

Uji Hipotesis Penelitian (Uji-t)

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini yaitu penerapan gaya mengajar koamando dapat memberikan pengaruh terhadap gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa PJKR FIK Unims. Untuk menguji hipotesis tersebut berarti membandingkan rata-rata skor penguasaan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok eksperimen yang diajar dengan gaya mengajar komando lebih tinggi dari kemampuan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan, maka rumus yang sesuai adalah uji-t dengan varians yang sama yaitu sebagai berikut :

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

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

Diketahui :

\bar{X}_1	= 4,8	\bar{X}_2	= 1,1
n_1	= 10	n_2	= 10
S_{dx1}	= 2,82	S_{dx2}	= 1,18
S_1^2	= 7,9555	S_2^2	= 1,4333

$$\begin{aligned}
 S^2 &= \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \\
 &= \frac{(10-1)7,9555 + (10-1)1,4333}{10+10-2} \\
 &= \frac{(9)7,9555 + (9)1,4333}{18} \\
 &= \frac{71,5995 + 12,8997}{18} \\
 &= \frac{84,4992}{18} = 4,6944
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 S &= \sqrt{4,6944} \\
 &= 2,16665 \\
 &= 2,16
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 t &= \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \\
 &= \frac{4,8 - 1,1}{2,16 \sqrt{\frac{1}{10} + \frac{1}{10}}} \\
 &= \frac{3,7}{2,16 \sqrt{0,2}} \\
 &= \frac{3,7}{2,16 \times 0,44721} \\
 &= \frac{3,7}{0,9659736} \\
 &= 3,83033242 \\
 &= 3,830 \text{ (dibulatkan)}
 \end{aligned}$$

Dari perhitungan pengujian hipotesa penelitian ini diperoleh t_{hitung} senilai 3,830. Berdasarkan tabel *Distribusi Student's t* pada $\alpha = 0,05$ dengan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 10 + 10 - 2 = 18$, maka diperoleh nilai $t_{\text{tabel}} = 2,101$. Jadi t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} yaitu $t_{\text{hitung}} = 3,830 > t_{\text{tabel}} = 2,101$. Sesuai kriteria pengujian jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ maka H_0 ditolak yang berarti H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok eksperimen yang diajar dengan gaya mengajar komando lebih tinggi dari pada rata-rata skor gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan.

Dari hasil pembahasan penelitian tersebut menunjukkan bahwa untuk meningkatkan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola pada mahasiswa Jurusan PJKR Unima di Tondano, maka dalam proses pembelajaran sepak bola

khususnya dalam mengajarkan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam hendakny guru menerapkan gaya mengajar komando karena hal ini dapat meningkatkan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang melibatkan dua kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen diajar dengan menggunakan gaya mengajar komando yang diberikan selama satu bulan dengan frekuensi dua kali seminggu sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan, dan hasilnya ternyata kelompok eksperimen gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola lebih tinggi dibandingkan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok kontrol.

Kesimpulan

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian ini adalah penerapan gaya mengajar komando dapat memberikan pengaruh terhadap gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola mahasiswa Jurusan PJKR Unima di Tondano. Hal ini terbukti melalui observasi, perlakuan dan penyimpulan data dari tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*pos-test*) yang dimana hasilnya memenuhi kriteria uji t.

Daftar Pustaka

- Ahmad, N., & Suriatno, A. (2018). Analisis Keterampilan Dasar Sepak Bola Pemain. *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FPOK IKIP Mataram*, 49.
- Ary, D., Jacobs, L., & razaviehHal, A. (2011). Pengantar Penelitian Dalam Pendidikan. Dalam Arief Furhan (hal. 381), Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Husdarta, & Sapurta, Y. M. (2000) : Belajar dan Pembelajaran. Dalam Depdiknas.
- Mamonto, R., Pinangkaan, E. A. M., Pandaleke, T., (2021). Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Servis Forehand Spin Dalam Permainan Tennis Meja Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Modayang. *Physical: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*. Vol 2, Edisi 2: 70-79.
<https://ejurnal.unima.ac.id/index.php/physical/article/view/1499>
- Ma'mun, A., Saputra, Y. M. 2012. *Kemampuan Gerak Dasar Dalam Pendidikan Jasmani*, Jakarta, [https://mithayani.wordpress.com/2016/0605/gerak-dasar-dalam-pendidikan_/diakses tanggal 5 juli 2012 .](https://mithayani.wordpress.com/2016/0605/gerak-dasar-dalam-pendidikan_/diakses_tanggal_5_juli_2012_)
- Nana Sudjana. (2005). *Metode Statistika*. Bandung. Tarsito, 273
- Mokorowu, C., Mangindaan, J.J., Sengkey. A. R. J. (2021). Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Pasing Bawah Pada Permainan Bola Voli Siswa SMP Krispa Silian. *Physical: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*. Vol 2 Edisi 2: 1-8. DOI: <https://doi.org/10.53682/pj.v2i2.1216>
- Prabowo, E. (2010). Hasil Pembelajaran Dribbling-Shooting Sepakbola. *Hasil Pembelajaran Dribbling-Shooting Sepak Bola*, 96-110.
- Rusli, L. (2000). *Rstrategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Jakarta: Dekdikbud.
- Surahman,W. (1985). Pengantar Penelitian Ilmiah. Bandung: Taristo.
- Tarukbua, M. S. (2014). “Kontibusi Panjang Tungkai Terhadap Jauhnya Tendangan”. *E-Journal Tadulako Physical Education, Health And Reaction*, Volume: 3, Edisi: 4: 18-24
- Widodo, D. C. 2017: *Gaya Mengajar Pendidkan Jasmani Menurut Moska Mosston*, <https://onopirododo.wordpress.com/2012/12/14/10=gaya-emgajar-komando-menurut-moska-mosston/>, diakses tanggal 09 november 2017