



**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN SEPAKBOLA  
EMPAT GAWANG DALAM PENJASORKES MELALUI  
KAJIAN LAHAN ATAU KEBUN KOSONG BAGI SISWA  
KELAS V SD NEGERI 2 KRASAK KECAMATAN BANGSRI  
KABUPATEN JEPARA 2010/2011**

SKRIPSI

Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1

Untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

**Samian**

**6102909143**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2011**

## SARI

**Samian, 2011.** Pengembangan model pembelajaran sepakbola empat gawang dalam Penjasorkes melalui kajian lahan atau kebun kosong bagi siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara 2010/2011. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing (I) Drs. Bambang Priyono, M.Pd. (II) Drs. Rubiyanto Hadi, M.Pd.

Peneliti ini bertujuan untuk mengembangkan dan menghasilkan produk berupa model pengembangan pembelajaran sepakbola empat gawang bagi siswa kelas V Sekolah Dasar dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Bagaimana model pembelajaran sepakbola empat gawang dalam Penjasorkes melalui kajian lahan atau kebun kosong bagi siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara 2010/2011. Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan dari Borg & Gall yang telah dimodifikasi, yaitu: (1) melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka, (2) mengembangkan bentuk produk awal (berupa model permainan sepakbola mini empat gawang), (3) evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli Penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner yang kemudian dianalisis, (4) revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil ( 12 siswa . Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti, (5) uji lapangan ( 32 siswa ), (6) revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan, (7) hasil akhir model pembelajaran sepakbola bagi siswa SD Negeri 2 Krasak di Kecamatan Bangsri yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli (satu ahli Penjasorkes dan dua ahli pembelajaran), uji coba kelompok kecil (12 siswa Kelas atas SD Negeri 2 Krasak), dan uji lapangan (32 siswa SD Negeri 2 Krasak).

Dari hasil ujicoba diperoleh data evaluasi ahli, satu ahli penjas diperoleh hasil 84% (baik), ahli pembelajarn I di peroleh hasil 80% (baik) dah ahli pembelajaran II di peroleh hasil 97% (sangat baik) .Data uji skala kecil hasil kusioner siswa diperoleh hasil jawaban 90,33% (sangat baik). Data hasil uji lapangan diperoleh hasil 93,44% (sangat baik)

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran dan pengembangan sepakbola empat gawang dapat digunakan bagi siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara .

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diharapkan bagi guru Penjasorkes Sekolah Dasar untuk menggunakan produk model pembelajaran Sepakbola empat gawang ini pada siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan .

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Pada Hari :

Tanggal :

Pembimbing Utama

**Drs. Bambang Priyono, M.Pd**

Nip. 1960042 198601 1 001

Pembimbing Pendamping

**Drs. Rubiyanto Hadi, M.Pd**

Nip. 19630206 198803 1 001

**Ketua Jurusan/ Prodi**

**Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd**

Nip. 19651020199103100

## HALAMAN PENGESAHAN

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu  
Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Pada hari : Sabtu

Tanggal : 17 September 2011

Panitia Ujian,

Ketua Panitia

Sekretaris

Drs. Hary Pramono, M.Si  
NIP. 19591019 198803 1 001

Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd  
NIP. 19620425 198601 1 001

Dewan Penguji,

1. Drs. Hermawan Pamot R, M .Pd  
Nip. 19651020 199103 1 002

(Ketua)

2. Drs. Bambang Priyono, M.Pd  
Nip. 1960042 198601 1 001

(Anggota)

3. Drs. Rubiyanto Hadi, M.Pd  
Nip. 19630206 198803 1 001

(Anggota)

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTO**

Tak penting seberapa besar intlegensia yang kita miliki. Yang penting adalah seberapa banyak yang kita bisa lakukan dari apa yang kita miliki .

### **PERSEMBAHAN**

1. Yang tercinta keluarga saya yang telah mendoakan, mendukung dalam pendidikan .
2. Yang tercinta istriku, terima kasih atas segala dukungan do'a, cinta dan kasih sayang, serta nasihat.
3. Teman-teman semua terutama PGPJSD/ PKG yang tercinta dan telah banyak mambantu saya dalam segala hal.

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah atas berkat rahmat serta hidayah Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul Pengembangan Model Pembelajaran Sepakbola Empat Gawang Dalam Penjasorkes Melalui Kajian Lahan Atau Kebun Kosong Bagi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara 2010/2011 Dengan demikian penulis juga dapat menyelesaikan studi Program Sarjana S1 Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Dengan selesainya penulis dalam menyusun skripsi ini, dalam kesempatan ini maka penulis mengucapkan terima kasih yang tiada hingga, diantaranya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa UNNES.
2. Drs.H.Hary Pramono, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNNES yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Drs. Bambang Priyono, M.Pd. selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi dengan penuh sabar, jelas, mudah dipahami serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Drs. Rubiyanto Hadi, M.Pd., selaku Pembimbing Pendamping yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PJKR, FIK. UNNES yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini.
7. Subiyantomo., selaku Kepala Sekolah SD Negeri 2 Krasak yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah yang Ibu pimpin.
8. H. Ali Ronzi, S.Pd, M.Pd., atas berkenanya sebagai ahli penjas yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Sri Hartiningsih, S.Pd dan Sutiyono, S.Pd., selaku ahli pembelajaran yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Peserta didik kelas V SD Negeri 2 Krasak yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
11. Keluargaku tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materiil serta doa restu demi terselesaikannya skripsi ini.

12. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis, semoga amal yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca semua.

Jepara, September 2011

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN .....	i
SARI.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	.iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Permasalahan .....	12
1.3 Tujuan Penelitian.....	12
1.4 Spesifikasi Produk .....	12
1.5 Pentingnya Pengembangan.....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR</b>	
2.1 Landasan Teori.....	15
2.1.1 Pengertian Gerak.....	15
2.1.2 Karakteristik Perkembangan Gerak SD... ..	16
2.1.3 Perkembangan Penguasaan Gerak Dasar Anak Besar.....	21

2.1.4	Klasifikasi Keterampilan Gerak .....	22
2.1.5	Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Usia 11-14 Tahun .....	27
2.1.6	Pendidikan Jasmani.....	27
2.1.7	Karakteristik Permainan Sepakbola .....	31
2.1.8	Karakteristik Permainan Sepakbola Mini Empat gawang .....	37
2.2	Kerangka Berfikir .....	41
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>		
3.1	Model Pengembangan.....	43
3.2	Prosedur Pengembangan.....	44
3.3	Uji Coba Produk.....	47
<b>BAB IV HASIL PENGEMBANGAN</b>		
4.1	Hasil Data Uji Coba .....	51
4.2	Pembahasan.....	89
4.3	Kelemahan Produk .....	90
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>		
5.1	Kajian.....	91
5.2	Saran .....	93
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>94</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

### Tabel Halaman

1.	Hasil observasi Denyut Nadi Awal siswa SD N 2 Krasak .....	10
2	Perbedaan Sepakbola Dengan Sepakbola Mini Empat Gawang.....	36
3	Klasifikasi Persentase .....	50
4	Pengukuran Denyut Nadi Skala Kecil .....	66
5	Data Hasil Uji Skala Kecil .....	63
6	Pengukuran Denyut Nadi Uji Lapangan .....	77
7	Data Hasil Uji Lapangan .....	78



## DAFTAR GAMBAR

### Gambar Halaman

1. Ukuran Lapangan untuk 12 Pemain (Landasan Teori) .....	38
2. Ukuran Lapangan untuk 16 Pemain (Landasan Teori) .....	38
3. Prosedur Pengembangan .....	44
4. Lapangan Sepakbola Mini Empat Gawang (Draf Awal) .....	55
5. Gawang Sepakbola Mini Empat Gawang (Draf Awal) .....	56
6. Ukuran Lapangan untuk 12 Pemain (Produk Setelah Uji coba) .....	67
7. Ukuran Lapangan untuk 16 Pemain (Produk Setelah Uji coba) ..	78
8. Ukuran Lapangan untuk 16 Pemain (Produk Akhir) .....	70
9. Ukuran Lapangan untuk 16 Pemain (Produk Akhir) .....	71
10. Gawang Sepakbola Mini Empat Gawang (Produk Akhir) .....	72

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Penetapan Pembimbing.....	94
Lampiran 2 Permohonan Ijin Penelitian .....	95
Lampiran 3 Lembar Evaluasi Untuk Ahli.....	99
Lampiran 4 Lembar Evaluasi Untuk Siswa .....	107
Lampiran 5 Hasil Pengisian Kuisioner .....	122
Lampiran 6 Data Hasil Evaluasi Ahli .....	108
Lampiran 7 Permohonan Ijin Penelitian .....	111
Lampiran 8 Daftar Siswa Sekala Kecil .....	110
Lampiran 9 Jawaban Kwisisioner Siswa Sekala Kecil .....	111
Lampiran 10 Hasil Rekapitulasi Angket Siswa (N = 16) .....	112
Lampiran 11 Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil (N= 16).....	113
Lampiran 12 Analisis Data Hasil Skala Kecil (N=16).....	116
Lampiran 13 Hasil Denyut Nadi Uji Lapangan Siswa.....	117
Lampiran 14 Hasil Rekapitulasi Angket Siswa (N = 32) .....	120
Lampiran 15 Data Hasil Uji Coba Lapangan (N= 32).....	123

Lampiran 16 Analisis Data Hasil Lapangan (N=32).....	126
Lampiran 17 Surat Keterangan Penelitian di Sekolah .....	130
Lampiran 18 Dokumentasi.....	131



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 LATAR BELAKANG**

Pendidikan dasar merupakan pondasi untuk pendidikan selanjutnya dan pembangunan nasional. Aset suatu bangsa tidak hanya terletak pada sumber daya alam yang melimpah, tetapi juga sumber daya manusia yang berkualitas. Peningkatan sumber daya manusia Indonesia sebagai kekayaan yang kekal dan investasi untuk mencapai bangsa di dalam UU No. 2 1989 Pasal 3 dinyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan serta meningkatkan mutu kehidupan dan martabat manusia Indonesia dalam rangka mewujudkan tujuan Nasional, termasuk di dalamnya adalah penjasorkes (Olahraga).

Penjasorkes merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, sosial dan emosional. Dua diantara tujuan-tujuan Penjasorkes menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (*BSNP*) 2006 adalah: (1) Mengembangkan ketrampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup melalui berbagai aktivitas jasmani, (2) Mengembangkan kemampuan gerak dan ketrampilan berbagai macam permainan dan olahraga. Salah satu penekanan pada standar isi Penjasorkes yang terangkum dalam *BSNP* 2006 di Sekolah Dasar (SD) adalah menstimulasi kemampuan gerak dasar peserta

didik seperti: (1) Lokomotor (berjalan, berlari, melompat, dan lain-lain),(2) Non-lokomotor (memutar, meliuk, membungkuk, menengadah, dan lain-lain),(3) Manipulatif (melempar, menangkap, menggulirkan, dan lain-lain).

Salah satu masalah utama dalam Penjasorkes di Indonesia dewasa ini adalah belum optimal dan berkembangnya dalam proses pembelajaran penjasorkes di sekolah- sekolah. Hal ini disebabkan beberapa faktor diantaranya terbatasnya sarana dan prasarana yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran Penjasorkes dan terbatasnya kemampuan, kreativitas, dan inovasi para guru Penjasorkes selaku pelaksana untuk melakukan pembelajaran Penjasorkes. Salah satu keterbatasan guru Penjasorkes dalam pembelajaran adalah di sekolah, baik secara kuantitas maupun kualitas . Akibatnya guru belum berhasil melaksanakan proses pembelajaran yang masih bersifat konvensional yang cenderung monoton, tidak menarik dan membosankan sehingga peserta didik tidak memiliki semangat dan motivasi dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes. Dengan permasalahan- permasalahan itulah yang saat ini terjadi di SD Negeri 2 Krasak menunjukkan bahwa tingkat kesegaran jasmani dan penguasaan gerak dasar di kelas V SD Negeri 2 Krasak masih tergolong rendah. Dengan demikian potensi peserta didik tidak akan berkembang secara optimal pada masanya, dan pada akhirnya kurang optimal pula dalam mendukung dan memberi kontribusi bibit- bibit atlet potensi yang dapat di kekembangkan pada pembinaan prestasi olahraga kedepan. Oleh karena itu pendidikan jasmani dan olahraga menciptakan suatu wadah pembinaan yang sangat tepat ( *Soemitro, 1992* 5). Dari hasil pengamatan di SDN 2 Krasak selama ini, proses pembelajaran

Penjasorkes belum dapat membawa suasana pembelajaran yang inovatif, kreatif dan menyenangkan. Menurut hasil pengamatan peneliti, rendahnya kemampuan gerak dasar dan kebugaran jasmani di kelas V SD Negeri 2 Krasak tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu: (1) Siswa terlihat kurang memperhatikan saat pelajaran Penjasorkes. (2) Terbatasnya sarana dan prasarana Penjasorkes. (3) Guru kurang kreatif menciptakan modifikasi alat-alat untuk pembelajaran Penjasorkes. (4) Guru kesulitan dalam menemukan model pembelajaran bermain yang tepat untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar dan meningkatkan kebugaran jasmani bagi peserta didik. Menurut (*Agus Mahendra 2006*) indikator keberhasilan Penjasorkes ditandai oleh meningkatnya: (1) Kebugaran jasmani, (2) Kemampuan fisik dan motorik, (3) Pemahaman konsep dan prinsip gerak, (4) Kemampuan berfikir, (5) Kecakapan rasa dan sosial. Agar pembelajaran Penjasorkes khususnya materi gerak dasar dan meningkatnya kebugaran jasmani dapat berhasil, maka harus diciptakan pembelajaran diluar lingkungan sekolah yang aman dan nyaman diantaranya dengan cara mencari halaman kosong, memodifikasi alat- alat praga dan menciptakan model-model pembelajaran. Model-model pembelajaran diciptakan dengan mempertimbangkan beberapa faktor, lima diantaranya yaitu: (1) Kegiatan pembelajaran diarahkan pada pencapaian tujuan belajar. (2) Karakteristik mata pelajaran. (3) Kemampuan guru. (4) Fasilitas/media pembelajaran masih sangat terbatas. (5) Kemampuan siswa. Dilihat dari karakteristik anak, dunia anak adalah dunia bermain. Siswa SD yang masih tergolong anak-anak bentuk aktivitasnya cenderung berupa permainan. Seperti pada saat jam istirahat mereka sangat antusias untuk

melakukan bermacam-macam bentuk permainan. Tanpa disadari mereka sering bermain dengan melakukan gerakan-gerakan dasar dalam cabang olahraga. Sementara itu dan sisi lain aktivitas gerakannya dapat meningkatkan kemampuan intelektual anak didik (*5 Demitro, 19923* ).

Agar tujuan Penjasorkes dapat dicapai maka penyampaian materi pembelajaran Penjasorkes pada anak SD harus disampaikan dalam situasi bermain. Penelitian tentang aplikasi model pembelajaran di luar sekolah dengan cara bermain kaitannya dengan hasil pembelajaran Penjasorkes dan peningkatan kesegaran jasmani dan minat anak terhadap pelajaran Penjasorkes sudah banyak dilakukan. Penelitian menyimpulkan bahwa kesegaran jasmani anak SD dapat ditingkatkan melalui pendekatan model pembelajaran di luar sekolah terutama dengan permainan sepakbola yang di modifikasi, bila dibandingkan metode latihan dan pembelajaran di dalam lingkungan sekolah, ternyata dengan metode pengembangan model pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan fisik di luar sekolah dapat membawa suasana pembelajaran lebih inovatif, dengan terciptanya pembelajaran yang menyenangkan dan dapat memotivasi peserta didik untuk lebih berpeluang mengeksplorasi gerak secara luas dan bebas sesuai tingkat kemampuan yang dimiliki. Penelitian di atas diterapkan pada peserta didik SD Negeri 2 Krasak kelas V. Pada peserta didik anak SD Negeri 2 Krasak kelas V perlu pengembangan secara menyeluruh (*Multilateral atau Versatik Development*). Pengembangan menyeluruh maksudnya menekankan pada pengembangan yang menyeluruh pada anak, baik dalam aspek biomotorik, mental-emosional, maupun aspek sosialnya. Dengan demikian jika anak pada usia dini banyak dilibatkan

dalam berbagai kegiatan fisik (banyak olahraga) maka ia akan dapat berkembang secara menyeluruh.

Dasar- dasar pengembangan fisik multilateral yang luas, khususnya persiapan fisik umum, merupakan salah satu persyaratan dasar yang diperlukan untuk mencapai tingkat persiapan fisik yang dispesialisasi dengan penguasaan teknik. Pada kenyataannya kemampuan gerak dasar anak SD masih belum optimal dan kemampuan gerak dasar siswa SD masih rendah salah satunya disebabkan kurangnya sarana dan prasarana di sekolah. Agar nanti dapat menerapkan gerak dasar dalam teknik dasar olahraga yang benar, maka kemampuan gerak dasar di SD perlu dioptimalkan. Supaya optimalisasi kemampuan gerak dasar dapat efektif upaya yang dipilih sesuai karakteristik anak SD. Dalam hal ini dipilih aplikasi model pembelajaran permainan sepak bola dengan empat gawang untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan kemampuan gerak dasar pada siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak yang berbentuk penelitian.

Dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut, salah satu penekanan pada standar isi Penjasorkes yang terangkum dalam KTSP di Sekolah Dasar di SD Negeri 2 Krasak adalah menstimulasi model pembelajaran Penjasorkes melalui pendekatan lingkungan fisik di luar sekolah . Kenyataannya, tujuan ini belum tercapai, hal ini dapat dilihat pada gerak dasar dan tingkat kebugaran jasmani siswa yang sangat rendah .Ada beberapa hal yang menyebabkan tujuan penjas di SD Negeri 2 Krasak yang belum tercapai diantaranya: (1) Siswa terlihat kurang memperhatikan saat pelajaran Penjasorkes. (2) Terbatasnya sarana dan

prasarana Penjasorkes. (3) Guru kurang kreatif menciptakan modifikasi alat-alat untuk pembelajaran Penjasorkes. (4) Guru kesulitan dalam menemukan model pembelajaran bermain yang tepat untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan gerak dasar para peserta didik.

Hasil pembelajaran Penjasorkes untuk meningkatkan kesegaran jasmani (termasuk didalamnya, kemampuan gerak dasar) dapat diupayakan salah satunya dengan model pembelajaran di luar sekolah dengan memodifikasi permainan. Model ini belum pernah dikenalkan pada siswa SD kelas V, sehingga belum diketahui seberapa besar aplikasi model pembelajaran bermain dapat meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan gerak dasar, namun kenyataannya di lapangan, pendidikan jasmani selama ini belum di kelola sebagai mana mestinya, sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa baik dari unsur kognitif, afektif maupun psikomotorik .

Sekolah Dasar (SD) Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara Jalan Raya Jepara- Bangsri 15 Km Desa Krasak. Sebagian besar siswanya berasal dari desa krasak (95%) dan dari luar desa Krasak hanya (5%). Kondisi sosila ekonomi masyarakat (orang tua siswa) sebagian besar dan kalangan masyarakat menengah ke bawah , antara lain mebel, tani ,pedagang, karyawan swasta dan sebagian lagi dari kalangan PNS. Kepedulian masyarakat terhadap sekolah cukup baik, namun kontribusi terhadap pengembangan pendidikan atau sekolah belum seperti yang diharapkan.

Dalam keterbatasan situasi dan kondisi tersebut, sekolah bekerja keras untuk tetap berupaya meningkatkan mutu layanan pendidikan secara bertahap dan berkesinambungan, dikarenakan input siswa kualitasnya dibawah standar dibandingkan dengan SD Negeri yang lain di Kecamatan Bangsri. Walaupun dalam kondisi demikian, berkat kerjasama semua pihak prestasi setiap tahunnya selalu meningkat, baik dalam bidang akademik maupun non akademik.

Dari tanggal 2 Mei 2011 telah di lakukan surve awal di SD Negeri 2 Krasak untuk mengetahui sarana dan prasarana olahraga sepak bola, mengetahui proses belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya pembelajaran permainan sepakbola, dan mengetahui efektivitas permainan sepak bola yang di ajarkan kepada peserta didik Sekolah Dasar (SD) untuk meningkatkan denyut jantung siswa.

Hasil survei sarana dan prasarana olahraga sepakbola di SDN 2 Krasak terlihat pada tabel berikut .

**Tabel 1 Hasil Survey Sarana Prasarana Sepakbola SDN 2 Krasak**

No.	Sara Dan Prasarana	Jumlah	Kondisi
1.	Bola Sepak	4	Sedang
2.	Gawang	-	-
3.	Lapangan Sepakbola	-	-

(Sumber hasil surve awal 2011)

Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi permainan sépakbola besar khususnya sepakbola bagi kelas V SD Negeri 2 Krsak, disebutkan bahwa siswa dapat mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk menarik minat dalam pelajaran Penjasorkes dan meningkatkat kesegaran jasmani. Kenyataan yang ada dalam proses pembelajaran

permainan bola besar, khususnya permainan sepakbola di SDN 2 Krasak masih jauh dari yang diharapkan.

Peneliti mengamati dalam proses pembelajaran sepakbola siswa kelas V SDN 2 Krasak dari tanggal 2 Maret 2011 yang berlokasi di SDN 2 Krasak. Di lokasi peneliti yaitu dan hasil pengamatan diperoleh hasil yang masih jauh dan dari harapan dan tidak sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa serta permainan sepakbola yang diajarkan belum dimodifikasi. Pada proses pembelajaran sepakbola ditemui beberapa hal:

1. Alat dan fasilitas yang digunakan tidak sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa. Contoh : lapangan yang digunakan adalah lapangan dengan ukuran standar dan bola yang digunakan adalah bola ukuran orang dewasa.
2. Peraturan permainan sepakbola yang digunakan sesuai dengan peraturan yang sebenarnya atau aturan baku dalam permainan sepakbola.
3. Diketahui ada beberapa siswa khususnya siswa putri yang mengeluh rasa sakit ketika menendang bola karena tekanan udara pada bola tidak dikurangi sehingga saat di tendang bola terasa berat dan keras.
4. Diketahui ada beberapa siswa ketika mengikuti pembelajaran hanya duduk-duduk saja dan tidak aktif mengikuti pembelajaran sepakbola.

5. Pembelajaran permainan sepakbola yang diberikan oleh guru masih belum dikemas dalam bentuk modifikasi, sehingga dijumpai siswa yang merasa tidak senang, bosan, dan malas untuk bergerak dan mengikuti pelajaran Penjasorkes.

Aktivitas jasmani atau gerak manusia sangat berhubungan dengan denyut nadi, sehingga kondisi tubuh dan kualitas gerak yang dilakukan manusia dapat terdeteksi dengan pengukuran denyut nadi. Denyut nadi atau pulsus adalah perubahan tiba-tiba dari tekanan jantung yang dirambatkan sebagai gelombang pada dinding pembuluh darah (Oktia Woro Kasmini. 1999 : 7).

Dalam penelitian awal melalui survei awal, peneliti mengambil sampel siswa sekolah dasar kelas V yang berjumlah 12 siswa dan mempunyai umur 10-13 tahun. Dan selanjutnya, peneliti melakukan tes pengukuran denyut nadi sebelum siswa melakukan aktivitas dan sesudah siswa melakukan aktivitas. Hasil pengukuran denyut nadi adalah sebagai berikut :

**Tabel 1 Pengukuran Denyut Nadi Survei Awal**

Frekwensi denyut nadi (kali/menit)	Jumlah siswa Sebelum aktivitas	Jumlah siswa sesudah aktifitas
61 – 70	2	1
71 – 80	5	4
81 – 90	8	7
91 – 100	5	1
101 – 110	-	3
111 – 120	-	2
121 – 130	-	2

Sumber : Hasil penelitian awal melalui survei awal

Menurut Oktia Woro Kasmini. (1999 : 8-9), Denyut nadi normal adalah 70-80 kali tiap menit, tetapi pada orang-orang yang rutin melakukan olahraga atau aktivitas fisik denyut nadi normal dapat hanya mencapai 50-60 kali per menit. Jika frekuensi lebih dari normal disebut tachicardi dan jika frekuensi kurang dari normal disebut bradicardi. Frekuensi denyut nadi dipengaruhi beberapa faktor, yakni : aktivitas fisik, suhu badan, obat-obatan, emosi, makan, dan kehamilan bulan terakhir.

SD Negeri 2 Krasak sebanyak 3 SD yang masih aktif dalam menjalankan kegiatan belajar mengajar, semua SD Negeri yang ada tidak mempunyai lapangan sepakbola pada umumnya, hanya mempunyai halaman sekolah yang biasa digunakan untuk kegiatan upacara. Halaman sekolah yang tersedia tidak dimanfaatkan secara maksimal oleh guru penjas untuk kegiatan pembelajaran sepakbola. Sehingga waktu pembelajaran tidak efektif, karena kegiatan sepakbola dilakukan di lapangan yang jaraknya cukup jauh.

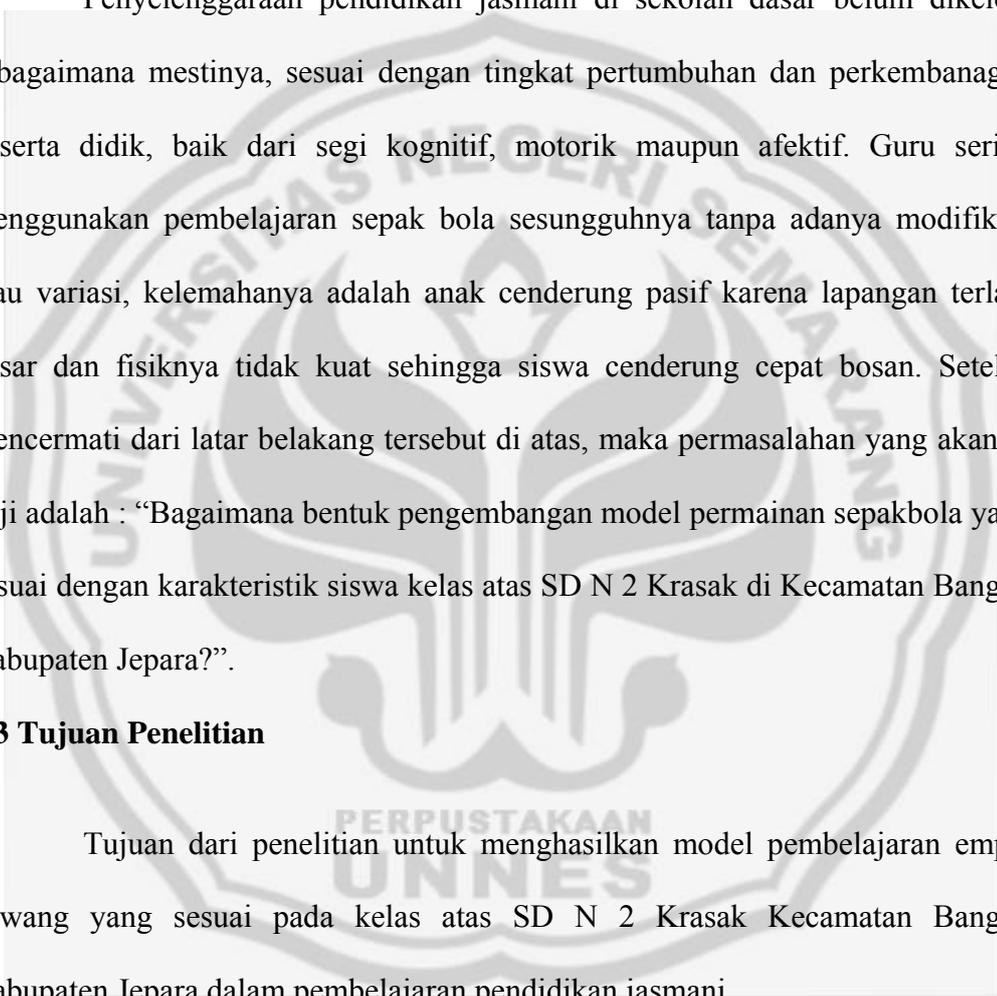
Dari latar belakang diatas peneliti dapat memberikan alasan mengapa permasalahan tersebut perlu untuk diteliti, yaitu :

- a. Paradigma pembelajaran penjasorkes dahulu lebih menekankan anak harus bisa menguasai teknik yang diberikan dengan baik, namun paradigma pembelajaran penjas yang berkembang sekarang bahwa yang terpenting anak sudah mau bergerak dan gembira merupakan tujuan utama dari pendidikan jasmani yang baik.
- b. SD Negeri 2 Krasak mempunyai sarana dan prasarana penjasorkes yang terbatas, terutama lapangan sepakbola, sehingga guru yang tidak kreatif akan kesulitan dalam melakukan kegiatan pembelajaran sepakbola.
- c. Agar siswa mampu mengenal lebih dahulu arti penting olahraga pada umumnya dan penjas khususnya sehingga tujuan dari penjas dan olahraga dapat tercapai.
- d. Usia anak Sekolah Dasar kelas atas merupakan usia yang sangat penting untuk meningkatkan gerak dasar sehingga mereka tumbuh dan berkembang sesuai dengan tingkat usia pertumbuhan dan perkembangan

gerak dasarnya.

- e. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah dasar belum dikelola sebagaimana mestinya, sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan peserta didik, baik dari segi kognitif, motorik maupun afektif. Guru sering menggunakan pembelajaran sepak bola sesungguhnya tanpa adanya modifikasi atau variasi, kelemahannya adalah anak cenderung pasif karena lapangan terlalu besar dan fisiknya tidak kuat sehingga siswa cenderung cepat bosan. Setelah mencermati dari latar belakang tersebut di atas, maka permasalahan yang akan di kaji adalah : “Bagaimana bentuk pengembangan model permainan sepakbola yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas atas SD N 2 Krasak di Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara?”.  


## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian untuk menghasilkan model pembelajaran empat gawang yang sesuai pada kelas atas SD N 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara dalam pembelajaran pendidikan jasmani .

## **1.4 Spesifikasi produk**

Produk yang diharapkan akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini berupa model permainan sepakbola mini empat gawang yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas atas Sekolah Dasar (SD) yang dapat

mengembangkan semua aspek pembelajaran (*kognitif, afektif dan psikomotor*) pada hasil penelitian secara efektif dan efisien juga dapat meningkatkan intensitas fisik sehingga kebugaran jasmani dapat terwujud serta dapat mengatasi kesulitan dalam pengajaran sepakbola.

Produk yang dihasilkan diharapkan akan bermanfaat sebagai referensi tambahan dalam dunia pendidikan. Manfaat produk antara lain: (1) mengaktifkan siswa dalam pembelajaran Penjasorkes, (2) mengatasi semua keterbatasan sarana dan prasarana sepak bola, (3) Meningkatkan pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tentang pembelajaran sepakbola.

### **1.5 Pentingnya Pengembangan**

Pengembangan model pembelajaran sepakbola melalui permainan sepakbola empat gawang bagi siswa SD ini sangat penting untuk dilakukan, mengingat pembelajaran permainan sepak bola yang dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani selama ini masih jauh dari yang diharapkan. Pembelajaran permainan sepakbola masih bersifat tradisional, karena masih menggunakan peraturan yang masih baku. Padahal tidak semua siswa mampu menerapkan peraturan yang baku dalam permainan sepakbola.

Pelaksanaan permainan sepakbola bagi siswa sekolah dasar (SD) masih disamakan dengan permainan sepak bola pada orang dewasa dan belum dimodifikasi sesuai dengan perkembangan dan pertumbuhan siswa. Hal ini dapat menyebabkan tujuan pembelajaran kurang sesuai dengan yang diharapkan, seperti halnya pencapaian tujuan untuk mengembangkan dan peningkatan kebugaran

jasmani.

Pemecahan masalah pembelajaran permainan sepakbola di Sekolah Dasar (SD) , melalui penerapan model pembelajaran permainan sepak bola satu gawang bagi siswa SD ini diharapkan dapat digunakan dan membantu guru Pendidikan Jasmani dalam memberikan pembelajaran permainan sepak bola, sehingga kualitas pembelajaran dapat meningkatkan dan sesuai dengan tujuan yang di harapkan.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR

#### 2.1 Landasan Teori

Sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka untuk pemecahan permasalahan, pada landasan teori ini dimuat beberapa pendapat dari para pakar. Selanjutnya secara garis besar akan diuraikan tentang pengertian gerak, karakteristik perkembangan gerak anak sekolah dasar, perkembangan penguasaan gerak pada fase anak besar (6-14 tahun), klasifikasi ketrampilan gerak, tinjauan ketrampilan gerak dasar usia 11-13 tahun, pendidikan jasmani, karakteristik permainan sepakbola, karakteristik permainan sepakbola mini empat gawang.

##### 2.1.1 Pengertian Gerak

Gerak (*motor*) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor khusus digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Jadi gerak (*motor*) ruang lingkungannya lebih luas daripada psikomotor. Pengertian gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari yang meliputi gerak jalan, lari, lompat, lempar (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992 : 24).

Sedangkan menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000 : 20), Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dasar di bagi menjadi 3, yaitu : 1) kemampuan lokomotor, digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat; 2) kemampuan non

lokomotor, dilakukan di tempat tanpa ada ruang gerak yang memadai, contohnya mendorong, menarik, dll.; 3) kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan kemampuan tangan dan kaki.

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 13), Gerak besar adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien yang merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol tubuh dalam melakukan gerakan yang diperoleh melalui proses belajar yaitu dengan kesadaran fikir akan benar.

Dari pendapat di atas dapat diartikan bahwa kemampuan gerak dasar adalah kemampuan dan kesanggupan untuk dapat melakukan tugas-tugas jalan, lari, lompat, dan lempar secara efektif dan efisien.

## **2.1.2 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Sekolah Dasar**

### **2.1.2.1 Ukuran dan Bentuk Tubuh Anak Usia 6-14 Tahun**

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 101), Perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibanding pada masa sebelumnya dan juga pada masa sesudahnya. Kecenderungan perbedaan yang terjadi adalah dalam hal kepesatan dan pola pertumbuhan fisik anak laki-laki dan anak perempuan sudah mulai menunjukkan kecenderungan semakin jelas tampak adanya perbedaan.

Ukuran dan proporsi tubuh berubah secara bertahap, dan hubungan hampir konstan dipertahankan dalam perkembangan tulang dan netan. Oleh karenanya energi anak diarahkan ke arah penyempurnaan pola gerak dasar yang telah terbentuk selama periode masa awal anak. Di samping penyempurnaan pola gerak dasar, adaptasi, dan

modifikasi terhadap gerak dasar perlu dilakukan. Hal ini dimaksudkan untuk menghadapi adanya peningkatan atau penambahan berbagai situasi (Yanuar Kiram, 1992 : 36).

#### **2.1.2.2 Perkembangan Aktivitas Motorik Kasar (*Gross Motor Ability*)**

Perkembangan motorik dasar difokuskan pada ketrampilan yang biasa disebut dengan ketrampilan motorik dasar meliputi jalan, lari, lompat, loncat, dan ketrampilan menguasai bola seperti melempar, menendang, dan memantulkan bola. Ketrampilan motor dasar dikembangkan pada masa anak sebelum sekolah dan pada masa sekolah awal dan ini akan menjadi bekal awal untuk mempraktikkan ketrampilan gerak yang efisien bersifat umum dan selanjutnya akan diperlukan sebagai dasar untuk perkembangan ketrampilan motorik yang lebih khusus yang semuanya ini merupakan satu bagian integral prestasi bagi anak dalam segala umur dan tingkatan (Yanuar Kiram, 1992 : 42).

#### **2.1.2.3 Perkembangan Aktivitas Motorik Halus (*Fine Motor Activity*)**

Kontrol motorik halus telah didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatur atau mengkoordinasi penggunaan bentuk gerakan mata dan tangan secara efisien, tepat, dan adaptif. Perkembangan kontrol motorik halus atau ketrampilan koordinasi mata dan tangan mewakili bagian yang penting, perkembangan motorik secara total anak-anak dan secara jelas mencerminkan kapasitas sistem saraf pusat untuk mengangkut dan memproses input visual dan menterjemahkan input tersebut ke bentuk ketrampilan. Untuk mendapatkan ketrampilan dengan baik, maka perilaku yang perlu dilakukan anak harus dapat berinteraksi dengan praktik dan melakukan komunikasi terhadap objek sekolah dan lingkungan rumah.

Menurut Harrow dalam Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 116), perkembangan gerak anak berdasarkan klasifikasi domain psikomotor dapat dibagi menjadi 6, meliputi:

### 1) Gerak Reflek

Gerak reflek adalah respon atau aksi yang terjadi tanpa kemauan sadar, yang ditimbulkan oleh suatu stimulus (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 219).

### 2) Gerak Dasar Fundamental

Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar berkembangnya sejalan dengan pertumbuhan tubuh dan tingkat kematangan pada anak-anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan reflek yang sudah dimiliki sejak lahir, gerak dasar fundamental mula-mula bisa dilakukan pada masa bayi dan masa anak-anak, dan disempurnakan melalui proses berlatih yaitu dalam bentuk melakukan berulang-ulang.

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 220), Gerak dasar fundamental diklasifikasikan menjadi tiga, yaitu sebagai berikut :

- a) Gerak lokomotor adalah gerakan berpindah dari satu tempat ke tempat lain, misalnya : merangkak, berjalan, dan berlari.
- b) Gerak non-lokomotor adalah gerak yang melibatkan tangan atau kaki dan togok. Gerakan ini berupa gerakan yang berporos pada suatu sumbu di bagian tubuh tertentu. Contoh gerakan ini adalah : memutar lengan, mengayun kaki, membungkuk, memutar togok.
- c) Gerakan manipulatif adalah gerakan memanipulasi atau menirukan objek tertentu yang menggunakan tangan, kaki, atau menggunakan kepala.

### 3) Kemampuan Perseptual

Kemampuan perseptual adalah kemampuan untuk mengantisipasi stimulus yang masuk melalui organ indera.

### 4) Kemampuan Fisik

Kemampuan fisik adalah kemampuan memfungsikan sistem organ-organ tubuh di dalam melakukan aktivitas fisik, kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung aktivitas psikomotor. Gerakan yang terampil bisa dilakukan apabila kemampuan fisiknya memadai. Keterampilan gerak bisa berkembang bila kemampuan fisik mendukung pelaksanaan gerak. Secara garis besar kemampuan fisik dibedakan menjadi 4 macam kemampuan yaitu ketahanan (*endurance*), kekuatan (*strength*), fleksibilitas (*flexibility*), kelincahan (*agility*) (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 221 - 222).

5) Gerakan Keterampilan.

Gerakan keterampilan adalah gerakan yang memerlukan koordinasi dengan kontrol gerak yang cukup kompleks, untuk menguasainya diperlukan proses belajar gerak. Gerakan yang terampil menunjukkan sifat efisien di dalam pelaksanaannya.

6) Komunikasi *Non - diskursif*

Menurut Harrow dalam Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 222), Komunikasi non-diskursif merupakan level komunikasi yang keenam dalam sistem klasifikasi domain psikomotor. Komunikasi non-diskursif merupakan perilaku yang berbentuk komunikasi melalui gerakan-gerakan tubuh. Gerakan yang bersifat komunikatif non-diskursif meliputi gerakan ekspresif dan gerakan interpretif.

Gerakan *ekspresif* meliputi gerakan-gerakan yang bisa digunakan dalam kehidupan, misalnya menganggukkan kepala tanda setuju. Gerakan interpretif adalah gerakan yang diciptakan berdasarkan penafsiran nilai estetik dan berdasarkan makna yang dimaksudkan didalamnya. Gerakan yang diciptakan dan mengandung nilai-nilai estetik disebut gerakan estetis, sedangkan gerakan yang diciptakan dengan maksud untuk menyampaikan pesan melalui makna yang tersembunyi di dalam gerakan disebut kreatif (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 223).

Perubahan ukuran dan proporsional tubuh secara bertahap dan berhubungan dengan tulang dan netan. Oleh karena itu energi anak dapat diartikan kearah penyempurnaan pola gerak dasar yang telah terbentuk selama periode masa awal anak. Di samping penyempurnaan pola gerak dasar, adaptasi dan modifikasi terhadap gerak dasar perlu dilakukan. Hal ini dimaksudkan untuk menghadapi adanya peningkatan ataupun penambahan berbagai situasi (Yanuar Kiram, 1992 : 36).

Bentuk tubuh seseorang merupakan wujud dari perpaduan antara tinggi badan serta berat badan yang ada pada diri seseorang (Sugiyanto dan Sudjarwo 1991 : 109).

### **2.1.3 Perkembangan Penguasaan Gerak Dasar Pada Fase Anak Besar (6-14 Tahun)**

Sejalan dengan meningkatnya kemampuan tubuh dan kemampuan fisik maka meningkat pula kemampuan gerak anak besar. Berbagai kemampuan gerak dasar yang sudah mulai bisa dilakukan pada masa anak kecil semakin dikuasai. Peningkatan kemampuan gerak bisa didefinisikan dalam bentuk sebagai berikut : (1) Gerakan bisa dilakukan dengan mekanika tubuh yang makin efisien; (2) Gerakan bisa semakin lancar dan terkontrol; (3) Pola atau bentuk gerakan bervariasi; (4) Gerakan semakin bertenaga (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 100).

Berbagai gerakan yang mulai bisa dilakukan atau gerakan yang dimungkinkan bisa dilakukan apabila anak memperoleh kesempatan melakukannya pada masa anak kecil adalah gerakan-gerakan jalan, mendaki, loncat, mencongklang, lompat tali, menyepak, lempar, menangkap, memantulkan bola, memukul, dan berenang. Gerakan-gerakan tersebut semakin dikuasai dengan baik. Kecepatan perkembangannya sangat dipengaruhi oleh kesempatan yang diperoleh untuk melakukan berulang-ulang di dalam

aktivitasnya. Anak-anak yang kurang kesempatan melakukan aktivitas fisik akan mengalami hambatan untuk berkembang.

Pada masa akhir anak besar, umumnya gerakan-gerakan seperti disebutkan di atas bisa dilakukan dengan bentuk gerakan menyerupai gerakan orang dewasa pada umumnya. Perbedaannya hanya terletak pada pelaksanaan gerak yang masih kurang bertenaga. Hal ini dikarenakan kapasitas fisik anak memang belum bisa menyerupai kapasitas fisik orang dewasa.

Apabila ditinjau dari segi kebenaran mekanika tubuh dan kecepatan dalam melakukan berbagai gerakan maka faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan gerak anak adalah faktor-faktor peningkatan koordinasi ukuran tubuh dan kekuatan otot. Ada berbagai macam tes yang bisa digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dan sekaligus mengukur kemampuan fisik. Perkembangan kemampuan gerak pada anak-anak bisa diketahui dengan cara misalnya dengan menggunakan pengetesan atau pengukuran kemampuan lari, loncat, dan lempar.

Tingkat pertumbuhan dan tingkat kematangan fisik dan fisiologis membawa dampak pada perkembangan kemampuan fisik. Pada masa anak besar terjadi perkembangan kemampuan fisik yang semakin jelas dalam hal kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, dan koordinasi (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 101).

#### **2.1.4 Klasifikasi Ketrampilan Gerak**

Ketrampilan gerak dapat diklasifikasikan berdasarkan beberapa sudut pandang yaitu sebagai berikut :

#### 2.1.4.1 Klasifikasi berdasarkan perbedaan titik awal dan akhir gerakan

Bila diperlukan, ada yang dengan mudah diketahui bagian awal dan akhir gerakannya, tapi ada juga yang sulit diketahui. Berdasarkan karakteristik ini, ketrampilan gerak bisa dibagi menjadi 3 kategori, yaitu :

- 1) Ketrampilan gerak diskrit (*discrete motor skill*) yaitu ketrampilan gerak yang dapat ditentukan dengan mudah awal dan akhir gerakannya, atau dalam pelaksanaannya dapat dibedakan dengan jelas titik awal dan akhir gerakannya. Seperti melempar bola, gerakan dalam senam artistik, atau menembak.
- 2) Ketrampilan gerak serial (*serial motor skill*) yaitu ketrampilan gerak diskret yang dilakukan beberapa kali secara berlanjutan.
- 3) Ketrampilan gerak kontinyu (*continue motor skill*) yaitu ketrampilan gerak yang tidak dapat dengan mudah diketahui titik awal dan titik akhir dari gerakannya. Dalam hal ini pelakulah yang menentukan titik awal dan titik akhir dari ketrampilan tersebut (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 250).

#### 2.1.4.2 Klasifikasi berdasarkan kecermatan gerak

Jenis otot-otot yang terlibat dapat menentukan kecermatan pelaksanaan gerak. Ada gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan ada yang melibatkan otot-otot halus (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 250)

Berdasarkan kecermatan gerakan atau jenis otot-otot yang terlibat ketrampilan gerak bisa dikategorikan menjadi 2, yaitu :

- f. Ketrampilan gerak kasar (*gross motor skill*),
- g. Ketrampilan gerak halus (*fine motor skill*),

Ketrampilan gerak kasar (*gross motor skill*) adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar dalam pelaksanaannya sebagai basis utama gerakan. Diperlukan keterlibatan bagian-bagian tubuh secara keseluruhan dalam ketrampilan gerak kasar. Sedangkan ketrampilan gerak halus (*fine motor skill*) adalah ketrampilan-ketrampilan yang memerlukan kemampuan untuk mengontrol otot-otot halus agar pelaksanaan ketrampilan yang sukses tercapai. Ketrampilan jenis ini sering juga disebut sebagai ketrampilan mata-tangan seperti menulis, menggambar dan bermain piano.

#### **2.1.4.3 Klasifikasi berdasarkan stabilitas lingkungan**

Dalam melakukan gerakan ketrampilan menghadapi kondisi lingkungan yang dapat berubah dan tetap. Dengan kondisi lingkungan seperti itu maka ketrampilan dapat dikategorikan menjadi 2, yaitu :

- 1) Ketrampilan gerak terbuka (*open skill*) adalah ketrampilan gerak dimana dalam pelaksanaannya terjadi pada lingkungan yang berubah-ubah dan berlaku gerak menyesuaikan dengan stimulus yang timbul dari lingkungannya. Perubahan kondisi lingkungan bisa bersifat temporal dan bersifat special. Ketrampilan terbuka adalah ketrampilan yang ketika dilakukan lingkungan yang berkaitan dengannya bervariasi dan tidak dapat diduga (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 256).
- 2) Ketrampilan gerak tertutup (*close skill*) adalah ketrampilan gerak dimana stimulus pelaksanaannya terjadi pada kondisi lingkungan yang tidak berubah dan gerakannya timbul dari dalam diri si pelaku sendiri.

Pencapaian suatu ketrampilan dipengaruhi banyak faktor. Adapun faktor-faktor yang menentukan ketrampilan secara umum dibedakan menjadi 3 hal utama, yaitu:

- 1) Faktor proses belajar (*learning process*)

Proses belajar yang baik tentunya harus mendukung upaya menjelmakan pembelajaran pada setiap pesertanya. Dengan memahami berbagai teori belajar akan memberi jalan tentang bagaimana pembelajaran bisa dijelmakan, yang inti sari dari adanya kegiatan pembelajaran adalah terjadinya perubahan pengetahuan dan perilaku individu peserta pembelajaran.

Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya. Berbagai tanda serta langkah yang bisa menimbulkan berbagai perubahan dalam perilaku peserta didik ketika sedang belajar gerak harus diupayakan kehadirannya. Di pihak lain, teori-teori belajar mengajarkan atau mengarahkan kita pada pemahaman tentang metode pengajaran yang efektif. Apakah suatu materi pelajaran cocok disampaikan dengan menggunakan metode keseluruhan versus bagian, metode distribusi versus metode padat, atau metode pengajaran terprogram yang kesemuanya merupakan poin-poin yang akan mengarahkan pada pencapaian ketrampilan (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000 : 70).

## 2) Faktor pribadi (*personal faktor*)

Setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik dalam hal fisik, mental, emosional, maupun kemampuan-kemampuannya. Ada ungkapan yang sering didengar dalam kehidupan sehari-hari bahwa si A berbakat besar dalam voli, si B berbakat dalam olahraga-olahraga individu, dsb. Demikian juga bahwa seorang anak lebih cepat menguasai suatu ketrampilan, sedang anak yang lain memerlukan waktu lebih lama. Dan semua ini merupakan pertanda bahwa individu memiliki ciri, kemampuan, minat, kecenderungan, serta bakat yang berbeda.

Dengan adanya perbedaan-perbedaan tersebut maka siswa yang mempelajari gerak ditentukan oleh ciri-ciri atau kemampuan dan bakat dari orang yang bersangkutan dalam menguasai sebuah ketrampilan tertentu, maka akan semakin mudah untuk menguasai ketrampilan yang dimaksud. Ini semua membuktikan bahwa faktor pribadi yang mempengaruhi penguasaan ketrampilan (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000 : 72).

### 3) Faktor Situasional (*Situational Factors*)

Sebenarnya faktor situasional yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran adalah lebih tertuju pada keadaan lingkungan yang termasuk dalam faktor situasional itu antara lain seperti : tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran itu dilangsungkan. Faktor-faktor ini pada pelaksanaannya akan mempengaruhi proses pembelajaran serta kondisi pribadi anak, yang kesemuanya terjalin saling menunjang dan atau sebaliknya.

Penggunaan peralatan serta media belajar misalnya secara langsung atau tidak, tentunya akan berpengaruh pada minat dan kesungguhan siswa dalam proses belajar yang pada gilirannya akan juga mempengaruhi keberhasilan mereka dalam menguasai ketrampilan yang sedang dipelajari. Kemajuan teknologi yang belakangan berkembang juga dianggap menjadi penyebab utama dalam mendongkrak keberhasilan seseorang sebagai gambaran nyata dari semakin terkuasainya ketrampilan dengan lebih baik lagi. Demikian juga kemajuan dalam bidang kesehatan dan kedokteran, dalam dekade terakhir telah mampu mengungkap banyak rahasia dari kemampuan akhir manusia dalam hal gerak dan ketrampilan (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000 : 73).

### 2.1.5 Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Usia 11 – 14 Tahun

Kemampuan dalam melakukan ketrampilan gerak antara anak laki-laki dengan anak perempuan secara umum sampai umur kurang lebih 11 tahun, masih berimbang. Dengan kata lain perbandingan kemampuan anak laki-laki dengan anak perempuan belum jauh berbeda.

Tetapi sesudahnya mulai ada perbedaan karena anak laki-laki mengalami peningkatan yang sangat pesat sedang anak perempuan hanya mengalami peningkatan kecil.

### 2.1.6 Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan. Tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam penjas juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Guru mengajar dengan maksud agar terjadi proses belajar secara sederhana, pendidikan jasmani tak lain adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar untuk gerak. Selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam penjas anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya (Rusli Luthan, 2000 : 15).

Pendidikan jasmani dapat dibedakan berdasarkan sudut pandang, yaitu:

- 1) Pandangan tradisional, yang menganggap bahwa manusia itu terdiri dari 2 komponen utama yang dapat dipilah-pilah, yaitu jasmani dan rohani. Pandangan ini menganggap bahwa penjas semata-mata hanya mendidik jasmani atau sebagai

pelengkap, penyeimbang atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Dengan kata lain penjas hanya sebagai pelengkap saja (Adang Suherman, 2000 : 17).

- 2) Pandangan modern yang sering juga disebut pandangan holistik, menganggap bahwa manusia bukan suatu yang terdiri dari bagian-bagian yang terpilah-pilah. Manusia adalah satu kesatuan dari bagian-bagian yang terpadu. Dengan

pandangan tersebut pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Hubungan antara tujuan umum pendidikan, tujuan pendidikan jasmani, dan penyelenggaraannya harus terjalin dengan baik. Dengan demikian akan nampak bahwa pendidikan jasmani sangat penting bagi pengembangan manusia secara utuh dan merupakan dari pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, penjas tidak dapat hanya berorientasi pada jasmani saja atau hanya untuk kepentingan satu komponen saja. Pandangan holistik ini, pada awalnya kurang banyak memasukkan aktivitas sport karena pengaruh pandangan sebelumnya, yaitu pada akhir abad 19 yang menganggap bahwa *sport* tidak sesuai di sekolah-sekolah. Namun tidak bisa dipungkiri *sport* terus tumbuh dan berkembang menjadi aktivitas fisik yang merupakan bagian integral dari kehidupan manusia *sport* menjadi populer, siswa menyenangkannya dan ingin mendapatkan kesempatan untuk berpartisipasi disekolah-sekolah hingga para pendidik seolah-olah ditekan untuk menerima *sport* dalam kurikulum disekolah karena mengandung nilai-nilai pendidikan (Adang Suherman, 2000 :

19).

#### **2.1.6.1 Tujuan Pendidikan Jasmani**

Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan penjas tidak semata-mata pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga aspek mental, dan sosial.

Cakupan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut :

- 1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- 2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna.
- 3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang penjas ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.
- 4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat (Adang Suherman, 2000 : 22-23).

#### **2.1.6.2 Fungsi Pendidikan Jasmani**

Menurut Reuben B. Frost dalam Sri Haryono (2007 : 17) mengemukakan secara rinci mengenai fungsi pendidikan jasmani, yaitu sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan ketrampilan gerak, dan pengetahuan tentang bagaimana dan mengapa seseorang bergerak, serta pengetahuan tentang cara-cara gerakan dapat diorganisasi.
- 2) Untuk belajar menguasai pola-pola gerak ketrampilan secara efektif melalui latihan pertandingan, tari, dan renang.
- 3) Memperkaya pengertian tentang konsep ruang, waktu, dan gaya dalam hubungannya dengan gerakan tubuh.

- 4) Mengekspresikan pola-pola perilaku personal dan hubungan interpersonal yang baik di dalam pertandingan dan tari.
- 5) Meningkatkan kondisi jantung, paru-paru, otot, dan sistem organ tubuh lainnya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan dalam keadaan darurat.
- 6) Memperoleh manfaat serta bisa menghargai kondisi fisik dan bentuk tubuh yang baik, serta kondisi perasaan yang selaras.
- 7) Mengembangkan minat atau keinginan berpartisipasi dalam olahraga sepanjang hidup.

#### 2.1.6.3 Ciri Pendidikan Jasmani

Dalam asas dan falsafah penjas dijelaskan bahwa ciri penjas yang berkualitas adalah sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan sikap positif terhadap gerak/aktivitas jasmani, dansa, permainan, dan olahraga (*affective learning*),
- 2) Mengembangkan kompetensi untuk memecahkan sedemikian banyak problema *technomotor* (*technomotor learning*),
- 3) Mengembangkan kompetensi untuk memecahkan persoalan pribadi dan antarpribadi yang terkait dengan situasi gerak/olahraga (*sociomotor learning*),
- 4) Menumbuhkan pengetahuan dan wawasan yang diperlukan untuk memahami peraturan dan ketentuan dalam budaya gerak serta mampu mengubahnya secara bermakna (*cognitive-reflective-learning*),
- 5) Meningkatkan kualitas kehidupan sekolah.

## **2.1.7 Karakteristik Permainan SepakBola**

### **2.1.7.1 Permainan Sepakbola**

Menurut Sucipto, dkk (2000 : 7) sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangan permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (*out door*) dan diruangan tertutup (*in door*).

Sepak bola berkembang dengan pesat dimasyarakat karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan; anak-anak, dewasa, dan orang tua. Bukti nyata permainan dapat dilakukan wanita yaitu diselenggarakan sepakbola wanita pada kejuaraan Dunia 1999. Dalam final hasil tim AS melawan China, sungguh tidak kalah menarik dengan partai final piala dunia 1998 antara Prancis dan Brasil.

### **2.1.7.3 Tujuan Permainan Sepakbola**

Dengan belajar dan berlatih permainan sepakbola secara kontinyu, efektif dan efisien maka akan dapat tercapai tujuan-tujuan sebagai berikut :

- 1) Pembentukan manusia secara keseluruhan, di mana fisik dan mental tumbuh selaras, serasi dan seimbang.
- 2) Untuk meningkatkan tingkat kesegaran dinamis dan kesehatan pemain.
- 3) Dapat mendatangkan kesenangan, kegembiraan, kebahagiaan hidup serta rekreasi bagi seseorang.
- 4) Untuk menyembuhkan beberapa penyakit tertentu.

- 5) Mengembangkan dan meningkatkan mutu prestasi secara optimal bagi pemain dalam permainan sepakbola.

Diharapkan seseorang setelah belajar dan berlatih permainan sepakbola atas bimbingan guru atau pelatih dapat memiliki pengetahuan, kecakapan, ketrampilan bermain sepakbola yang tinggi serta memiliki kesenangan dan sikap-sikap positif tentang nilai-nilai permainan sepakbola.

#### 2.1.7.4 Faktor-faktor Pendukung Bermain Sepakbola

Faktor-faktor penentu atau pendukung untuk mempercepat tercapainya tujuan permainan sepakbola antara lain sebagai berikut :

- 1) Faktor *Endogen* (atlit/pemain)
  6. Kesehatan fisik dan mental yang baik, terutama tidak berpenyakit jantung, paru-paru, saraf, dan jiwa.
  7. Bentuk tubuh sesuai dengan cabang olahraga yang diikuti, untuk pemain sepak bola diharapkan bertipe atletis.
  8. Memiliki bakat untuk bermain sepakbola, meliputi kemampuan fisik cepat mempelajari teknik-teknik dan taktik.
  9. Memiliki potensi sikap mental yang baik, antara lain sosial, disiplin, berkemauan keras, kreatif, tekun, dan bertanggungjawab.
- 2) Faktor *Eksogen*
  - a. Fasilitas alat, perlengkapan, dan biaya  
Sarana dan alat perlengkapan permainan sepakbola serta biaya secara minimal harus terpenuhi untuk mencapai tujuan.

b. Guru atau Pelatih

Guru olahraga atau pelatih sepak bola yang representatif sangat diperlukan untuk membimbing pemain agar dapat mempercepat waktu dalam mencapai tujuan. Pilihan yang tepat metode dan sistem mengajar atau melatih yang efektif dan efisien oleh guru atau pelatih sangat menentukan keberhasilan dalam proses belajar dan berlatih bagi pemain.

c. Organisasi

Organisasi sekolah maupun di luar sekolah yang mengolah olahraga sepakbola dituntut untuk memiliki struktur dan tata kerja yang baik. Organisator-organisator (kepala sekolah) harus memiliki sifat-sifat menyenangkan (*interest*), jujur, terbuka, tanggung jawab, dan berani berkorban.

d. Lingkungan yang baik

- Kehidupan pemain yang teratur,
- Hindarilah rokok, alkohol dan obat-obatan terlarang,
- Kesehatan selalu dikontrol,
- Tidur dan makan yang teratur,
- Cuaca alam sekitar usahakan nyaman,
- Dukungan orang tua masyarakat setempat dan pejabat sangat diperlukan

pemain untuk pendorong ke arah perkembangan yang optimal.

#### 2.1.7.5 Fasilitas, Alat, dan Perlengkapan

Dalam setiap cabang olahraga memang secara khusus mempunyai fasilitas, alat-alat, dan perlengkapan tertentu. Oleh karena itu kiranya perlu disajikan macam-macam

alat perlengkapan yang telah diatur dalam peraturan permainan Sepakbola. Uraian berikut berisi mengenai hal-hal tersebut di atas.

## 2 Lapangan

Lapangan sepakbola berbentuk persegi-panjang, panjangnya antara 18. m – 120 m, dan lebarnya antara 46.9 m – 91.8 m. (untuk pertandingan Internasional panjang lapangan antara 100 m – 110 m dan lebarnya antara 64.26 m – 73.44 m).

## 3 Pembatas Lapangan

Lapangan permainan dibatasi dengan garis yang jelas lebarnya tidak lebih dari 15 cm. Bendera sudut lapangan tidak kurang dari 15 m, dan diletakkan pada keempat sudut lapangan. Titik tengah lapangan ditandai dengan titik yang jelas dan dikelilingi lingkaran tengah dengan jari-jari 9.15 m.

## 4 Kotak Gawang

Di setiap ujung dari lapangan harus digambar 2 garis yang sejajar dengan garis gawang, sejajar dengan lebar lapangan. Daerah yang berada didalam garis-garis ini dinamakan daerah gawang. Pada setiap ujung lapangan digambar dua garis dengan panjang lapangan dan berjarak masing-masing 16.5 m dari tiang gawang. Garis-garis ini disatukan oleh sebuah garis lain yang sejajar dengan lebar lapangan. Daerah yang diapit oleh garis ini disebut daerah tendangan hukuman.

## 5 Bola

Bola harus bulat terbuat dari kulit, bola dalamnya terbuat dari karet atau bahan lain yang semacam. Bola tidak boleh terbuat dari bahan yang membahayakan pemain. Keliling bola tidak boleh lebih dari 71 cm dan tidak kurang dari 68 cm. Berat bola antara 410 g – 450 g. Tekanan udara antara 0.6 – 1.1 atmosfer.

## 6 Gawang

Gawang diletakkan ditengah garis gawang, terdiri dari dua tiang tegak, membentuk garis lurus dengan kedua garis sudut dan lebarnya 7.32 m dihubungkan dengan sebuah tiang horizontal yang tingginya 2.44 m. Tiang

gawang terbuat dari kayu, besi, bahan yang telah disetujui oleh badan internasional FIFA.

## 7 Perlengkapan pemain

Pemain-pemain hendaknya memakai kostum yang bernomor di dada dan di punggung. Dalam permainan, pemain diharuskan memakai sepatu sepak bola.

### **2.1.8 Karakteristik Permainan SepakBola Mini Empat Gawang**

#### **2.1.8.1 Hakekat Permainan SepakBola Mini Empat Gawang**

Permainan sepakbola mini satu gawang adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 16 orang (masing-masing satu tim 4 orang), serta menggunakan bola yang lebih kecil dengan ukuran 4 berbeda yang digunakan dalam sepakbola dengan ukuran standar yaitu dengan ukuran 5. Gawang yang digunakan dalam permainan sepakbola mini satu gawang ini juga lebih kecil (berukuran 1 X 0.8 m) dan tidak ada pemain yang berposisi sebagai penjaga gawang. Didalam permaian ini semua pemain bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin dengan mecetak gol kegawang yang sama. Jadi setiap tim melakukan pertahanan dan penyerangan secara bergantian, sehingga tidak ada posisi pemain yang tetap di dalam permainan. Beberapa perbedaan yang membedakan antara sepak bola mini empat gawang dengan sepakbola pada umumnya antara lain:

**Tabel 2. Perbedaan Sepakbola Dengan Sepakbola Mini Satu Gawang**

<b>Sepakbola Normal</b>	<b>Sepakbola Mini Empat Gawang</b>	<b>Keterangan</b>
Ukuran lapangan 110 m X 73.44 m	Ukuran lapangan 10 m X 10 m 20 m X 20 m	Luas lapangan menyesuaikan dengan jumlah pemain
11 pemain tiap tim	Jumlah pemain 3 – 4 tiap tim.	Jumlah pemain disesuaikan dengan luas lapangan
Memakai 2 gawang dan terdapat pemain sebagai penjaga gawang	Memakai empat gawang dan tidak terdapat penjaga gawang	Dibuat hanya satu gawang karena lapangan yang mini dan permainan lebih menarik dan menyenangkan
Lemparan ke dalam	Tendangan ke dalam	Dalam permainan bola datar lebih efektif
2 X 45 menit	2 X 15 menit	Pemain dalam permainan lebih aktif
Peraturan offside berlaku	Peraturan offside tidak berlaku	Semua pemain bebas berposisi dimanapun
Tackling dan benturan fisik diperbolehkan	Tackling dan benturan fisik tidak diperbolehkan	Dengan lapangan yang kecil sangat rentan cidera apabila melakukan tackling

Secara garis besar permainan sepak bola mini empat gawang dimainkan dengan cara dan peraturan yang hampir sama dengan permainan sepakbola yang telah ada. Bahkan permainan sepakbola mini empat gawang dapat dijadikan permainan anak untuk meningkatkan aktivitas dan kesegaran jasmani dalam bermain sepakbola.

### **2.1.8.2 Fasilitas dan Alat Bermain**

#### **2.1.8.2.1 Lapangan**

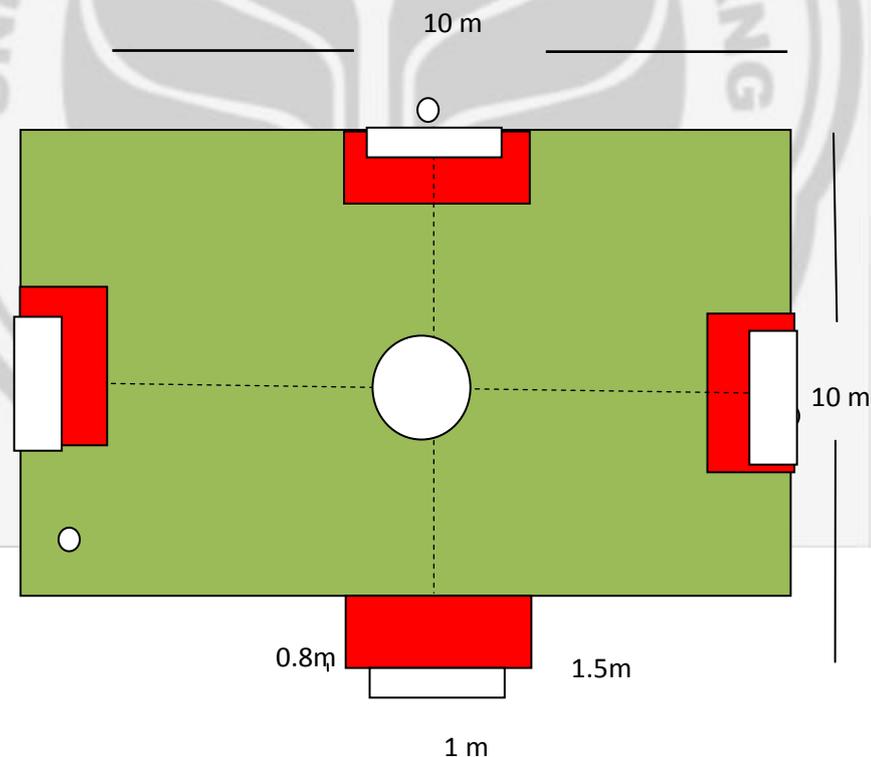
- Seperti sepakbola standar, lapangan sepakbola mini empat gawang berbentuk persegi empat. Dari permainan dalam permainan ini garis pembatas lapangan harus lebih pendek, kebalikan sepakbola pada umumnya. Dengan ukuran yang disesuaikan dengan jumlah pemain. Berikut perbandingan jumlah pemain dengan ukuran lapangan

#### Ukuran lapangan untuk 12 pemain

- setiap tim terdiri dari 3 pemain
- ukuran lapangan 12 m X 12 m

Gambar 1.

#### Lapangan Sepakbola Mini Empat gawang untuk 12 Pemain



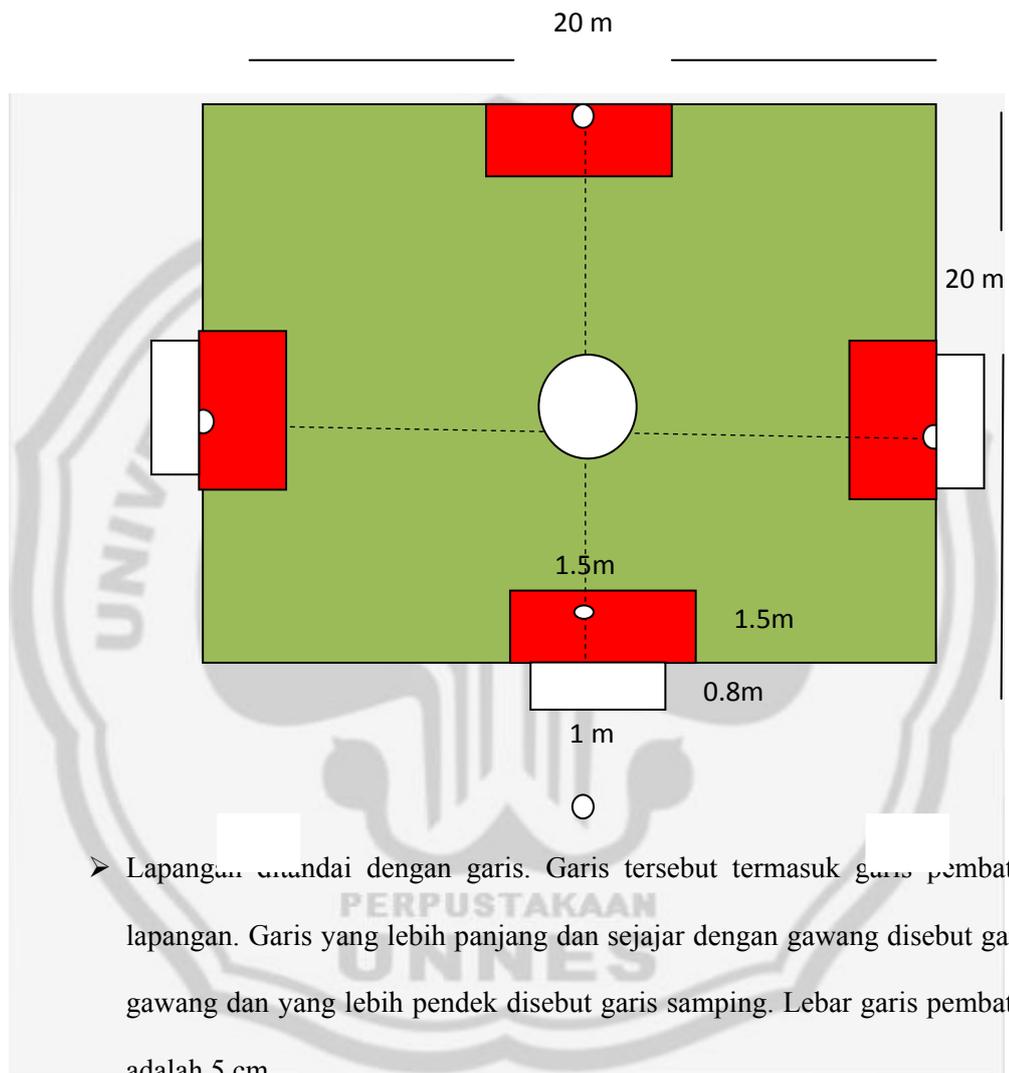
#### Ukuran lapangan untuk 16 pemain

- setiap tim terdiri dari 4 pemain

- ukuran lapangan 20 m X 20 m

**Gambar 3.**

**Lapangan Sepakbola Mini Empat gawang untuk 16 Pemain**



- Lapangan ditandai dengan garis. Garis tersebut termasuk garis pembatas lapangan. Garis yang lebih panjang dan sejajar dengan gawang disebut garis gawang dan yang lebih pendek disebut garis samping. Lebar garis pembatas adalah 5 cm.
- Daerah penalti juga dipakai sebagai daerah serang ditandai pada masing-masing ujung lapangan.
- Titik penalti berjarak 7 m dari titik tengah antara kedua tiang gawang dengan jarak yang sama dan terletak pada garis daerah penalti.

- Daerah 5 detik, didalam daerah pinalti masih terdapat daerah 5 detik yaitu daerah dimana pemain dilarang berada didaerah ini selama lebih dari 5 detik. Daerah 5 detik berada pada garis gawang berbentuk persegi panjang, garis yang sejajar degan garis gawang sepanjang 0.5 m dari tiang gawang dan garis yang sejajar dengan garis lapangan sepanjang 1.5 m.

Daerah tendangan sudut terletak pada setiap sudut lapangan bagian dalam, berupa seperempat lingkaran dengan radius 25 cm.

Titik tendangan awal atau *kick off*. Titik ini berada ditengah dengan garis yang berhadapan dengan garis gawang.

#### 2.1.8.2.2 Gawang

Gawang harus ditempatkan pada bagian tengah dari masing-masing garis gawang. Gawang terdiri dari dua tiang gawang (*goal post*) yang sama dari masing-masing sudut dan dihubungkan dengan puncak tiang oleh palang gawang secara horizotal (*cross bar*). Jarak antara tiang gawang 120 m dan jarak dari ujung bagian bawah tanah kepalang gawang adalah 80 cm.

#### 2.1.8.2.3 Bola

Bola yang dipakai harus berbentuk bulat dengan ukuran 4 sebagaimana layaknya bola yang dipakai pada sepak bola. Bola terbuat dari bahan kulit atau bahan lainnya dengan ukuran keliling 62 – 64 cm.

#### 2.1.8.2.3 Perlengkapan pemain

Pemain menggunakan kaos olahraga dan celana pendek yang terbuat dari bahan yang ringan dan nyaman dipakai.

Pemain menggunakan sepatu olahraga dari bahan kain atau kulit yang lunak dan nyaman dipakai.

### **2.1.8.3 Peraturan Bermain Sepak Bola Mini Empat Gawang**

#### 2.1.8.3.1 Tendangan awal (*kick-off*)

*Kick-off* adalah cara untuk memulai permainan. *Kick-off* terdapat pada awal pada setiap babak, baik itu pertam, kedua,serta setelah gol tercipta. Pada saat *kick-off* seluruh pemain dari kedua tim harus berada dalam lapangan permainan. Lawan dari tim yang melakukan *kick-off* harus berada minimal 3 m dari bola hingga bola sudah dalam permainan.

#### 2.1.8.3.2 Tim bertahan menjadi tim penyerang

Dalam permainan sepakbola mini empat gawang, karena hanya menggunakan satu gawang jadi hanya menggunakan satu daerah untuk menyerang dan bertahan. Apabila tim bertahan berhasil merebut bola dari tim penyerang, maka tim bertahan tersebut berganti menjadi tim penyerang dengan syarat bola yang sudah dikuasai dibawa keluar dahulu melewati daerah pinalti. Kemudian tim yang semula menyerang secara otomatis menjadi tim bertahan yang melindungi gawang agar tidak kemasukan gol.

#### 2.1.8.3.3 Daerah 5 detik

Daerah 5 detik merupakan daerah larangan bagi setiap pemain untuk tetap berada di daerah ini selama 5 detik atau lebih karena akan diberi hukuman pelanggaran.

#### 2.1.8.3.4 Tendangan kedalam

Tendangan kedalam dilakukan apabila bola saat dalam permainan keluar dari garis samping. Bola yang ditendang harus tepat diatas garis, atau tidak boleh didalam garis samping.

#### 2.1.8.3.5 Tendangan pinalti

Tendangan pinalti diberikan apabila seorang pemain dari tim bertahan melakukan pelanggaran di daerah pinalti. Tidak peduli di manapun posisi bola saat terjadi pelanggaran, asalkan bola tetap berada di dalam permainan. Kecuali pelanggaran 5 detik, pelanggaran ini hanya dikenai tendangansudut

## 2.2 Kerangka Berfikir

Sesuai dengan kompetensi dasar dalam kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar, siswa diharapkan dapat mempraktekkan permainan sepakbola dengan peraturan yang sudah dikembangkan dengan memanfaatkan lahan kosong di luar sekolah. Pada kenyataannya dalam proses pembelajaran permainan sepakbola di Sekolah Dasar masih dalam bentuk permainan yang sesuai peraturan baku, baik dalam hal peralatan, lapangan yang digunakan maupun peraturannya. Dari pelaksanaan pembelajaran tersebut dijumpai anak-anak yang merasa tidak senang, bosan dan kurang aktif bergerak dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Pengembangan pembelajaran permainan sepakbola merupakan salah satu upaya yang harus diwujudkan. Model pembelajaran permainan sepakbola melalui permainan sepakbola mini satu gawang diharapkan mampu membuat anak lebih aktif bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan, ketika mengikuti pembelajaran permainan sepakbola .

Pembelajaran sepakbola menggunakan empat gawang adalah pengembangan model pembelajaran sepakbola yang dilakukan dalam bentuk permainan sepakbola yang di dalamnya hanya terdapat satu gawang dalam permainan. Keuntungan dari bermain sepakbola dengan satu gawang adalah anak lebih banyak bergerak dalam menempatkan posisi, baik saat melakukan penyerangan maupun pertahanan yang secara tidak langsung bisa melatih kemampuan anak dalam bermain sepakbola.



## BAB III

### METODE PENGEMBANGAN

#### 3.1 Model Pengembangan

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang bertujuan menghasilkan produk berupa modal pembelajaran sepak bola melalui permainan sepak bola empat gawang bagi siswa Sekolah Dasar (SD) biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based development*) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian, utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran. Menurut Borg dan Gall seperti yang dikutip Martin S (2010) penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan pembelajaran. Selanjutnya disebutkan bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu : (1) pengembangan produk, dan (2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan.

Peneliti mengembangkan permainan sepakbola disesuaikan dengan pertimbangan keadaan lapangan, keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya sehingga tidak mengambil subjek yang besar.

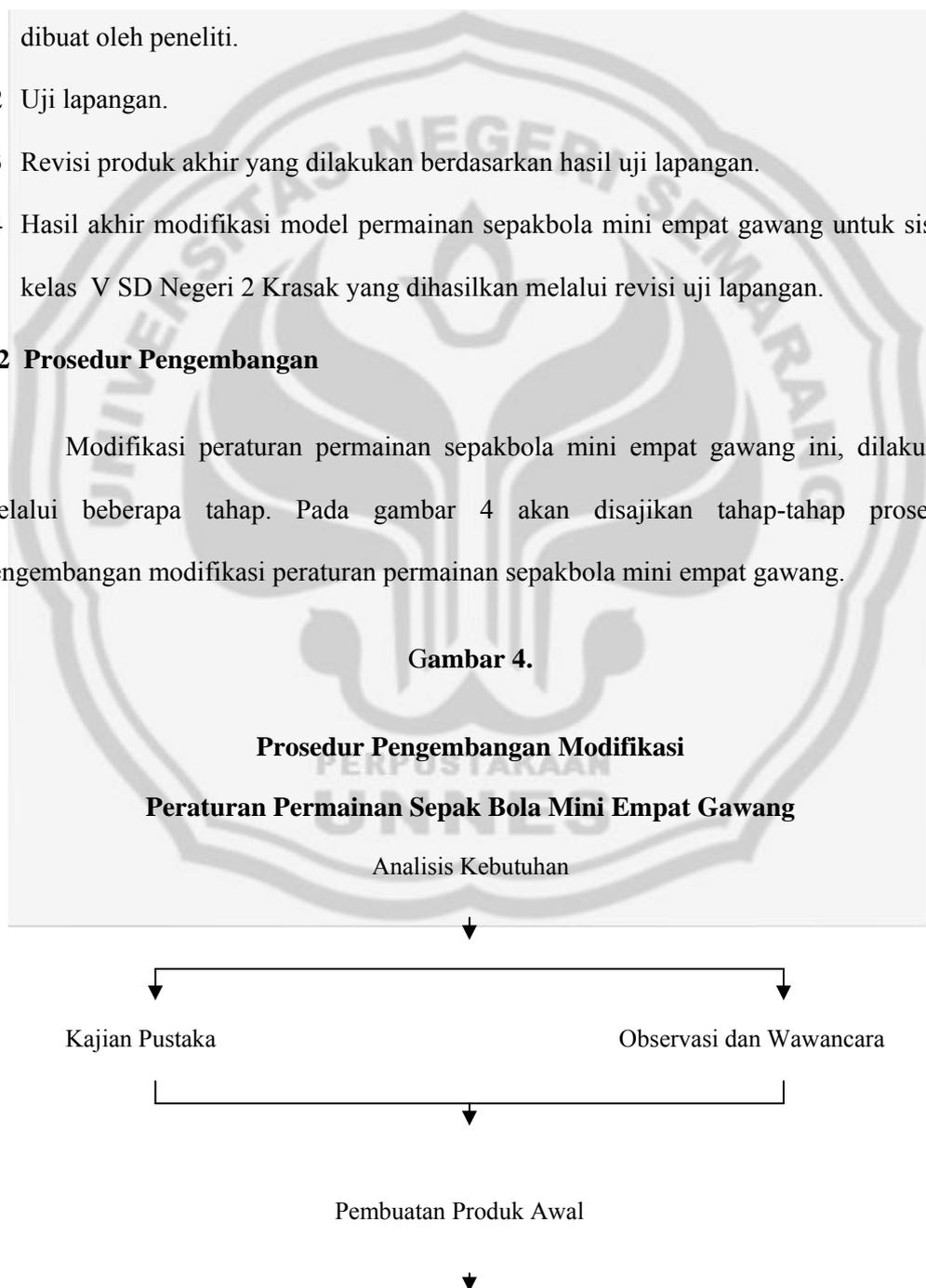
Langkah-langkah yang digunakan peneliti untuk modifikasi peraturan permainan sepakbola mini empat gawang ini adalah sebagai berikut:

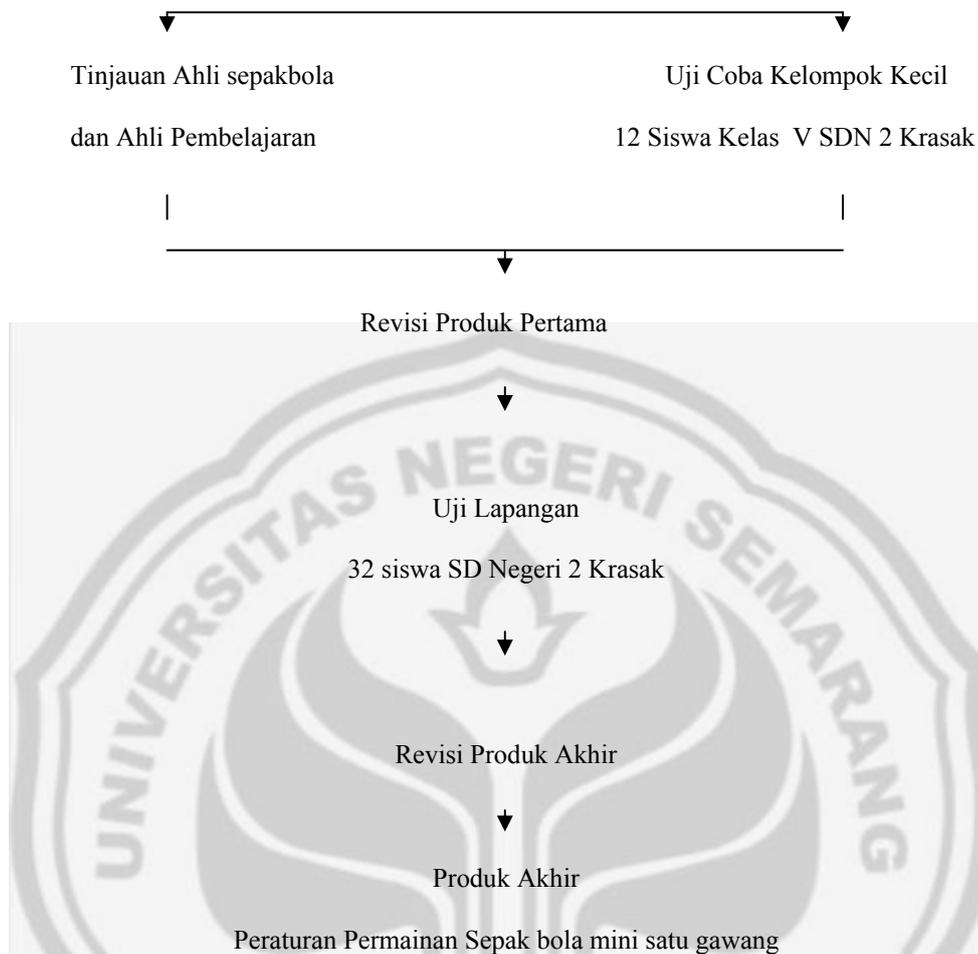
- 8 Melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi. Termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.
- 9 Mengembangkan bentuk produk awal (berupa peraturan permainan sepakbola mini empat .

- 10 Evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis.
- 11 Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil. Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti.
- 12 Uji lapangan.
- 13 Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan.
- 14 Hasil akhir modifikasi model permainan sepakbola mini empat gawang untuk siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan.

### 3.2 Prosedur Pengembangan

Modifikasi peraturan permainan sepakbola mini empat gawang ini, dilakukan melalui beberapa tahap. Pada gambar 4 akan disajikan tahap-tahap prosedur pengembangan modifikasi peraturan permainan sepakbola mini empat gawang.





### 3.2.1 Analisis kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah peraturan permainan sepakbola mini empat gawang ini dibutuhkan atau tidak. Pada tahap ini peneliti mengadakan observasi di SD Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara tentang pelaksanaan olahraga sepakbola mini empat gawang dengan cara melakukan pengamatan lapangan tentang aktifitas siswa.

### **3.2.2 Pembuatan Produk Awal**

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka langkah selanjutnya adalah pembuatan produk model permainan sepakbola mini empat gawang. Dalam pembuatan produk yang dikembangkan, peneliti membuat produk berdasarkan kajian teori yang kemudian dievaluasi oleh satu ahli sepakbola dan dua guru pendidikan jasmani sebagai ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara .

### **3.2.3 Uji Coba Produk**

Pelaksanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu: (1) menetapkan desain uji coba, (2) menentukan subjek uji coba, (3) menyusun instrumen pengumpulan data, dan (4) menetapkan teknik analisis data.

### **3.2.4 Revisi Produk Pertama**

Setelah uji coba produk, maka dilakukan revisi produk pertama hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil sebagai perbaikan dari produk yang telah diujicobakan.

### **3.2.5 Uji Lapangan**

Pada tahap ini dilakukan uji lapangan terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba 32 peserta didik kelas V SD Negeri 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara

### **3.2.6 Revisi Produk Akhir**

Revisi produk dari hasil uji lapangan yang telah diujicobakan siswa kelas V SD N 2 Krasak Kecamatan Bangsri Kabupaten Jepara .

### 3.2.7 Hasil Akhir

Hasil akhir produk pengembangan dari uji lapangan yang berupa modifikasi model permainan sepakbola mini empat gawang.

### 3.3 Uji Coba Produk

Uji coba produk penelitian ini bertujuan untuk memperoleh efektivitas, efisiensi dan kebermanfaatan dari produk. Langkah-langkah yang ditempuh dalam pelaksanaan uji coba produk adalah sebagai berikut:

#### 3.3.1 Desain Uji Coba

Desain uji coba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dan segi pemanfaatan produk yang dikembangkan. Desain uji coba yang dilaksanakan terdiri dari:

##### 3.3.1.1 Evaluasi Ahli

Sebelum produk pembelajaran yang dikembangkan diujicobakan kepada subjek, produk yang dibuat dievaluasi terlebih dahulu oleh satu ahli penjas (H. Ali Ronzi, S.Pd, M.Pd), dan ahli pembelajaran I (Sri Hartiningsih,S.Pd.) Pembelajaran II (Sutiyono S. Pd.) dengan kualifikasi: (1) H. Ali Ronzi, S.Pd, M.Pd, Adalah kepala UPT Disdikpora Kecamatan Mlonggo, (2) Sri Hartiningsih,S.Pd. Adalah Guru Penjasorkes SD Negeri 5 Karanggondang dan Sutiyono,S. Pd. adalah guru Penjasorkes SD Negeri 4 Jambu. Variabel yang dievaluasi oleh ahli meliputi fasilitas dan perlengkapan serta memenangkan pertandingan, memainkan bola, aktivitas siswa dalam permainan. Untuk menghimpun data dari para ahli digunakan kuesioner. Hasil evaluasi dari para ahli yang berupa masukan dan saran terhadap produk yang telah dibuat, dipergunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk.

### **3.3.1.2 Uji Coba Kelompok Kecil**

Pada tahapan ini produk yang telah direvisi dari hasil evaluasi ahli kemudian diujicobakan kepada siswa kelas V SD N 2 Krasak. Pada uji coba kelompok kecil ini menggunakan 12 siswa sebagai subjeknya. Pengambilan siswa dilakukan dengan menggunakan sampel secara random karena karakteristik dan tingkat kesegaran jasmani siswa yang berbeda.

Pertama-tama siswa diberikan penjelasan peraturan permainan sepakbola mini satu gawang yang kemudian melakukan uji coba permainan sepak bola mini satu gawang. Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuesioner tentang permainan yang telah dilakukan. Tujuan uji coba kelompok kecil ini adalah untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan.

### **3.3.1.3 Revisi Produk Pertama**

Hasil data dari evaluasi satu ahli penjas dan satu ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil tersebut dianalisis. Selanjutnya dijadikan acuan untuk merevisi produk yang telah dibuat.

### **3.3.1.4 Uji Coba Lapangan**

Hasil analisis uji coba kelompok kecil serta revisi produk pertama, selanjutnya dilakukan uji lapangan. Uji lapangan ini dilakukan pada siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak .

Pertama-tama siswa diberikan penjelasan peraturan permainan sepak bola mini satu gawang yang telah direvisi yang kemudian melakukan uji coba permainan sepakbola mini

empat gawang. Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuesioner tentang permainan yang telah dilakukan.

### **3.3.2 Subjek Coba**

Subjek coba pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- h. Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran.
- i. Uji coba kelompok kecil yang terdiri dari 12 siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak dipilih menggunakan sampel secara random.
- j. Uji coba lapangan yang terdiri dari 32 siswa kelas V SD Negeri 2 Krasak

### **3.3.3 Jenis Data**

Data yang diperoleh adalah data kuantitatif dan data kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil wawancara dan kuisisioner yang berupa kritik dan saran dari ahli penjasorkes dan ahli pembelajaran secara lisan maupun tulisan sebagai masukan untuk bahan revisi produk. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dari pengambilan jumlah denyut nadi pengaruh penggunaan produk.

### **3.3.4 Instrumen Pengumpulan Data**

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah berbentuk kuesioner. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari evaluasi ahli dan uji coba. Alasan memilih kuesioner adalah jumlah subjek yang relatif banyak sehingga data dapat diambil secara serentak dan waktu yang singkat. Kepada ahli dan siswa diberikan kuesioner yang berbeda. Kuesioner ahli dititik beratkan pada produk pertama yang dibuat, sedangkan kuesioner siswa dititik beratkan pada kenyamanan dalam menggunakan produk. Yaitu dalam permainan sepakbola mini satu gawang. Apakah siswa dapat

bermain dengan bentuk lapangan dan peraturan permainan yang berbeda dengan sepakbola pada umumnya.

### 3.3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk persentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif.

Dalam pengolahan data, persentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman, dkk. (2003:879), yaitu:

$$f = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

f = frekuensi relatif/angka persentase

f = frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = jumlah seluruh data

100% = konstanta

Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada tabel 3 akan disajikan klasifikasi persentase.

Tabel 3.

## Klasifikasi Persentase

Persentase	Klasifikasi	Makna
0 – 20%	Tidak baik	Dibuang
20,1 – 40%	Kurang baik	Diperbaiki
40,1 – 70%	Cukup baik	Digunakan (bersyarat)
70,1 – 90%	Baik	Digunakan
90,1 – 100%	Sangat baik	Digunakan

Sumber Guilford (dalam Faqih, 1996:57)



## BAB IV

### HASIL PENGEMBANGAN

#### a) Hasil Data Uji Coba

##### 3 Data Analisis Kebutuhan

Untuk mengetahui permasalahan-permasalahan pembelajaran yang terjadi di lapangan terutama berkaitan dengan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, serta bentuk pemecahan dari permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan analisis kebutuhan. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menganalisis proses pembelajaran yang terjadi sesungguhnya di lapangan, melakukan observasi pembelajaran dan melakukan studi pustaka / kajian literatur.

Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi permainan bola besar khususnya sepakbola bagi siswa kelas atas sekolah dasar, disebutkan bahwa siswa dapat mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan sikap kerjasama, toleransi dan sportifitas. Kenyataan yang ada dalam proses pembelajaran permainan bola besar, khususnya permainan sepakbola di SD masih jauh dari sikap kerjasama dan toleransi yang merupakan salah satu tujuan kegiatan pembelajaran penjasorkes.

Pada proses pembelajaran sepakbola pada SD masih ditemui beberapa hal, antara lain dalam kegiatan penjasorkes tidak memanfaatkan fasilitas yang tersedia seperti lapangan dengan maksimal. Serta alat yang digunakan tidak sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan peserta didik, diketahui ada beberapa siswa khususnya

siswa putri yang mengeluh rasa sakit ketika menendang bola karena bola yang digunakan keras, pembelajaran permainan sepakbola yang diberikan oleh guru masih belum dikemas dalam bentuk modifikasi, sehingga dijumpai siswa yang merasa tidak senang, bosan, dan malas untuk bergerak .

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti berusaha mengembangkan model pembelajaran sepakbola, melalui permainan sepakbola mini empat gawang bagi siswa kelas atas siswa SD. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan nanti dapat meningkatkan kualitas pembelajaran permainan bola besar khususnya permainan sepakbola yang dapat membuat siswa aktif mengikuti pembelajaran, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Produk yang dihasilkan juga diharapkan dapat membantu guru Penjasorkes dalam memberikan pembelajaran permainan sepakbola lebih bervariasi dengan menggunakan produk yang dihasilkan ini.

#### **4.1.2 Diskripsi Draf Produk Awal**

Setelah menentukan produk yang akan dikembangkan berupa model permainan sepakbola mini empat gawang yang sesuai dengan siswa SD. Tahap selanjutnya yang dilakukan adalah membuat produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Analisis tujuan dan karakteristik permainan sepakbola di SD
2. Analisis karakteristik siswa SD
3. Mengkaji literatur tentang prinsip-prinsip atau cara membuat atau mengembangkan modifikasi permainan sepakbola
4. Menetapkan prinsip-prinsip untuk pengembangan model modifikasi permainan sepakbola

5. Menetapkan tujuan, isi, dan strategi pengelolaan pembelajaran
6. Pengembangan prosedur pengukuran hasil pembelajaran
7. Menyusun produk awal model permainan sepakbola mini empat gawang.

Setelah melalui proses desain dan produksi maka dihasilkan produk awal model permainan sepakbola mini empat gawang yang sesuai bagi siswa SD. Berikut ini adalah draf produk awal permainan sepakbola mini empat gawang yang sesuai bagi siswa SD sebelum divalidasi oleh ahli dan guru Penjasorkes SD :

#### **4.1.3 Draf produk awal model permainan sepakbola mini empat gawang bagi siswa kelas atas SD Negeri di Krasak.**

##### **k. Pengertian permainan sepakbola mini empat gawang**

Permainan sepak bola mini empat gawang adalah permainan sejenis sepak bola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 16 orang (masing-masing tim 4 orang), serta menggunakan bola yang lebih kecil dengan ukuran 4 beda yang digunakan dalam sepak bola standar dengan ukuran bola 5. Gawang yang digunakan dalam permainan sepak bola mini empat gawang ini juga lebih kecil (berukuran 1 X 0.8 m) dan tidak ada pemain yang berposisi sebagai penjaga gawang. Didalam permainan ini semua pemain bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin dengan mecetak gol kegawang yang sama. Jadi setiap tim melakukan pertahanan dan penyerangan secara bersamaan, sehingga tidak ada posisi pemain yang tetap di dalam permainan sepak bola ini.

##### **l. Peraturan Permainan**

Berikut ini adalah peraturan-peraturan dalam permainan sepak bola mini empat gawang yang sudah dimodifikasi disesuaikan dengan situasi dan kondisi di lapangan.

Peraturan dalam permainan sepakbola mini empat gawang terdiri dari beberapa hal antara lain :

6) Fasilitas dan peralatan

a. Lapangan

- Seperti sepakbola, lapangan sepakbola mini empat gawang berbentuk persegi empat. Dari permainan dalam permainan ini garis pembatas lapangan harus lebih pendek, kebalikan sepakbola pada umumnya. Dengan ukuran:

Panjang : Minimal 15 m

Maksimal 25 m

Lebar : Minimal 13 m

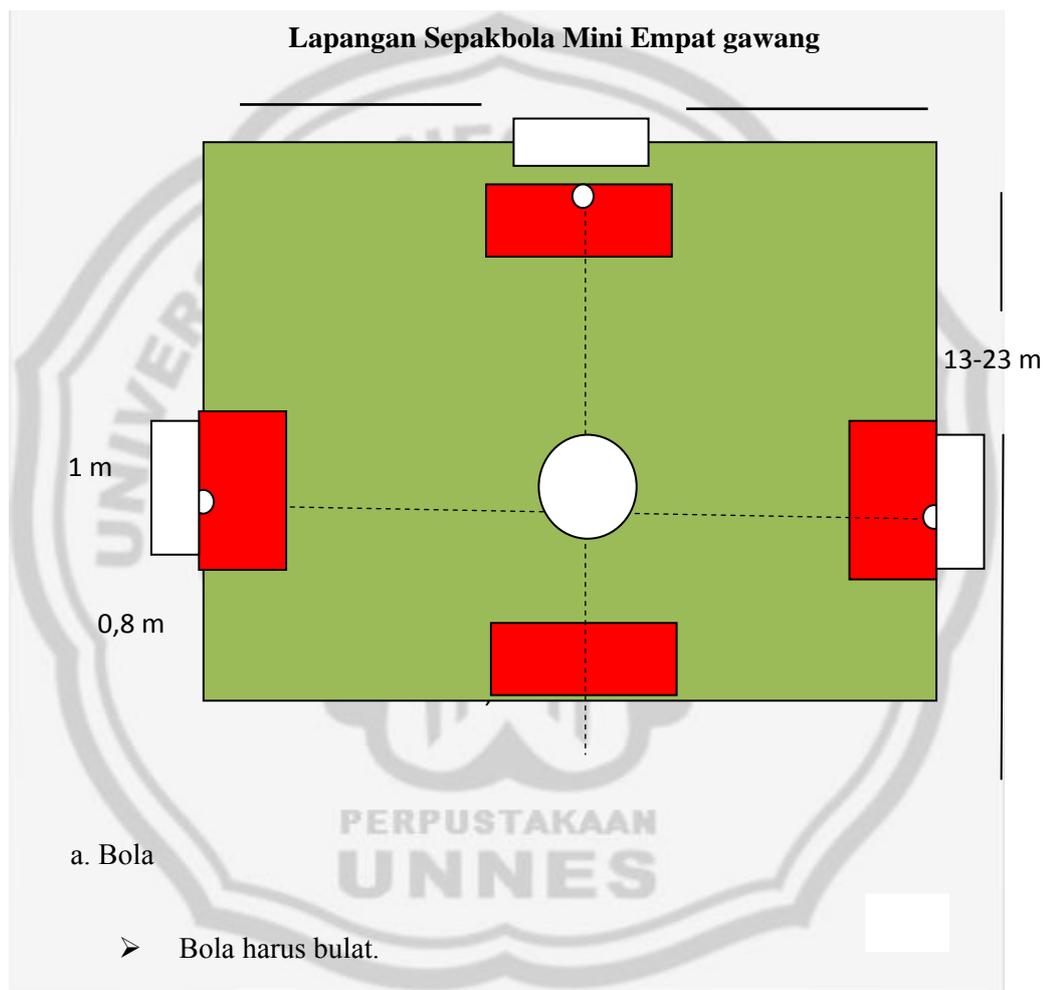
Maksimal 23 m

- 4) Lapangan ditandai dengan garis. Garis tersebut termasuk garis pembatas lapangan. Garis yang lebih panjang disebut garis gawang dan yang lebih pendek disebut garis samping. Lebar garis pembatas adalah 8 cm.
- 5) Daerah penalti juga dipakai sebagai daerah serang ditandai pada masing-masing ujung lapangan.
- 6) Titik penalti berjarak 7 m dari titik tengah antara kedua tiang gawang dengan jarak yang sama dan terletak pada garis daerah penalti.
- 7) Daerah 5 detik, didalam daerah pinalti masih terdapat daerah 5 detik yaitu daerah dimana pemain dilarang berada didaerah ini selama lebih dari 5 detik. Daerah 5 detik berada pada garis gawang berbentuk persegi

panjang, garis yang sejajar dengan garis gawang sepanjang 3 m dan garis yang sejajar dengan garis lapangan sepanjang 2 m.

- 8) Titik tendangan awal atau *kick off*. Titik ini berada ditengah -tengah titik yang berada di lingkaran tengah .

**Gambar 5**



- Bola yang digunakan adalah bola sepak dengan ukuran keliling bola 62 – 64 cm

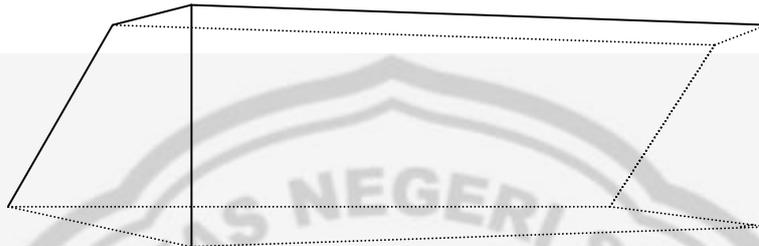
b. Gawang

- Gawang yang digunakan dalam permainan sepakbola mini empat gawang berbentuk persegi panjang.

- Ukuran gawang yaitu dengan panjang gawang 100 cm dan lebar gawang 80 cm

**Gambar 6**

**Gawang sepak bola mini**

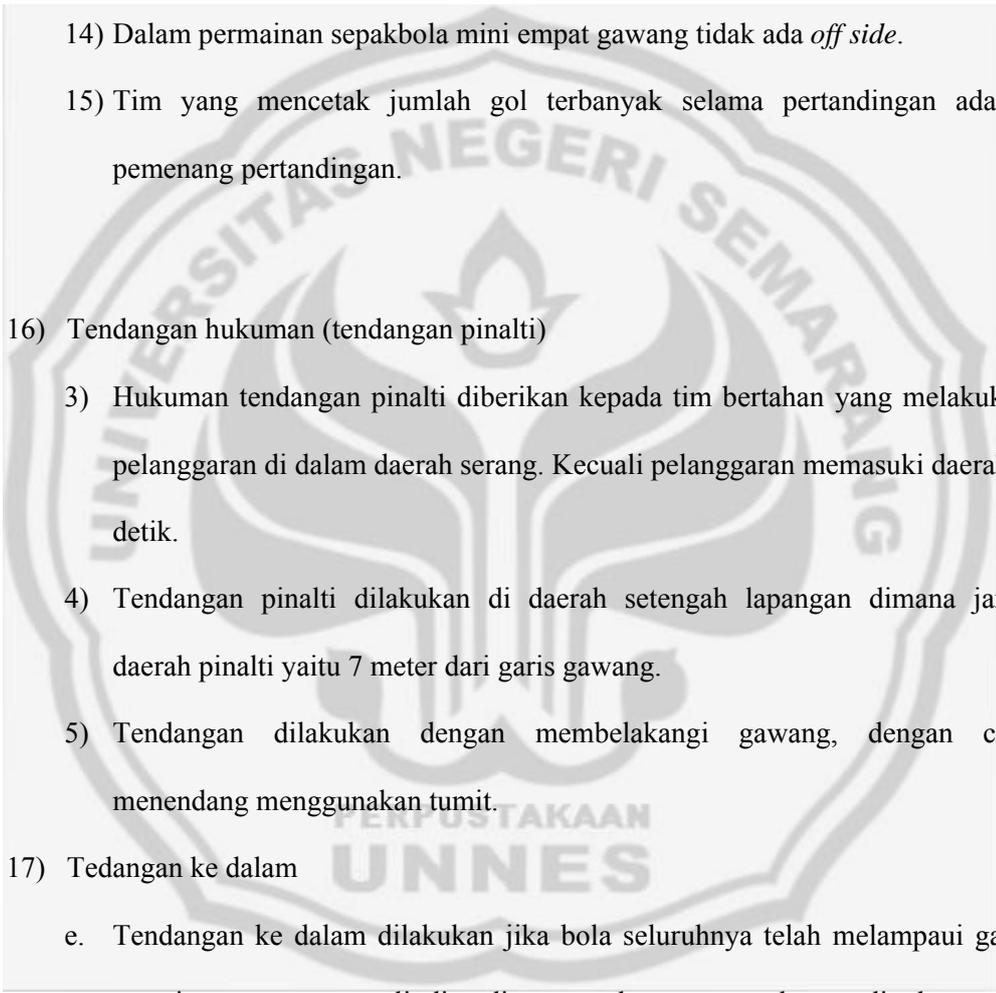


- 7) Perlengkapan pemain
  - 8) Memakai pakaian atau seragam olahraga.
  - 9) Memakai celana olahraga pendek.
  - 10) Memakai kaos kaki.
  - 11) Memakai sepatu olahraga tanpa pull.
- 12) Jumlah pemain
  - a. Permainan sepakbola mini empat gawang dimainkan oleh 2 tim.
  - b. Setiap tim terdiri dari 5 orang pemain tanpa penjaga gawang.
  - c. Jumlah pemain pengganti sebanyak 2 orang.
  - d. Penggantian pemain dapat dilakukan pada saat permainan berhenti (bola mati)
- 13) Wasit
  - 8) Permainan sepakbola mini satu gawang dipimpin oleh dua orang wasit.
  - 9) Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi jalannya permainan sepakbola mini empat gawang.

- 10) wasit pertama bertugas untuk mengawasi jalanya permainan berada di dalam lapangan.
- 11) wasit kedua hanya mengawasi daerah serang dan berada di belakang gawang
- 12) Masing-masing wasit mempunyai kedudukan masing-masing sesuai tugasnya.

- 14) Lama permainan dan tendangan permulaan
  - 4) Lama permainan
    - 5) Lama permainan dibagi dalam 2 babak, tiap babak terdiri dari 10 menit.
    - 6) Waktu istirahat adalah 5 menit.
  - 7) Tendangan permulaan (*kick off*)
    - 8) Untuk memulai permainan selalu dimulai dengan tendangan permulaan.
    - 9) Tendangan permulaan dilalukan dengan ketentuan semua pemain bebas berposisi dimana saja.
    - 10) Tendangan permulaan dilakukan oleh dua orang pemain dimana letak tendangan permulaan berada di daerah permulaan permainan.
    - 11) Jika terjadi gol, maka permainan dimulai kembali dari tendangn gawang .
- 15) Cara mencetak gol
  - 12) Suatu gol dicetak jika bola seluruhnya melampauui garis gawang antara kedua tiang gawang dan dibawah palang gawang.
  - 13) Dalam permainan sepakbola mini empat gawang, karena hanya menggunakan empat gawang dan bebas untuk menyerang dan bertahan. Apabila tim bertahan berhasil merebut bola dari tim penyerang, maka tim bertahan tersebut berganti menjadi tim penyerang. Tapi bila tim penyerang sudah memasuki daerah serang dan tim bertahan berhasil merebut bola dan dapat menjadi tim penyerang dengan syarat bola yang sudah dikuasai dibawa

keluar dahulu melewati daerah pinalti, tidak diperbolehkan langsung memasukkan bola apabila tim bertahan belum membawa bola keluar melewati daerah serang. Kemudian tim yang semula menyerang secara otomatis menjadi tim bertahan yang melindungi gawang agar tidak kemasukan gol.

- 
- 14) Dalam permainan sepakbola mini empat gawang tidak ada *off side*.
  - 15) Tim yang mencetak jumlah gol terbanyak selama pertandingan adalah pemenang pertandingan.
  - 16) Tendangan hukuman (tendangan pinalti)
    - 3) Hukuman tendangan pinalti diberikan kepada tim bertahan yang melakukan pelanggaran di dalam daerah serang. Kecuali pelanggaran memasuki daerah 5 detik.
    - 4) Tendangan pinalti dilakukan di daerah setengah lapangan dimana jarak daerah pinalti yaitu 7 meter dari garis gawang.
    - 5) Tendangan dilakukan dengan membelakangi gawang, dengan cara menendang menggunakan tumit.
  - 17) Tendangan ke dalam
    - e. Tendangan ke dalam dilakukan jika bola seluruhnya telah melampaui garis samping secara menggelinding di atas tanah maupun melayang di udara.
    - f. Saat melakukan tendangan ke dalam bola harus tepat diatas garis lapangan.
  - 18) Tendangan sudut
    10. Tendangan sudut dilakukan oleh lawan dari tim yang membuang bola melewati garis gawang.

11. Tim yang melakukan tendangan sudut secara otomatis menjadi tim penyerang.

#### **4.1.4 Validasi Ahli**

##### **4.1.4.1 Validasi Draf Produk Awal**

Produk awal pengembangan model pembelajaran sepakbola mini empat gawang bagi siswa Sekolah Dasar (SD) sebelum diujicobakan dalam uji kelompok kecil, produk yang dihasilkan perlu dilakukan validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang peneliti ini. Peneliti melibatkan satu (1) orang ahli sepakbola yaitu H. Ali Ronzi, S.Pd, M.Pd. Adalah Kepala UPT Dinasdikpora Kecamatan Mlonggo dan dua (2) orang guru penjas Sekolah Dasar (SD), yaitu Sri Hartiningsih, S.Pd, dan Sutiyono, S.Pd.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal model permainan sepakbola mini empat gawang, dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli dan guru penjas Sekolah Dasar. Lembar evaluasi berupa kuesioner yang berisi aspek kualitas model permainan, saran, serta komentar dari ahli Penjas dan guru penjas Sekolah Dasar terhadap model permainan sepakbola mini empat gawang. Hasil evaluasi berupa nilai dari aspek kualitas model pembelajaran dengan menggunakan skala *Likert* 1 sampai 5. Caranya dengan menyontrenng salah satu angka yang tersedia pada lembar evaluasi.

##### **4.1.4.2 Deskripsi Data Validasi Ahli**

Data yang diperoleh dari pengisian kuesioner oleh para ahli, merupakan pedoman untuk menyatakan apakah produk model permainan sepakbola mini empat gawang dapat digunakan untuk uji coba skala kecil dan uji coba lapangan. Hasil pengisian kuesioner dari para ahli dan guru penjasorkes Sekolah Dasar (SD) dapat dilihat pada lampiran 6 .

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh ahli Penjas dan guru Penjas Sekolah Dasar (SD) didapat rata-rata lebih dari 4 (empat) atau masuk dalam kategori penilaian ”baik”. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa model permainan sepakbola mini empat gawang bagi siswa kelas atas Sekolah Dasar dapat digunakan untuk uji coba skala kecil. Masukan berupa saran dan komentar pada produk model permainan sepakbola empat gawang, sangat diperlukan untuk perbaikan terhadap model tersebut. Hasil evaluasi ahli untuk kualitas model permainan sepakbola gawang ganda dapat dilihat pada lampiran 5.

### 3) **Revisi Draf Produk Awal Sebelum Uji Coba Skala Kecil**

Berdasarkan saran dari ahli dan guru Penjas Sekolah Dasar pada produk atau model seperti yang telah diuraikan di atas, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi produk berdasarkan saran dari ahli dan guru Penjas Sekolah Dasar sebagai berikut:

- 3) Revisi produk atau model yang dilakukan oleh peneliti adalah membuat alternatif ukuran lapangan permainan dengan jumlah pemain yang terlibat dalam permainan sepakbola mini empat gawang.
- 4) Revisi produk atau model yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan memperhatikan permainan harus sesuai dengan teknik dasar bermain sepakbola. Menendang pinalti dengan membelakangi gawang dan menendang dengan menggunakan punggung kaki tidak sesuai dengan teknik dasar bermain sepakbola
- 5) Revisi produk atau model yang dilakukan oleh peneliti adalah menyusun alternative lama pertandingan yang harus disesuaikan dengan karakteristik pemain.

#### 4.1.5 Data Uji Coba Kelompok Kecil

Setelah produk model permainan sepakbola mini empat gawang, divalidasi oleh ahli dan para guru Penjas Sekolah Dasar (SD) serta dilakukan revisi, maka pada tanggal 02 Mei 2011 produk diujicobakan kepada siswa kelas atas SD N 2 Krasak yang berjumlah 12 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode sampel secara acak (random sampling).

Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai permasalahan seperti kelemahan, kekurangan, ataupun keefektifan produk saat digunakan oleh siswa. Data yang diperoleh dari uji coba ini digunakan sebagai dasar untuk melakukan revisi produk sebelum digunakan pada uji coba lapangan.

Uji coba kelompok kecil ini juga bertujuan untuk mengetahui peningkatan denyut nadi siswa sebelum dan sesudah melakukan permainan sepakbola mini empat gawang dan tanggapan awal dari produk yang dikembangkan. Data uji coba kelompok kecil dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Berdasarkan data yang diperoleh dalam uji skala kecil. Siswa cenderung aktif dalam bergerak dalam melakukan permainan sepakbola mini empat gawang. Dengan melihat tabel denyut nadi siswa pada waktu uji skala produk skala kecil. Berikut perbandingan denyut nadi siswa pada saat uji produk skala kecil.

**Table 4 Pengukuran Denyut Nadi Uji Skala Kecil**

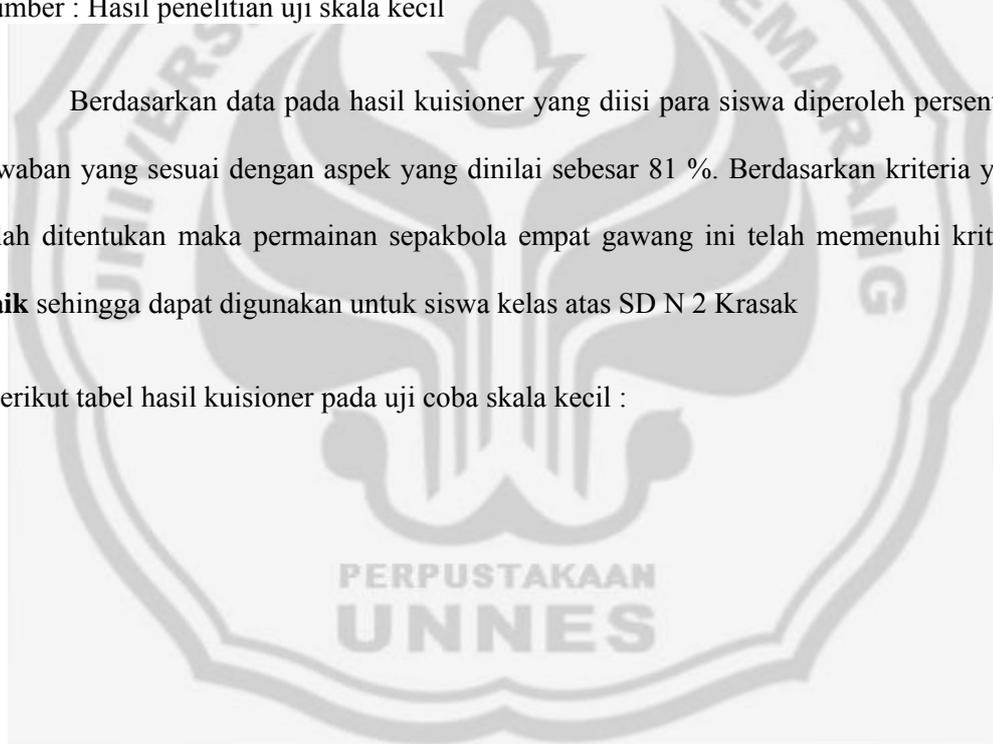
Frekwensi denyut nadi (kali/menit)	Jumlah siswa Sebelum aktivitas	Jumlah siswa sesudah aktifitas
61 – 70	7	-

71 – 80	3	-
81 – 90	-	-
91 – 100	-	-
101 – 110	-	4
111 – 120	-	3
121 – 130	-	1
131 – 140	-	-

Sumber : Hasil penelitian uji skala kecil

Berdasarkan data pada hasil kuisioner yang diisi para siswa diperoleh persentase jawaban yang sesuai dengan aspek yang dinilai sebesar 81 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan sepakbola empat gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak

Berikut tabel hasil kuisioner pada uji coba skala kecil :



**Table 5.**  
**Data hasil uji coba skala kecil (N=12)**

Soal No	Aspek	Jawaban	Persentase
1.	Apakah menurut kamu model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini merupakan permainan yang sulit ?	Tidak	100 %
2.	Apakah kamu dapat memainkan model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
3.	Apakah kamu merasa kesulitan memainkan bola dalam bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Tidak	60 %
4.	Apakah dalam model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini kamu merasa mudah dalam menggiring bola ?	Ya	80 %
5.	Apakah selama bermain bermain sepakbola empat gawang kamu mudah mengoperkan bola kepada teman ?	Ya	90 %
6.	Apakah kamu merasa kesulitan untuk mencetak gol dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	

7.	Apakah kamu merasa sulit saat menyerang dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Tidak	100 %
8.	Apakah kamu merasa sulit saat melakukan pertahanan dalam permainan bermain sepakbola satu gawang ?	Tidak	80 %
9.	Apakah cara bermain permainan bermain sepakbola empat gawang ini lebih mudah dari permainan sepak bola yang sudah kamu kenal ?	Tidak	90 %
10.	Apakah kamu tahu cara bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola satu gawang ini ?	Ya	70 %
11.	Apakah kamu tahu perbedaan bermain sepakbola empat gawang dengan sepakbola sesungguhnya ?	Ya	90 %
12.	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
13.	Apakah dalam permainan kamu dapat mematuhi peraturan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	100 %
14.	Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	70 %
13.	Menurut kamu, apakah memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang perlu kerja sama dengan teman empat tim ?	Ya	100 %
14.	Apakah dalam permainan bermain bola empat gawang	Ya	80 %

15.	setiap tim harus selalu kompak ?	Ya	
	Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?		80 %
16.	Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?	Ya	100 %
17.	Apakah bermain sepakbola empat gawang ini dapat dimainkan oleh semua orang ?	Ya	
	Apakah selama ini kamu sering bermain sepak bola ?		100 %
18.	Apakah kamu merasa gembira setelah mencetak gol dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
19.	Apakah kamu senang memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
20.	Apakah kamu semangat dalam memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
21.	Apakah kamu dapat menerima seandainya tim kamu kalah dalam bertanding ?	Ya	100 %
22.	Apakah kamu dapat menghormati lawan bertanding dalam bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	100 %
23.	Apabila dalam permainan kamu melakukan pelanggaran, apakah kamu akan segera minta maaf ?	Ya	80 %
	Apakah kamu dapat menerima keputusan dari wasit apabila		

24.	melakukan pelanggaran dalam permainan ?  Apakah kamu ingin bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	100 %
25.	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	100 %
26.		Ya	70 %
27.		Ya	100 %
28.		Ya	70 %
29.		Ya	100 %
30.		Ya	100 %
Rata – Rata			90,33 %

Keseluruhan data yang didapat dari evaluasi ahli Penjas dan ahli pembelajaran dan uji coba kelompok kecil digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki kualitas produk sebelum memasuki tahap uji lapangan.

Permasalahan dan kendala yang muncul ketika produk model permainan sepakbola gawang mini empat gawang diujicobakan dalam skala kecil pada siswa kelas atas SD Negeri 2 Krasak, perlu untuk dicari solusi dan pemecahannya. Hal itu sangat perlu dilakukan sebagai perbaikan terhadap model tersebut. Berikut ini adalah berbagai permasalahan dan kendala, setelah produk diujicobakan pada skala kecil :

5) Lapangan

Dalam uji skala kecil pelaksanaan permainan sepakbola mini empat gawang. Peneliti masih belum menemukan perbandingan yang sesuai antara luas lapangan dengan jumlah pemain tiap tim. Sehingga peneliti masih harus mencari perbandingan yang sesuai antara luas lapangan dengan jumlah pemain tiap tim.

6) Pakaian olahraga (kostum)

Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil, masing-masing tim mempunyai kostum yang sama yaitu menggunakan pakaian olahraga yang mempunyai warna yang sama sehingga setiap pemain bingung dalam membedakan antara tim kawan dengan tim lawan. Dengan permasalahan tersebut maka permainan cenderung kurang kompetitif. Oleh karena itu perlu adanya perbedaan warna pakaian olahraga (kostum) dalam permainan sepakbola gawang mini empat gawang.

7) Dalam melaksanakan uji coba skala kecil, peneliti juga mencobakan permainan Sepakbola mini empat gawang kepada Siswa putri. Dalam pelaksanaannya siswa putri kurang aktif bergerak sehingga permainan Sepakbola mini empat gawang ini terkesan kurang menarik. Oleh karena itu, peneliti perlu menekankan kepada para siswa putri untuk dapat lebih bersungguh-sungguh dalam melaksanakan permainan ini.

#### 4.1.5.1 Revisi Produk Setelah Uji Coba Skala Kecil

Berdasarkan saran dari ahli dan guru penjas Sekolah Dasar (SD) pada produk atau model yang telah diujicobakan ke dalam uji skala kecil, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi produk berdasarkan saran ahli dan guru penjas SD terhadap kendala dan permasalahan yang muncul setelah uji coba skala kecil. Proses revisi adalah sebagai berikut:

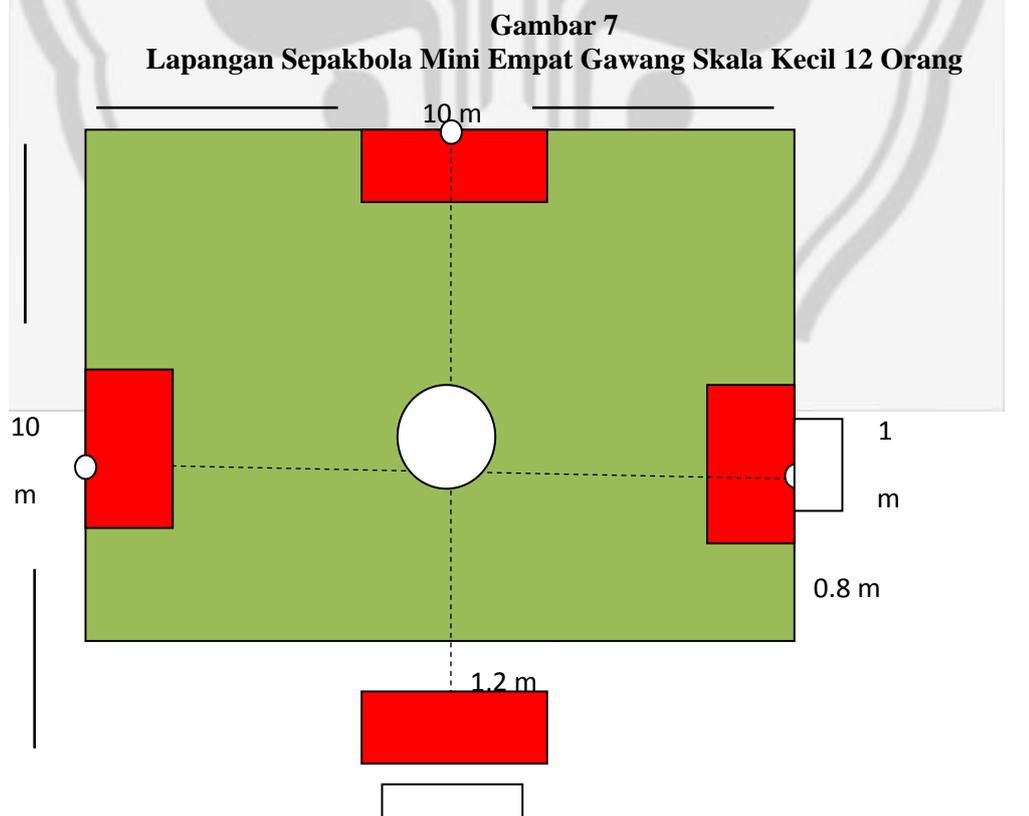
- Lapangan

Dalam revisi lapangan peneliti membuat alternative dengan cara membuat ukuran lapangan yang berbeda disesuaikan antara luas lapangan dengan jumlah pemain.

Berikut ukuran lapangan dengan jumlah pemain yang berbeda:

##### Ukuran lapangan untuk 12 pemain

- setiap tim terdiri dari 3 pemain
- ukuran lapangan 10 m X 10 m





- Dalam melaksanakan uji coba skala kecil, peneliti juga melakukan uji coba permainan Sepakbola mini empat gawang kepada Siswa putri. Dalam pelaksanaannya siswa putri kurang aktif bergerak sehingga permainan Sepakbola mini empat gawang ini terkesan kurang menarik. Hal itu dapat terjadi karena sebagian besar siswa putri belum memahami dengan jelas peraturan permainan Sepakbola mini empat gawang. Oleh karena itu, peneliti perlu menjelaskan kembali peraturan permainan kepada siswa putri dengan disertai simulasi atau contoh gerakan. Dengan cara tersebut, setelah siswa putri benar-benar memahami dan tahu dengan jelas peraturan yang ada di dalam permainan Sepakbola mini empat gawang diharapkan siswa putri tidak ragu untuk bermain dan mereka dapat lebih aktif bergerak dalam melaksanakan permainan ini.

Berikut ini adalah hasil produk model permainan sepakbola mini empat gawang bagi siswa kelas atas Sekolah Dasar (SD) yang telah direvisi sesuai dengan masukan dan saran dari ahli dan guru penjas.

#### **4.1.6 Draf setelah uji coba skala kecil pengembangan model pembelajaran sepakbola melalui permainan sepakbola mini empat gawang**

##### **4.1.6.1 Pengertian**

Permainan sepakbola mini empat gawang adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 3-5 pemain tiap tim, serta menggunakan bola yang lebih kecil daripada yang digunakan dalam sepakbola. Gawang yang digunakan dalam permainan sepakbola mini empat gawang ini juga lebih kecil (berukuran 1.2X 0.8 m) dan tidak ada pemain yang berposisi sebagai penjaga gawang. Didalam permainan ini semua pemain bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin dengan mencetak gol ke gawang yang sama. Jadi setiap tim melakukan

pertahanan dan penyerangan secara bersamaan, sehingga tidak ada posisi pemain yang tetap di dalam permainan sepak bola ini.

#### 4.1.6.2 Peraturan permainan

Berikut ini adalah peraturan-peraturan dalam permainan sepak bola mini empat gawang yang sudah dimodifikasi disesuaikan dengan situasi dan kondisi di lapangan.

Peraturan dalam permainan sepakbola mini empat gawang terdiri dari beberapa hal antara lain :

##### 15 Fasilitas dan peralatan

##### 19) Lapangan

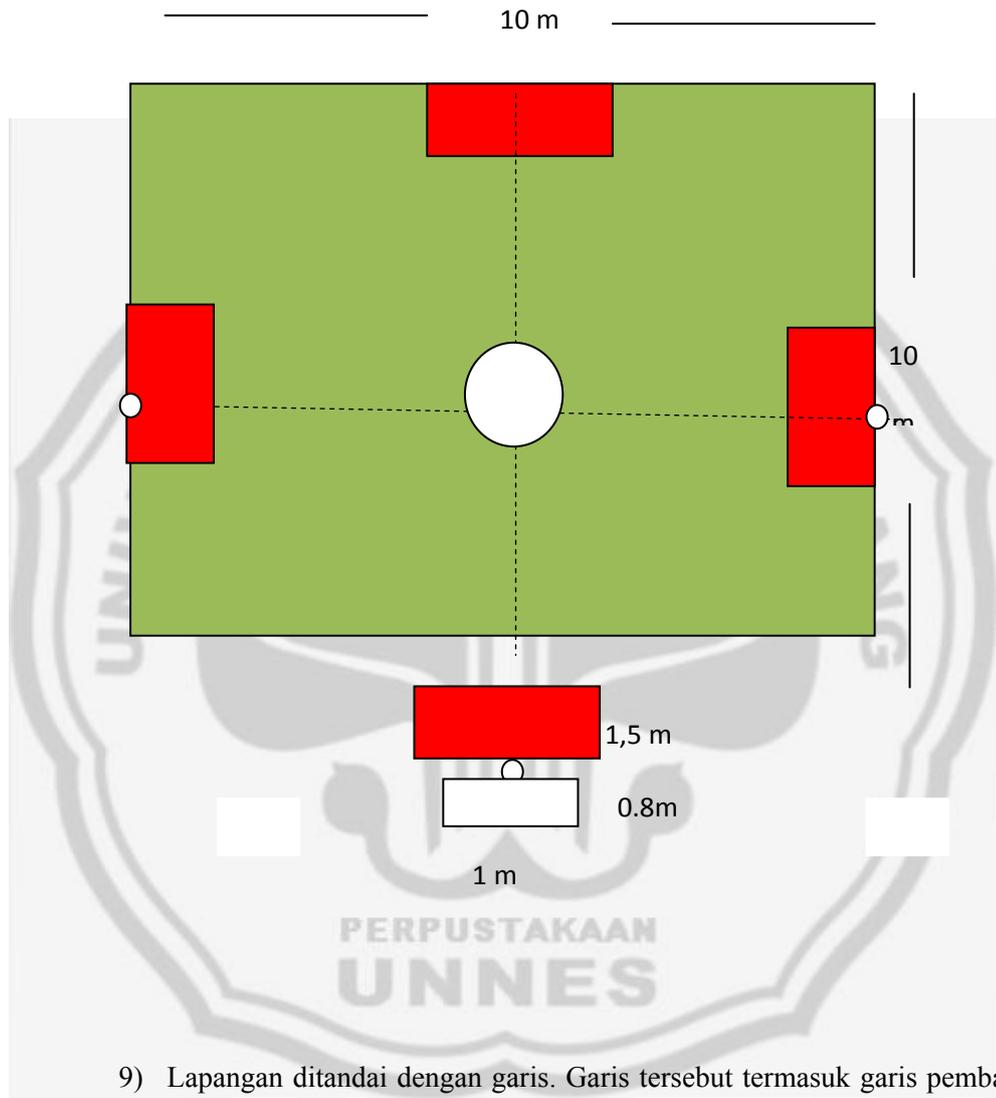
- Seperti sepakbola, lapangan sepakbola mini empat gawang berbentuk persegi panjang. Dari permainan dalam permainan ini garis pembatas lapangan harus lebih pendek, kebalikan sepak bola pada umumnya. Dengan ukuran yang disesuaikan dengan jumlah pemain. Berikut perbandingan jumlah pemain dengan ukuran lapangan :

##### **Ukuran lapangan untuk 12 pemain**

- setiap tim terdiri dari 3 pemain
- ukuran lapangan 10 m X 10 m

Gambar 9.

## Lapangan Sepakbola Mini Satu Gawang Skala Kecil 12 Orang

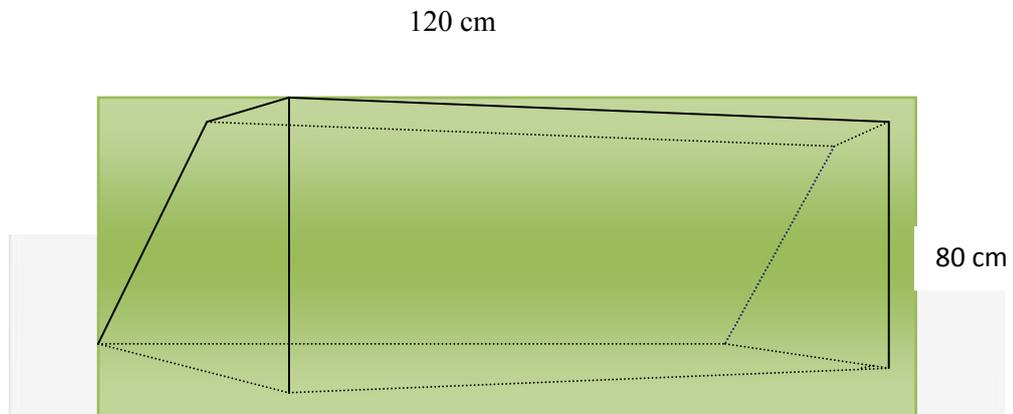


9) Lapangan ditandai dengan garis. Garis tersebut termasuk garis pembatas lapangan. Garis yang lebih panjang dan sejajar dengan gawang disebut garis gawang dan yang lebih pendek disebut garis samping. Lebar garis pembatas adalah 5 cm.

10) Daerah penalti juga dipakai sebagai daerah serang ditandai pada masing-masing ujung lapangan.

- 11) Titik penalti berjarak 7 m dari titik tengah antara kedua tiang gawang dengan jarak yang sama dan terletak pada garis daerah penalti.
- 12) Daerah 5 detik. Didalam daerah pinalti masih terdapat daerah 5 detik yaitu daerah dimana pemain dilarang berada didaerah ini selama lebih dari 5 detik. Daerah 5 detik berada pada garis gawang berbentuk persegi panjang, garis yang sejajar degan garis gawang sepanjang 0.5 m dari tiang gawang dan garis yang sejajar dengan garis lapangan sepanjang 1.5 m.
- 13) Titik tendangan awal atau kick off. Titik ini berada ditengah lapangan.
- 20) Bola
- 21) Bola harus bulat.
- 22) Bola yang digunakan adalah bola sepak dengan ukuran keliling bola minimal 62 cm dan maksimal 64 cm.
- 23) Gawang
- 24) Gawang yang digunakan dalam permainan sepakbola mini empat gawang berbentuk persegi empat.
- 25) Ukuran gawang yaitu dengan panjang gawang 120 cm dan lebar gawang 80 cm.

**Gambar 13 Gawang Sepakbola Mini Satu Gawang**



#### **4.1.6.3 Perlengkapan pemain**

- Memakai pakaian atau seragam olahraga.
- Memakai celana olahraga pendek.
- Memakai kaos kaki.
- Memakai sepatu olahraga tanpa pull.

#### **4.1.6.4 Jumlah pemain**

- Permainan sepakbola mini satu gawang dimainkan oleh 2 tim.
- Setiap tim terdiri dari 3-4 orang pemain tanpa penjaga gawang.
- Jumlah pemain pengganti bebas.
- Penggantian pemain dapat dilakukan pada saat permainan berhenti (bola mati)

#### **4.1.6.5 Wasit**

- Permainan sepakbola mini empat gawang dipimpin oleh dua orang wasit.
- Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi jalannya permainan sepakbola mini empat gawang.

- wasit pertama bertugas untuk mengawasi jalanya permainan berada di dalam lapangan.
- wasit kedua hanya mengawasi daerah serang dan berada di belakang gawang
- Masing-masing wasit mempunyai kedudukan masing-masing sesuai tugasnya.

#### 4.1.6.6 Lama permainan dan tendangan permulaan

- Lama permainan
  - 16) Lama permainan dibagi dalam 2 babak, tiap babak terdiri dari 15 menit.
  - 17) Waktu istirahat adalah 5 menit.
- Tendangan permulaan (kick off)
  - 18) Untuk memulai permainan selalu dimulai lingkaran tengah.
  - 19) Tendangan permulaan dilalukan dengan ketentuan semua pemain bebas berposisi dimana saja.
  - 20) Tendangan permulaan dilakukan oleh dua orang pemain dimana letak tendangan permulaan berada di daerah permulaan permainan.
  - 21) Jika terjadi gol, maka permainan dihentikan dan dimulai kembali melalui tendangn permulaan.

#### 4.1.6.7 Cara mencetak gol

- Suatu gol dicetak jika bola seluruhnya melampaui garis gawang antara kedua tiang gawang dan dibawah palang gawang.
- Dalam permainan sepakbola mini empat gawang, dengan menggunakan empat gawang dan setiap daerah bebas untuk menyerang dan bertahan. Apabila tim bertahan berhasil merebut bola dari tim penyerang, maka tim bertahan tersebut berganti menjadi tim penyerang. Tapi bila tim penyerang

sudah memasuki daerah serang dan tim bertahan berhasil merebut bola dan dapat menjadi tim penyerang dengan syarat bola yang sudah dikuasai dibawa keluar dahulu melewati daerah pinalti baru tim itu berhak untuk mencetak gol. Tidak diperbolehkan langsung memasukkan bola apabila tim bertahan belum membawa bola keluar melewati daerah serang. Kemudian tim yang semula menyerang secara otomatis menjadi tim bertahan yang melindungi gawang agar tidak kemasukan gol.

- Dalam permainan sepak bola mini empat gawang tidak ada *off side*.
- Tim yang mencetak jumlah gol terbanyak selama pertandingan adalah pemenang pertandingan.

#### **4.1.6.8 Tendangan hukuman (tendangan pinalti)**

- Hukuman tendangan pinalti diberikan kepada tim bertahan yang melakukan pelanggaran di dalam daerah serang. Kecuali pelanggaran memasuki daerah 5 detik.
- Hukuman tendangan diberikan bila seorang pemain setelah melakukan pelanggaran tidak segera minta maaf dengan pemain yang dilanggar dengan cara bersalaman.
- Hukuman tendangan pinalti diberikan apabila tim melakukan pelanggaran lebih dari 5 x. pergantian babak pelanggaran dihitung dari nol lagi.
- Tendangan pinalti dilakukan di daerah setengah lapangan dimana jarak daerah pinalti yaitu 7 m dari garis gawang.

#### 4.1.6.9 Tendangan ke dalam

Tendangan ke dalam dilakukan jika bola seluruhnya telah melampaui garis samping secara menggelinding di atas tanah maupun melayang di udara.

Saat melakukan tendangan ke dalam bola harus tepat diatas garis lapangan.

#### 4.1.6.10 Tendangan sudut

- Tendangan sudut dilakukan oleh lawan dari tim yang membuang bola melewati garis gawang.
- Tim yang melakukan tendangan sudut secara otomatis menjadi tim penyerang.

#### 4.1.7 Data Uji Coba Lapangan

Berdasarkan evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil langkah berikutnya adalah uji coba lapangan. Uji coba lapangan bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil apakah bahan permainan itu dapat digunakan dalam lingkungan sebenarnya. Uji coba lapangan dilakukan oleh siswa kelas atas SD N 2 Krasak yang berjumlah 32 siswa. Data uji coba lapangan dihimpun dengan menggunakan pengukuran denyut nadi dan kuesioner.

Berdasarkan uji lapangan siswa lebih aktif dalam bergerak, bisa dilihat dari tabel denyut nadi siswa pada uji lapangan, denyut nadi siswa meningkat saat sebelum aktivitas dengan sesudah aktivitas. Berikut tabel denyut nadi dari uji lapangan:

**Table 6.**  
**Pengukuran Denyut Nadi Uji lapangan**

Frekwensi denyut nadi (kali/menit)	Jumlah siswa Sebelum aktivitas	Jumlah siswa sesudah aktifitas
61 – 70	10	-
71 – 80	13	-
81 – 90	4	-
91 – 100	-	-
101 – 110	-	-
111 – 120	-	29
121 – 130	-	1
131 – 140	-	2

Sumber : Hasil penelitian uji lapangan

Berdasarkan data uji lapangan didapatkan persentase sebesar 86,97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan sepakbola mini satu gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas Sekolah Dasar (SD) di Krasak. Berikut tabel persentase kuisisioner siswa

:

**Table 7.**  
**Data hasil uji lapangan (N=32)**

Soal No	Aspek	Jawab	Pers
1.	Apakah menurut kamu model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini merupakan permainan yang sulit ?	Tidak	90,62 %
2.	Apakah kamu dapat memainkan model pengembangan permainan bermain sepakbola satu gawang ini ?	Ya	81,25 %
3.	Apakah kamu merasa kesulitan memainkan bola dalam bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola satu gawang ini ?	Tidak	90,62 %
4.	Apakah dalam model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini kamu merasa mudah dalam menggiring bola ?	Tidak	90,62 %
5.	Apakah selama bermain bermain sepakbola empat gawang kamu mudah mengoperkan bola kepada teman ?	Ya	90,62 %
6.	Apakah selama bermain sepakbola empat gawang kamu mudah menerima operan bola dari teman ?	Ya	100 %
7.	Apakah kamu merasa kesulitan untuk mencetak gol dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	100 %
8.	Apakah kamu merasa sulit saat menyerang dalam permainan bermain sepakbola satu gawang ?	Ya	87,5 %
9.	Apakah kamu merasa sulit saat melakukan pertahanan dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	87,5 %
10.	Apakah cara bermain permainan bermain sepakbola		

7.	empat gawang ini lebih mudah dari permainan sepak bola yang sudah kamu kenal ?	Tidak	93,75 %
8.	Apakah kamu tahu cara bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Tidak	87,5 %
9.	Apakah kamu tahu perbedaan bermain sepakbola empat gawang dengan sepakbola sesungguhnya ?	Tidak	90,62 %
	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?		
10.	Apakah dalam permainan kamu dapat mematuhi peraturan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	90,62 %
	Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?		
11.	Menurut kamu, apakah memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang perlu kerja sama dengan teman satu tim ?	Ya	93.75 %
	Apakah dalam permainan bermainan bola empat gawang setiap tim harus selalu kompak ?		
12.	Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permaian bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	90,62 %
	Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?		
13.	Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?	Ya	93.75 %
14.	Apakah bermain sepakbola empat gawang ini dapat dimainkan oleh semua orang ?	Ya	96,87 %
15.	Apakah selama ini kamu sering bermain sepak bola ?	Ya	96,87 %
	Apakah kamu merasa gembira setelah mencetak gol dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?		
16.	Apakah kamu senang memainkan permaian bermain	Ya	100 %

	sepakbola empat gawang ini ?		
17.	Apakah kamu semangat dalam memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	96,87 %
18.	Apakah kamu dapat menerima seandainya tim kamu kalah dalam bertanding ?	Ya	90,75 %
19.	Apakah kamu dapat menghormati lawan bertanding dalam bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	78,12 %
20.	Apabila dalam permainan kamu melakukan pelanggaran, apakah kamu akan segera minta maaf ?	Ya	90,75 %
21.	Apakah kamu ingin bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	96,37 %
22.	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	100 %
23.		Ya	100 %
24.		Ya	100 %
25.		Ya	87,5 %
26.		Ya	96,87 %
27.		Ya	90,62 %

28.		Ya	100 %
29.		Ya	100 %
30.		Ya	100 %
Rata-rata			93,44 %

#### 4.1.8 Analisis Data

Pada analisis data hasil uji coba kelompok kecil. Analisis data uji coba Berdasarkan tabel analisis data uji coba kelompok kecil yang diperoleh melalui kuesioner dapat disimpulkan sebagai berikut:

- Aspek kualitas model permainan sepakbola empat gawang didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kualitas model permainan sepakbola mini empat gawang telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek memainkan model permainan sepakbola mini empat gawang didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek memainkan model permainan sepakbola mini empat gawang telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- Aspek menendang bola, didapat persentase 60 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek menggiring bola, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek mengoper bola, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek menerima operan bola, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **angat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mencetak gol, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **80 baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- Aspek melakukan penyerangan dalam permainan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek melakukan pertahanan dalam permainan, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek melakukan permainan, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan(bersyarat)

- Aspek cara bermain, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek pemahaman permainan, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek pemahaman peraturan permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mematuhi peraturan dalam permainan, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek berusaha mentaati peraturan dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek kerjasama dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek kekompakan dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek pemahaman tugas wasit dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)

- Aspek menghormati keputusan wasit, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek kemudahan dalam bermain, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek sering melakukan permainan sepakbola, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek kesenangan setelah mencetak gol, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek prasaan senang dalam bermain, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek semangat dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mengakui keunggulan lawan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek saling menghormati, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- Aspek sportivitas dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mematuhi keputusan wasit, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek keinginan untuk bermain sepakbola mini empat gawang lagi, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek bersedia mengajak teman untuk bermain sepakbola mini satu gawang, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

#### 4.1.6.2 Analisis Hasil Uji Coba Lapangan

Berdasarkan data pada tabel kuisisioner pada uji lapangan yang diadakan pada 2 juni 2011 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 86,97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan sepakbola mini empat gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak.

Berdasarkan tabel analisis data hasil uji coba lapangan yang diperoleh melalui kuesioner dapat disimpulkan sebagai berikut :

- Aspek kualitas model permainan sepakbola gawang ganda didapat persentase 96.62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kualitas model permainan sepakbola mini empat gawang telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- Aspek memainkan model permainan sepakbola mini empat gawang didapat persentase 81,25 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek memainkan model permainan sepakbola mini empat gawang telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek menendang bola, didapat persentase 90,62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek menggiring bola, didapat persentase 90,62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mengoper bola, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek menerima operan bola, didapat persentase 87,5 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mencetak gol, didapat persentase 93,75 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- Aspek melakukan penyerangan dalam permainan, didapat persentase 87,5%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek melakukan pertahanan dalam permainan, didapat persentase 90,62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)

- Aspek melakukan permainan, didapat persentase 90,62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek cara bermain, didapat persentase 93,57 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek pemahaman permainan, didapat persentase 90,62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek pemahaman peraturan permainan, didapat persentase 93,75 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mematuhi peraturan dalam permainan, didapat persentase 96,87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek berusaha mentaati peraturan dalam permainan, didapat persentase 96,87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek kerjasama dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek kekompakan dalam permainan, didapat persentase 96,87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- Aspek pemahaman tugas wasit dalam permainan, didapat persentase 90,75 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek menghormati keputusan wasit, didapat persentase 78,12%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek kemudahan dalam bermain, didapat persentase 90,75%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek sering melakukan permainan sepakbola, didapat persentase 96,37 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- Aspek kesenangan setelah mencetak gol, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek prasaan senang dalam bermain, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek semangat dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mengakui keunggulan lawan, didapat persentase 87,5 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- Aspek saling menghormati, didapat persentase 96,87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek sportivitas dalam permainan, didapat persentase 90,62 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek mematuhi keputusan wasit, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek keinginan untuk bermain sepakbola mini empat gawang lagi, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- Aspek bersedia mengajak teman untuk bermain sepakbola empat satu gawang, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

#### 4.2 Pembahasan

Hasil analisis data dari evaluasi ahli Penjasorkes, didapat rata-rata penilaian 84%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk permainan sepakbola mini satu gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak

Hasil analisis data dari evaluasi ahli Pembelajaran I, didapat rata-rata penilaian 80 % . Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk permainan sepakbola mini empat gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak

Hasil analisis data dari evaluasi ahli Pembelajaran II, didapat rata-rata penilaian 97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk permainan sepakbola mini empat gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak.

Hasil analisis data uji coba kelompok kecil didapat persentase pilihan jawaban yang sesuai 90,33 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan sepakbola mini empat gawang ini telah memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga dari uji coba kelompok kecil model ini dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak

Hasil analisis data uji coba lapangan didapat persentase pilihan jawaban yang sesuai 93,44 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan sepakbola mini empat gawang ini telah memenuhi kriteria **baik**., sehingga dari uji coba lapangan model ini dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N 2 Krasak.

### **4.3 Kelemahan Produk**

#### 4.3.1 Waktu

Ketersediaan waktu sangat minim yaitu 2x 10 menit, tidak sesuai dengan alokasi waktu pada pelajaran yaitu 2X 30 menit .

#### 4.3.2 Jumlah Pemain

Terbatasnya jumlah pemain, banyak anak yang pasif menunggu giliran bermain sepak bola.

#### 4.3.3 Lapangan

Ukuran lapangan yang sangat minim, dan bola sering keluar lapangan

#### 4.3.4 Bola

Jumlah bola yang digunakan sedikit tidak seimbang dengan jumlah peserta didik.

Agar siswa yang menunggu giliran bermain tidak pasif.



## BAB V

### KAJIAN DAN SARAN

#### 5.1 Kajian

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah produk model permainan sepakbola mini empat gawang yang berdasarkan data pada saat uji coba skala kecil (N= 10 )dan uji coba lapangan (N= 32).

Berdasarkan analisa hasil uji coba dan pengamatan selama penelitian maka di lakukan beberapa revisi meliputi :

1. Ketersedian waktu sangat minim yaitu 2X10 menit, tidak sesuai dengan alokasi waktu pada pelajaran yaitu 2X35 menit. Dengan waktu sangat terbatas kemudian waktu ditambah 2X15 menit .
2. Jumlah bola yang digunakan hanya 2 bola dan tidak seimbang dengan jumlah peserta didik. Agar siswa yang menunggu giliran bermain tidak pasif maka dari itu bola sepak ditambah menjadi 4 bola.
3. Terbatasnya jumlah pemain, banyak anak yang pasif menunggu giliran bermain sepak bola yang semula tiga anak sekarang di ubah tiap tim menjadi 5 anak.
4. Ukuran lapangan yang sangat minim yang semula 10x10 , dan bola sering keluar lapangan maka dari itu lapangan di perbesar menjadi 20x 20 m.

Berdasarkan analisa hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Produk model permainan sepakbola mini empat gawang sudah dapat dipraktikkan kepada subjek uji coba. Hal itu berdasarkan hasil analisis data dari evaluasi ahli penjas dan sepakbola, hasil analisis data dari evaluasi ahli Pembelajaran I, dan hasil analisis data dari evaluasi ahli Pembelajaran II. Rata-rata dari penilaian meraka adalah 88,4%. Berdasarkan kriteria penilaian uji ahli yang ada maka produk permainan sepakbola mini satu gawang ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas Sekolah Dasar (SD) di Krasak .
- 5.1.2 Produk model permainan sepakbola mini empat gawang sudah dapat digunakan bagi siswa kelas atas SD N di Krasak. Hal itu berdasarkan hasil analisis data uji coba kelompok kecil didapat persentase 81 % dan hasil analisis data uji coba lapangan didapat persentase 90,33 %. Berdasarkan kriteria yang ada maka permainan sepakbola mini empat gawang ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas atas SD N di Krasak.
- 5.1.3 Produk model permainan sepak bola mini satu gawang dapat meningkatkan aktivitas gerak siswa, jika dilihat dari pengukuran denyut nadi, terdapat peningkatan denyut nadi sebelum melakukan aktivitas dengan denyut nadi setelah melakukan aktivitas. Berdasarkan peningkatan tersebut maka permainan sepak bola mini empat gawang dapat meningkatkan aktitas gerak dan meningkatkan kesegaran jasmani siswa SD N di Krasak.

## 5.2 Saran

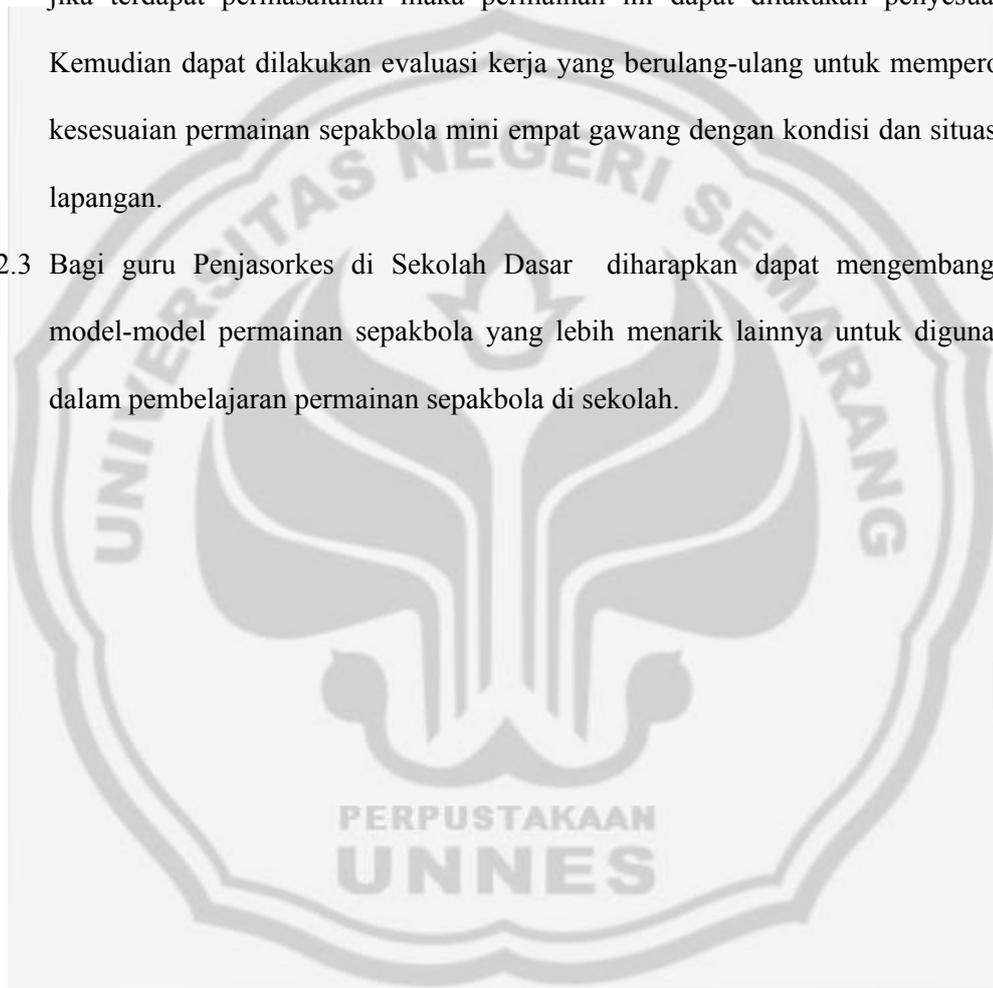
- 5.2.1 Model permainan sepakbola mini empat gawang sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran penjasorkes melalui permainan sepakbola untuk siswa kelas atas

Sekolah Dasar (SD). penggunaan model ini dilaksanakan seperti apa yang direncanakan sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

5.2.2 Jika tidak terdapat permasalahan maka permainan ini dapat dilanjutkan, akan tetapi jika terdapat permasalahan maka permainan ini dapat dilakukan penyesuaian.

Kemudian dapat dilakukan evaluasi kerja yang berulang-ulang untuk memperoleh kesesuaian permainan sepakbola mini empat gawang dengan kondisi dan situasi di lapangan.

5.2.3 Bagi guru Penjasorkes di Sekolah Dasar diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan sepakbola yang lebih menarik lainnya untuk digunakan dalam pembelajaran permainan sepakbola di sekolah.



## DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdikbud.

Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdiknas.

Aip Syarifudin dan Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdikbid.

Amung Ma'mun dan Yudha Saputra.. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdiknas.

Jaya Asmar. *Futsal Gaya Hidup, Peraturan, Dan Tips-Tips Permainan*. 2008. Yogyakarta. Pustaka Timur.

Mirkin, Gabe, dan Hoffman, Marshall. 1984. *Kesehatan Olahraga*. Jakarta : Grafidian Jaya

Oktia Woro Kasimi. 1999. *Praktikum dan Ketrampilan Pendidikan Kesehatan*. Semarang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang..

Phiil Yanuar Kiram. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta : Dirjen Dikti

Rusli Luthan, dkk. 2000. *Penelitian Penjaskes*. Jakarta : Depdiknas.

Soemitro, 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta : Depdikbud

Soegiyanto, dan Sudjarwo. 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdikbud.

Sri Haryono. 2007. *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Semarang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Sucipto, dkk. 2000. *Sepak Bola*. Jakarta : Depdiknas.

Sugiono. 2009. *Metode penelitian Pendidikan*. Bandung : CV Alfabeta

Suharsimi Arikunto. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.

\_\_\_\_\_. 2007. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.

Suhernan, dan Bahagia. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan Dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta : Depdiknas

Sukirman, dkk. 2003. *Matematika*. Jakarta: Universitas Terbuka

Wasis D Dwiyo. 2004. *Konsep Penelitian dan Pengembangan*. Malang: Lemlit UNM.



## LAMPIRAN 3

**LEMBAR EVALUASI UNTUK AHLI**

EVALUASI MODIFIKASI MODEL PERMAINAN

SEPAK BOLA MINI EMPAT GAWANG UNTUK SISWA KELAS V SD

DI KRASAK KECAMATAN BANGSRI KABUPATEN JEPARA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

Materi Pokok : Permainan Sepak Bola Mini Empat Gawang

Sasaran Program : Siswa Sekolah Dasar

Evaluator :

Tanggal :

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli Pendidikan Jasmani terhadap model permainan sepak bola mini empat gawang yang efektif dan efisien untuk proses pembelajaran Penjasorkes bagi siswa usia dini yang kami modifikasi. Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

**Petunjuk :**

1. Lembar evaluasi ini diisi oleh ahli Penjas.
2. Evaluasi mencakup aspek bentuk/model permainan, komentar dan saran umum, serta kesimpulan.
3. Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara dengan memberi tanda “√” pada kolom yang tersedia.

Keterangan :

1 : tidak baik

2 : kurang baik

3 : cukup baik

4 : baik

5 : sangat baik

4. Komentar, kritik, dan saran mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan.

**A. Kualitas Model Permainan**

No.	Aspek yang dinilai	Skala Penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar.						
2.	Kejelasan petunjuk permainan.						
3.	Ketepatan memilih bentuk / model permainan bagi siswa.						
4.	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan.						
5.	Kesesuaian bentuk / model permainan untuk dimainkan siswa.						
6.	Kesesuaian bentuk / model permainan dengan karakteristik siswa.						
7.	Mendorong perkembangan aspek fisik / jasmani siswa.						
8.	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa.						
9.	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa.						
10.	Mendorong perkembangan aspek efektif siswa						
11.	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil.						
12.	Dapat dimainkan siswa putra maupun putri.						
13.	Mendorong siswa aktif bergerak.						
14.	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dalam pembelajaran sepak bola mini satu gawang						
15.	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran permainan sepak bola mini empat gawang						

B. Saran untuk Perbaikan Model Permainan

Petunjuk :

1. Apabila diperlukan revisi pada model permainan ini, mohon di tuliskan pada kolom 2.
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 3.
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat dan jelas pada kolom 4.



### C. Komentar dan Saran Umum



### D. Kesimpulan

Model permainan ini dinyatakan :

1. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil tanpa revisi
2. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak untuk digunakan / uji coba skala kecil

( mohon diberi tanda silang pada nomor sesuai dengan kesimpulan Anda )

## LAMPIRAN 4

**KUESIONER PENELITIAN UNTUK SISWA**

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN SEPAKBOLA EMPAT GAWANG  
DALAM PENJASORKES MELALUI KAJIAN LAHAN ATAU KEBUN KOSONG  
BAGI SISWA KELAS V SD NEGERI 2 KRASAK KECAMATAN BANGSRI  
KABUPATEN JEPARA 2010/2011

**PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER**

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan sebenar – benarnya dan sejujur – jujur nya.
2. Jawablah secara runtut dan jelas.
3. Berilah tanda silang ( X ) pada huruf A atau B sesuai dengan pilihanmu.
4. Selamat mengisi dan terima kasih.

**I. IDENTITAS RESPONDEN**

Nama Sekolah Dasar : .....

Nama Siswa : .....

Umur : .....

Kelas : .....

Jenis Kelamin : .....

Nama Orang Tua

a. Ayah : .....

b. Ibu : .....

Alamat ( RT / RW ) : .....

## II. PERTANYAAN

### A. *PSIKOMOTORIK*

1. Apakah menurut kamu, model permainan sepakbola mini empat gawang merupakan permainan yang sulit?
  - A. Ya
  - B. Tidak
2. Apakah kamu bisa memainkan model permainan sepakbola mini empat gawang?
  - A. Ya
  - B. Tidak
3. Apakah kamu merasa kesulitan menendang bola dalam bermain model permainan sepakbola mini empat gawang?
  - A. Ya
  - B. Tidak
4. Apakah dalam model permainan ini kamu merasa mudah dalam menggiring bola?
  - A. Ya
  - B. Tidak
5. Apakah selama bermain sepakbola mini empat gawang kamu mudah mengoperkan kepada teman?
  - A. Ya
  - B. Tidak
6. Apakah selama bermain sepakbola mini empat gawang kamu mudah menerima operan bola dari teman?
  - A. Ya
  - B. Tidak
7. Apakah kamu merasa kesulitan untuk mencetak gol dalam permainan sepakbola mini empat gawang?
  - A. Ya
  - B. Tidak
8. Apakah kamu merasa sulit saat menyerang dalam permainan sepakbola mini empat gawang?
  - A. Ya
  - B. Tidak
9. Apakah kamu merasa sulit saat melakukan pertahanan dalam permainan sepakbola mini empat gawang?
  - A. Ya
  - B. Tidak
10. Apakah cara bermain sepak bola mini empat gawang ini lebih mudah dari permainan sepak bola mini yang kamu kenal?
  - A. Ya
  - B. Tidak

**B. KOGNITIF**

1. Apakah kamu tahu cara bermain model permainan sepakbola mini empat gawang ini?  
A. Ya            B. Tidak
2. Apakah kamu tahu perbedaan permainan sepakbola mini empat gawang dengan sepakbola sesungguhnya?  
A. Ya            B. Tidak
3. Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan sepakbola mini empat gawang?  
A. Ya            B. Tidak
4. Apakah dalam permainan kamu bisa mematuhi peraturan sepakbola mini empat gawang?  
A. Ya            B. Tidak
5. Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam permainan sepakbola mini empat gawang?  
A. Ya            B. Tidak
6. Menurut kamu, apakah memainkan permainan sepak bola mini empat gawang perlu kerja sama dengan teman empat tim?  
A. Ya            B. Tidak
7. Apakah dalam permainan sepakbola mini empat gawang setiap tim harus selalu kompak?  
A. Ya            B. Tidak
8. Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan sepakbola mini empat gawang?  
A. Ya            B. Tidak
9. Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan?  
A. Ya            B. Tidak
10. Apakah sepak bola mini empat gawang dapat dimainkan oleh semua orang?  
A. Ya            B. Tidak

**C. AFEKTIF**

1. Apakah selama ini kamu sering bermain sepakbola?  
A. Tidak      B. Ya
2. Apakah kamu merasa gembira setelah mencetak gol dalam permainan sepakbola mini empat gawang?  
A. Tidak      B. Ya
3. Apakah kamu senang memainkan permainan sepakbola mini empat gawang ini?  
A. Tidak      B. Ya
4. Apakah kamu semangat dalam memainkan permainan sepakbola mini empat gawang?  
A. Tidak      B. Ya
5. Apakah kamu bisa menerima seandainya kalah dalam bertanding?  
A. Tidak      B. Ya
6. Apakah kamu bisa menghormati lawan bertanding dalam permainan sepakbola mini empat gawang?  
A. Tidak      B. Ya
7. Apabila dalam permainan kamu melakukan pelanggaran, apakah kamu akan segera minta maaf?  
A. Tidak      B. Ya
8. Apakah kamu bisa menerima hukuman dari wasit apabila melakukan pelanggaran dalam permainan?  
A. Tidak      B. Ya
9. Apakah kamu ingin bermain sepakbola mini empat gawang lagi?  
A. Tidak      B. Ya
10. Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk memainkan sepakbola mini empat gawang lagi?  
A. Tidak      B. Ya

## LAMPIRAN 5

## Hasil pengisian Kuesioner Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran

No	Aspek yang dinilai	Skor Penilaian Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran		
		A	G 1	G 2
1	Kesesuaian dengan kompetisi dasar	5	5	5
2	Kejelasan petunjuk permainan	4	4	5
3	Ketepatan memilih bentuk / model permainan bagi siswa	4	4	5
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan	4	4	5
5	Kesesuaian bentuk atau model pengembangan permainan untuk dimainkan siswa	4	4	5
6	Kesesuaian bentuk atau model pengembangan permainan dengan karakteristik siswa	4	4	5
7	Mendorong perkembangan aspek fisik/jasmani siswa	4	4	5
8	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa	3	3	3
9	Mendorong perkembangan aspek Psikomotor siswa	4	4	5
10	Mendorong perkembangan aspek Afektif siswa	4	4	5
11	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun yang tidak terampil	4	3	5
12	Dapat dimainkan siswa putra maupun putri	5	4	5
13	Mendorong siswa aktif bergerak	5	5	5
14	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dan pembelajaran bermain sepakbola empat gawang	4	4	5
15	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran permainan bermain sepakbola empat gawang	5	4	5
Jumlah Skor		<b>63</b>	<b>60</b>	<b>73</b>
Rata-rata		<b>4.20</b>	<b>4.00</b>	<b>4.87</b>
Prosentase		<b>84 %</b>	<b>80 %</b>	<b>97,4 %</b>

Keterangan :

A. = Ahli Penjas

G 1 = Guru Penjas / Ahli Pembelajaran I

G 2 = Guru Penjas / Ahli Pembelajaran II

Saran Perbaikan Model Permainan

## LAMPIRAN 6

No	Responden Ahli	Saran
1	Ahli Penjas	Harap disesuaikan waktunya 2 x 15 menit Jumlah sarana di tambah (bola) Lebar lapangan di sesuaikan jumlah siswa
2	Ahli Pembelajaran I	Kembangkan model pembelajarann ini dengan tetap mengacu pada pengembangan aspek pembelajaran
3	Ahli Pembelajaran II	Mengaktifkan siswa dengan pemanasan Perlu ditambah 2 atau 3 bola lagi Pemanasan dan relaksasi kurang

## Komentar Dan Saran Umum

No	Responden Ahli	Saran
1	Ahli Penjas	Model permainan ini cukup baik dan menarik bagi siswa namun masih banyak rivisi sepaerti yang saya tulis di depan
2	Ahli Pembelajaran I	Usahakan jumlah bola di sesuaikan dengan jumlah siswa yang menunggu giliran bermain tidak pasif
3	Ahli Pembelajaran II	Pemilihan bentuk atau model permainan modifikasi dari cabang sepakbola sangat bagus karena dapat menarik minat para siswa

## LAMPIRAN 8

Daftar siswa uji skala kecil dan jumlah denyut nadi sebelum dan setelah kegiatan  
( N = 12 )

No	Nama Siswa	L/P	Umur	Denyut Nadi Awal	Denyut Nadi Akhir
1	Aan Puput Andriyanto	L	10	66	108
2	Arya Northa Raflesia	L	11	66	102
3	Catur Anto Wiguna	L	11	72	114
4	Dana Widayanto	L	11	66	120
5	Danil Dwi Afianto	L	11	78	120
6	Frestiko Maulana S	L	11	66	126
7	Miftah Nur Faizin	L	11	66	114
8	Muhammad Rudi Ahmadi	L	11	60	114
9	Septino Algi Sadewo	L	10	60	120
10	Yosep Agung	L	12	72	114
11	Ahmad Ferdi Ali S	L	11	60	114
12	Dimas Fajar Pangestu	L	10	60	120

## LAMPIRAN 9

## JAWABAN KUESIONER SISWA ( N = 12 )

## A. ASPEK PSIKOMOTOR

No	Nama siswa	Butir soal no									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Aan Puput Andriyanto	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
2	Arya Northa Raflesia	B	A	A	A	A	A	A	B	B	A
3	Catur Anto Wiguna	B	A	A	A	A	A	A	B	B	A
4	Dana Widayanto	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
5	Daeil Dwi Afianto	B	A	A	B	A	A	B	B	B	B
6	Frestiko Maulana S	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
7	Miftah Nur Faizin	B	A	B	B	B	A	B	B	B	A
8	Muhammad Rudi A	B	A	A	A	A	A	B	B	A	A
9	Septino Algi Sadewo	B	A	B	A	A	A	B	B	A	A
10	Yosep Agung	B	A	B	A	A	A	B	A	A	A
11	Ahmad Ferdi Ali S	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
12	Dimas Fajar Pangestu	B	A	B	B	B	A	B	B	B	A

## LAMPIRAN 10

## HASIL REKAPITULASI JAWABAN ANGKET SISWA ( N = 12 )

## A. ASPEK PSIKOMOTOR

No	Nama siswa	Butir soal no										JM 1	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Aan Puput A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	Arya Northa R	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	7
3	Catur Anto Wiguna	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8
4	Dana Widayanto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
5	Daeil Dwi Afianto	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	7
6	Frestiko Maulana S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	Miftah Nur Faizin	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	8
8	Muhammad Rudi A	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
9	Septino Algi S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
10	Yosep Agung	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
11	Ahmad Ferdi Ali S	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	7
12	Dimas Fajar P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
	Jumlah	12	12	7	9	11	10	10	11	9	10		



## LAMPIRAN 11

## DATA HASIL UJI COBA KELOMPOK KECIL ( N = 12 )

Soal No	Aspek	Jawaban	Persentase
1.	Apakah menurut kamu model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini merupakan permainan yang sulit ?	Tidak	100 %
2.	Apakah kamu dapat memainkan model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
3.	Apakah kamu merasa kesulitan memainkan bola dalam bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Tidak	60 %
4.	Apakah dalam model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini kamu merasa mudah dalam menggiring bola ?	Ya	80 %
5.	Apakah selama bermain bermain sepakbola empat gawang kamu mudah mengoperkan bola kepada teman ?	Ya	90 %
6.	Apakah selama bermain sepakbola empat gawang kamu mudah menerima operan bola dari teman ?	Ya	100 %
7.	Apakah kamu merasa kesulitan untuk mencetak gol dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Tidak	80 %
8.	Apakah kamu merasa sulit saat menyerang dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Tidak	90 %
9.	Apakah kamu merasa sulit saat melakukan pertahanan dalam permainan bermain sepakbola satu gawang ?	Tidak	70 %
10.	Apakah cara bermain permainan bermain sepakbola empat gawang ini lebih mudah dari permainan sepak bola yang sudah kamu kenal ?	Ya	90 %
11.	Apakah kamu tahu cara bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola satu gawang ini ?	Ya	100 %
12.	Apakah kamu tahu perbedaan bermain sepakbola empat gawang dengan sepakbola sesungguhnya ?	Ya	70 %
	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam		

13.	permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
14.	Apakah dalam permainan kamu dapat mematuhi peraturan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	80 %
15.	Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	80 %
16.	Menurut kamu, apakah memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang perlu kerja sama dengan teman empat tim ?	Ya	100 %
17.	Apakah dalam permainan bermain bola empat gawang setiap tim harus selalu kompak ?	Ya	100 %
18.	Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
19.	Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?	Ya	100 %
20.	Apakah bermain sepakbola empat gawang ini dapat dimainkan oleh semua orang ?	Ya	100 %
21.	Apakah selama ini kamu sering bermain sepak bola ?	Ya	100 %
22.	Apakah kamu merasa gembira setelah mencetak gol dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
23.	Apakah kamu senang memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	80 %
24.	Apakah kamu semangat dalam memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
25.	Apakah kamu dapat menerima seandainya tim kamu kalah dalam bertanding ?	Ya	100 %
26.	Apakah kamu dapat menghormati lawan bertanding dalam bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	70 %
27.	Apabila dalam permainan kamu melakukan pelanggaran, apakah kamu akan segera minta maaf ?	Ya	100 %
28.	Apakah kamu dapat menerima keputusan dari wasit apabila melakukan pelanggaran dalam permainan ?	Ya	70 %
29.	Apakah kamu ingin bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	100 %
	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk	Ya	100 %

30.	memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	100 %
Rata – Rata			90,33 %



## LAMPIRAN 12

Daftar siswa kelas V dan jumlah denyut nadi  
sebelum dan setelah kegiatan ( N = 32 )

No	Nama Siswa	L/P	Umur	Denyut Nadi Awal	Denyut Nadi Akhir
1	Aan Puput Andriyanto	L	12	66	102
2	Arya Northa Raflesia	L	10	78	114
3	Catur Anto Wiguno	L	11	84	108
4	Dana Widayanto	L	12	78	120
5	Dania Murni Safitri	P	11	72	132
6	Daniel Dwi Afianto	L	11	78	114
7	Della Ayu Kusnita	P	11	72	114
8	Dimas Erlangga	L	10	66	120
9	Dio Alif Pratama	L	11	66	132
10	Elma Muasaun Nikmah	P	11	72	108
11	Frastiko Maulana Susilo	L	11	84	108
12	Gina Ayu Ameilia	P	11	66	114
13	Khusnunnia Dewi Anggraini	P	11	66	108
14	Miftah Nur Faizin	L	12	78	120
15	Muhammad Rudi Ahmadi	L	12	66	126
16	Muhammad Hadi Kurnia	L	12	72	108
17	Muhammad Rofi	L	11	66	114
18	Musthofa Khoirul Mas	L	11	78	120
19	Ngasida Aprilia	P	12	66	114
20	Nur Faizah Nur Afifah	P	11	72	114
21	Riana Sulistiyo Utomo	P	11	66	120
22	Riska Ismiyatul Ulya	L	11	78	108
23	Selly Nur Indah Sari	P	12	72	120
24	Septino Algi Sadewo	L	11	84	120
25	Silviani Diana Saputri	P	11	72	114
26	Slamet Ariyanto	L	14	72	114
27	Syela Putri Nurkhayati	P	11	84	108
28	Vikis Dwi Ratnasari	P	12	78	108
29	Vivin Khovivah	P	11	66	102
30	Yosep Agung Pangestu	L	11	78	102
31	Ahmad Ferdi Ali Syahbani	L	11	72	108
32	Dimas Fajar Pangestu	L	10	66	120

## JAWABAN KUESIONER SISWA ( N = 32 )

## A. ASPEK PSIKOMOTOR

No	Nama siswa	Butir soal no									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Aan Puput Andriyanto	B	A	A	A	A	A	A	A	B	A
2	Arya Northa Raflesia	B	B	B	A	A	A	B	B	B	A
3	Catur Anto Wiguno	B	A	B	A	A	A	B	B	A	A
4	Dana Widayanto	B	B	B	A	A	A	B	B	B	A
5	Dania Murni Safitri	B	A	A	A	A	A	B	B	B	A
6	Daniel Dwi Afianto	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
7	Della Ayu Kusnita	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
8	Dimas Erlangga	A	A	B	A	A	A	B	B	B	A
9	Dio Alif Pratama	B	A	B	A	A	A	B	A	B	A
10	Elma Muasaun Nikmah	B	A	B	B	A	A	B	B	A	A
11	Frastiko Maulana Susilo	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
12	Gina Ayu Ameilia	B	A	B	A	A	A	B	B	B	B
13	Khusnunnia Dewi A	B	A	B	B	A	B	B	B	B	A
14	Miftah Nur Faizin	B	A	B	B	A	B	B	A	B	A
15	Muhammad Rudi A	A	A	B	A	A	A	B	B	B	A
16	Muhammad Hadi K	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
17	Muhammad Rofi	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
18	Musthofa Khoirul Mas	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
19	Ngasida Aprilia	B	B	B	A	A	B	B	B	B	A
20	Nur Faizah Nur Afifah	A	A	B	A	A	A	B	B	B	A
21	Riana Sulistiyo Utomo	B	B	B	A	A	A	B	B	A	A
22	Riska Ismiyatul Ulya	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
23	Selly Nur Indah Sari	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
24	Septino Algi Sadewo	B	A	B	A	A	A	B	B	B	B
25	Silviani Diana Saputri	B	A	B	A	A	A	B	A	B	A
26	Slamet Ariyanto	B	B	B	A	A	B	A	B	B	A
27	Syela Putri Nurkhayati	B	B	B	A	A	A	B	B	B	B
28	Vikis Dwi Ratnasari	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
29	Vivin Khovivah	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
30	Yosep Agung Pangestu	B	A	A	A	A	A	B	B	B	A
31	Ahmad Ferdi Ali S	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A
32	Dimas Fajar Pangestu	B	A	B	A	A	A	B	B	B	A





## LAMPIRAN 13

## HASIL REKAPITULASI JAWABAN ANGGKET SISWA ( N = 32 )

## A. ASPEK PSIKOMOTOR

No	Nama siswa	Butir soal no										Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Aan Puput Andriyanto	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	7
2	Arya Northa Raflesia	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
3	Catur Anto Wiguno	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
4	Dana Widayanto	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5	Dania Murni Safitri	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
6	Daniel Dwi Afianto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	Della Ayu Kusnita	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	Dimas Erlangga	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
9	Dio Alif Pratama	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
10	Elma Muasaun N	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	8
11	Frastiko Maulana S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
12	Gina Ayu Ameilia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
13	Khusunnia Dewi A	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	8
14	Miftah Nur Faizin	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	7
15	Muhammad Rudi A	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
16	Muhammad Hadi K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	Muhammad Rofi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
18	Musthofa Khoirul M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
19	Ngasida Aprilia	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
20	Nur Faizah Nur Afifah	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
21	Riana Sulistiyo Utomo	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
22	Riska Ismiyatul Ulya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
23	Selly Nur Indah Sari	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
24	Septino Algi Sadewo	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
25	Silviani Diana Saputri	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
26	Slamet Ariyanto	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	7
27	Syela Putri Nurkhayati	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8
28	Vikis Dwi Ratnasari	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
29	Vivin Khovivah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
30	Yosep Agung Pangestu	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
31	Ahmad Ferdi Ali S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
32	Dimas Fajar Pangestu	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
	Jumlah	29	26	29	29	32	28	30	28	29	29	

## HASIL REKAPITULASI JAWABAN ANGGKET SISWA ( N = 32 )

## B. ASPEK KOGNITIF

No	Nama siswa	Butir soal no										Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Aan Puput Andriyanto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
2	Arya Northa Raflesia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
3	Catur Anto Wiguno	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
4	Dana Widayanto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
5	Dania Murni Safitri	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	Daniel Dwi Afianto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	Della Ayu Kusnita	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	Dimas Erlangga	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	Dio Alif Pratama	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	Elma Muasaun Nikmah	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
11	Frastiko Maulana Susilo	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
12	Gina Ayu Ameilia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	Khusunnia Dewi A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	Miftah Nur Faizin	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
15	Muhammad Rudi A	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
16	Muhammad Hadi K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	Muhammad Rofi	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	7
18	Musthofa Khoirul Mas	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
19	Ngasida Aprilia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
20	Nur Faizah Nur Afifah	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
21	Riana Sulistiyo Utomo	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
22	Riska Ismiyatul Ulya	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
23	Selly Nur Indah Sari	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
24	Septino Algi Sadewo	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
25	Silviani Diana Saputri	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
26	Slamet Ariyanto	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
27	Syela Putri Nurkhayati	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
28	Vikis Dwi Ratnasari	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	7
29	Vivin Khovivah	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7
30	Yosep Agung Pangestu	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
31	Ahmad Ferdi Ali S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
32	Dimas Fajar Pangestu	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
	Jumlah	30	29	30	31	31	32	31	29	25	29	

## HASIL REKAPITULASI JAWABAN ANGGKET SISWA ( N = 32 )

## C. ASPEK AFEKTIF

No	Nama siswa	Butir soal no										Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Aan Puput A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	Arya Northa R	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
3	Catur Anto Wiguno	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
4	Dana Widayanto	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
5	Dania Murni Safitri	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
6	Daniel Dwi Afianto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	Della Ayu Kusnita	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	Dimas Erlangga	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	Dio Alif Pratama	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	8
10	Elma Muasaun N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	Frastiko Maulana S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
12	Gina Ayu Ameilia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	Khusnunnia Dewi A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	Miftah Nur Faizin	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
15	Muhammad Rudi A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	Muhammad Hadi K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	Muhammad Rofi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
18	Musthofa Khoirul M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
19	Ngasida Aprilia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
20	Nur Faizah Nur A	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	8
21	Riana Sulistiyo U	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
22	Riska Ismiyatul U	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
23	Selly Nur Indah Sari	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
24	Septino Algi S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
25	Silviani Diana S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
26	Slamet Ariyanto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
27	Syela Putri N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
28	Vikis Dwi Ratnasari	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
29	Vivin Khovivah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
30	Yosep Agung P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
31	Ahmad Ferdi Ali S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
32	Dimas Fajar P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
	Jumlah	31	32	32	32	28	31	29	32	32	32	

## LAMPIRAN 14

## DATA HASIL UJI LAPANGAN ( N = 32 )

Soal No	Aspek	Jawaban	Persentase
1.	Apakah menurut kamu model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini merupakan permainan yang sulit ?	Tidak	90,62 %
2.	Apakah kamu dapat memainkan model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	81,25 %
3.	Apakah kamu merasa kesulitan memainkan bola dalam bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Tidak	90,62 %
4.	Apakah dalam model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini kamu merasa mudah dalam menggiring bola ?	Ya	90,62 %
5.	Apakah selama bermain bermain sepakbola empat gawang kamu mudah mengoperkan bola kepada teman ?	Ya	100 %
	Apakah selama bermain sepakbola empat gawang kamu mudah menerima operan bola dari teman ?		
6.	Apakah kamu merasa kesulitan untuk mencetak gol dalam permainan bermain sepakbola empat gawang	Ya	87,5 %
7.	Apakah kamu merasa sulit saat menyerang dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Tidak	93,75 %
8.	Apakah kamu merasa sulit saat melakukan pertahanan dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	Tidak	87,5 %
9.	Apakah cara bermain permainan bermain sepakbola empat gawang ini lebih mudah dari permainan sepak bola yang sudah kamu kenal ?	Tidak	90,62 %
10.	Apakah kamu tahu cara bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	90,62 %
11.	Apakah kamu tahu perbedaan bermain sepakbola empat gawang dengan sepakbola sesungguhnya ?	Ya	93.75 %
	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?		

12.	Apakah dalam permainan kamu dapat mematuhi peraturan bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	90,62 %
13.	Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	93,75 %
14.	Menurut kamu, apakah memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang perlu kerja sama dengan teman satu tim ?	Ya	96,87 %
15.	Apakah dalam permainan bermain bola empat gawang setiap tim harus selalu kompak ?	Ya	100 %
16.	Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	96,87 %
17.	Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?	Ya	90,75 %
18.	Apakah bermain sepakbola empat gawang ini dapat dimainkan oleh semua orang ?	Ya	78,12 %
19.	Apakah selama ini kamu sering bermain sepak bola ?	Ya	90,75 %
20.	Apakah kamu merasa gembira setelah mencetak gol dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	96,37 %
21.	Apakah kamu senang memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	Ya	100 %
22.	Apakah kamu dapat menerima seandainya tim kamu kalah dalam bertanding ?	Ya	100 %
23.	Apakah kamu dapat menghormati lawan bertanding dalam bermain sepakbola empat gawang ?	Ya	100 %
24.	Apabila dalam permainan kamu melakukan pelanggaran, apakah kamu akan segera minta maaf ?	Ya	87,5 %
25.	Apakah kamu dapat menerima keputusan dari wasit apabila melakukan pelanggaran dalam permainan ?	Ya	96,87 %
26.	Apakah kamu ingin bermain sepakbola empat gawang lagi ?	Ya	90,62 %
27.	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang	Ya	100 %

29.	lagi ?	Ya	100 %
30.		Ya	100 %
Rata-rata			93,44 %



## ANALISIS DATA HASIL UJI LAPANGAN ( N = 32 )

Soal No	Aspek	Persentase	Kriteria	Makna
1.	Apakah menurut kamu model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini merupakan permainan yang sulit ?	90,62 %	Baik	Digunakan
2.	Apakah kamu dapat memainkan model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	81,25 %	Baik	Digunakan
3.	Apakah kamu merasa kesulitan memainkan bola dalam bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	90,62 %	Baik	Digunakan
4.	Apakah dalam model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini kamu merasa mudah dalam menggiring bola ?	90,62 %	Baik	Digunakan
5.	Apakah selama bermain bermain sepakbola empat gawang kamu mudah mengoperkan bola kepada teman ?	100 %	Sangat baik	Digunakan
6.	Apakah selama bermain sepakbola empat gawang kamu mudah menerima operan bola dari teman ?	87,5 %	Baik	Digunakan
7.	Apakah kamu merasa kesulitan untuk mencetak gol dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	93,75 %	Sangat baik	Digunakan
8.	Apakah kamu merasa sulit saat menyerang dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ?	87,5 %	Baik	Digunakan
9.	Apakah kamu merasa sulit saat melakukan pertahanan dalam permainan bermain	90,62 %	Sangat baik	Digunakan

10.	<p>sepakbola empat gawang ?</p> <p>Apakah cara bermain permainan bermain sepakbola empat gawang ini lebih mudah dari permainan sepak bola yang sudah kamu kenal ?</p>	90,62 %	Baik	Digunakan
11.	<p>Apakah kamu tahu cara bermain model pengembangan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?</p>	93,75 %	Sangat baik	Digunakan
12.	<p>Apakah kamu tahu perbedaan bermain sepakbola empat gawang dengan sepakbola sesungguhnya ?</p>	90,62 %	Baik	Digunakan
13.	<p>Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?</p>	93,75 %	Sangat baik	Digunakan
14.	<p>Apakah dalam permainan kamu dapat mematuhi peraturan bermain sepakbola empat gawang ?</p>	96,87 %	Sangat baik	Digunakan
15.	<p>Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?</p>	96,87 %	Sangat baik	Digunakan
16.	<p>Menurut kamu, apakah memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang perlu kerja sama dengan teman satu tim ?</p>	100 %	Sangat baik	Digunakan
17.	<p>Apakah dalam permainan bermain bola empat gawang setiap tim harus selalu kompak ?</p>	96,87 %	Sangat baik	Digunakan
18.	<p>Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?</p>	90,75 %	Baik	Digunakan
19.	<p>Apakah seorang wasit akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?</p>	78,12 %	Baik	Digunakan

20.	Apakah bermain sepakbola empat gawang ini dapat dimainkan oleh semua orang ? Apakah selama ini kamu sering bermain sepak bola ?	90,75 %	Baik	Digunakan
21.	Apakah kamu merasa gembira setelah mencetak gol dalam bermain sepakbola empat gawang ini ?	96,37 %	Sangat baik	Digunakan
22.	Apakah kamu senang memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	100 %	Sangat baik	Digunakan
23.	Apakah kamu semangat dalam memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang ini ?	100 %	Sangat baik	Digunakan
24.	Apakah kamu dapat menerima seandainya tim kamu kalah dalam bertanding ?	100 %	Sangat baik	Digunakan
25.	Apakah kamu dapat menghormati lawan bertanding dalam bermain sepakbola empat gawang ?	87,5 %	Baik	Digunakan
26.	Apabila dalam permainan kamu melakukan pelanggaran, apakah kamu akan segera minta maaf ?	96,87 %	Sangat baik	Digunakan
27.	Apakah kamu dapat menerima keputusan dari wasit apabila melakukan pelanggaran dalam permainan ?	90,62 %	Baik	Digunakan
28.	Apakah kamu ingin bermain sepakbola empat gawang lagi ?	100 %	Sangat baik	Digunakan
29.	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk memainkan permainan bermain sepakbola empat gawang lagi ?	100 %	Sangat baik	Digunakan
30.		100 %	Sangat baik	Digunakan

**DOKUMENTASI**  
**PENELITIAN SEPAK BOLA MINI SATU GAWANG**  
**SD NEGERI 2 KRASAK**



PERPUSTAKAAN  
UNNES

**Dosen Pembimbing Dan , Ahli Penjas**

**Beserta Siswa-siswi SD Negeri 2 Krasak**



Penggambilan Denyut Nadi



Penghitungan Denyut Nadi



Pemanasan dalam Permainan Sepak Bola Satu gawang



Pengarahan Permainan Sepak Bola Satu gawang



Permainan Sepak Bola Satu gawang

PERPUSTAKAAN  
UNNES



Permainan Sepakbola Mini Satu Gawang Putri





Pendinginan



Waktu Istirahat