



**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SEPAK BOLA MELALUI
MODIFIKASI GAWANG PANTUL PADA SISWA KELAS V
SD NEGERI PASEKARAN 01 KECAMATAN BATANG
KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN
2012 / 2013**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

IKA RESTY NOFIYANI

6101911174

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2013**

ABSTRAK

Ika Resty Nofiyani. 2013. *Meningkatkan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Modifikasi Gawang Pantul Pada Siswa Kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013*. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Utama Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd Pembimbing Pendamping Agus Pujiyanto, S.Pd, M.pd.
Kata Kunci : Sepak, Bola, Gawang, Pantul

Latar belakang masalah ini adalah masih banyaknya siswa yang kurang sungguh-sungguh dalam kegiatan pembelajaran sepak bola, hal tersebut ditunjukkan bahwa masih rendahnya motivasi siswa dalam bermain sepak bola kurangnya pengembangan metode pembelajaran yang bervariasi oleh guru pembimbing dan pada akhirnya siswa merasa kurang senang terhadap pembelajaran yang dihadapi. Rumusan masalah dari penelitian ini diteliti melalui modifikasi gawang pantul. Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar sepak bola pada siswa kelas V SD N Pasekaran 01 dalam mengikuti proses pembelajaran yang ditunjukkan dengan hasil unjuk kerja, sikap siswa serta perilaku siswa yang lebih baik.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Objek penelitian melalui modifikasi gawang pantul sedangkan subjeknya adalah siswa kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang yang berjumlah 28 siswa. Pertemuan dalam penelitian ini menggunakan dua siklus. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data diperoleh dari hasil tes unjuk kerja yang ditampilkan siswa pada saat pelaksanaan tes.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II, baik dari peningkatan nilai rata-rata pembelajaran sepak bola gawang pantul maupun nilai ketuntasan hasil belajar. Pada kondisi awal hasil belajar siswa menunjukkan hanya 6 siswa (21,43%) yang telah tuntas dari KKM yang diharapkan yaitu 75, sedangkan 22 siswa masih dibawah KKM. Peningkatan kemampuan gerak pada pembelajaran sepak bola gawang pantul dapat dilihat dari nilai KKM (75,00) atau tuntas sebesar 89,29% setelah dilakukan tindakan pada siklus I nilai belajar siswa yang tuntas sebanyak 18 dari 28 siswa (64,29%) dan pada siklus II yang tuntas sebanyak 25 dari 28 siswa keseluruhan atau tuntas sebesar 89,29%.

Kesimpulan peneliti ini adalah melalui modifikasi gawang pantul dapat meningkatkan hasil belajar sepak bola pada siswa kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang tahun Pelajaran 2012/2013. Saran penelitian ini pembelajaran dengan metode yang lebih bervariasi dapat digunakan sebagai alternatif dalam proses pembelajaran di sekolah.

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, Juli 2013

Ika Resty Nofiyani

NIM : 6101911174

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Nama : IKA RESTY NOFIYANI
NIM : 6101911174
Judul : Meningkatkan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Modifikasi Gawang Pantul Pada Siswa Kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kec. Batang Kab. Batang Tahun Pelajaran 2012/2013.
Pada Hari : Minggu
Tanggal : 28 Juli 2013

Panitia Ujian

Ketua

Sekretaris

Dr. H. Harry Pramono, M.Si.

NIP. 19591019 198503 1 001

Supriyono, S.Pd., M.Or.

NIP.19720127 198802 1 001

Dewan Penguji

1. **Drs. Bambang Priyono, M.Pd** (Ketua)
NIP. 19600422 198601 1 001
2. **Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd.** (Anggota).....
NIP. 19651020 199103 1 002
3. **Agus Pujiyanto, S.Pd.,M.Pd.** (Anggota).....
NIP. 19730202 200604 1 001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

- ❖ *Apa yang kita kerjakan itu yang akan kita dapatkan. (Ika Resty Nofiyani)*

PERSEMBAHAN:

Hasil Karya tulis ini aku persembahkan untuk :

- ❖ Bapak (Alm) Simu dan Ibu Musriati tercinta yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, dukungan serta doa untuk tetap berjuang meraih cita-cita.
- ❖ Kakak tercinta : Nur Khasanah, Akhmad Bahrin yang selalu memberikan motivasi.
- ❖ Adek Tercinta : Valencia Nala Baruna
- ❖ Seseorang yang selalu menginspirasi (Mukti Ali)
- ❖ Teman-teman kelompok Batang.
- ❖ Teman-teman PKG 2013.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “*Meningkatkan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Modifikasi Gawang Pantul Pada Siswa Kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013*”. Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan studi strata satu untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tidak akan berhasil tanpa bimbingan, motivasi dan bantuan dari berbagai pihak, terutama dosen pembimbing baik secara langsung maupun tidak langsung. Kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

- 1 Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk memperoleh pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
- 2 Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membantu dalam menyelesaikan study.
- 3 Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd, Ketua Jurusan PJKR yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
- 4 Ds. Hermawan Pamot R, M.Pd Pembimbing utama yang selalu menyempatkan waktu untuk membimbing dan memotivasi dalam penyusunan skripsi ini.
- 5 Agus Pujianto, S.Pd. M.Pd Pembimbing pendamping yang selalu menyempatkan waktu untuk membimbing dan memotivasi dalam penyusunan

skripsi ini.

- 6 Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Tata Usaha Jurusan PJKR FIK UNNES yang telah memberikan bimbingan dan nasehat.
- 7 Kepala Sekolah SD N Pasekaran 01, D I K U N, S.Pd, yang telah memberikan izin dan bantuan dalam memperoleh data untuk penyusunan skripsi ini.
- 8 Siswa-siswa kelas V SD N Pasekaran 01.
- 9 Bapak/Ibu rekan-rekan Mahasiswa PJKR
- 10 Semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang telah membantu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi catatan amalan baik serta mendapat pahala yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa. Pada akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Semarang, Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GRAFIK	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.5 Sumber Pemecahan Masalah	4
BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR	
2.1 Pendidikan Jasmani	5
2.2 Bermain	12
2.3 Minat dan Motivasi	13
2.4 Sepak Bola	23
2.5 Modifikasi Permainan	39
2.6 Hakekat Permainan Spak Bola Gawang Pantul	41
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Subjek Penelitian	48
3.2 Objek Penelitian	48
3.3 Waktu Penelitian	48

3.4	Lokasi Penelitian	48
3.5	Teknik Pengumpulan Data	49
3.6	Instrument Pengumpulan Data	55
3.7	Analisa Data	55
BAB IV HASIL PENELITIAN		
4.1	Hasil Penelitian	58
4.2	Pembahasan	63
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Simpulan	78
5.2	Saran	78
DAFTAR PUSTAKA		79
LAMPIRAN-LAMPIRAN		80

DAFTAR TABEL

2.1 Perbedaan Sepak Bola dengan Sepak Bola GawangPantul	28
3.2 Teknik dan Alat Pengumpulan Data	49
3.3 Prediksi Pencapaian Kemampuan Siswa	53
4.4 Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif) Siklus I	58
4.5 Hasil Perilaku Siswa (Aspek Afektif) Siklus I	59
4.6 Hasil Unjuk Kerja Siswa (Aspek Psikomotor) Siklus I	60
4.7 Hasil Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif) Siklus II	61
4.8 Hasil Perilaku Siswa (Aspek Afektif) Siklus II	61
4.9 Hasil Unjuk Kerja Siswa (Aspek Psikomotor) Siklus II	62
4.10 Hasil Perbandingan Aspek Kognitif PraSiklus, Siklus I dan Siklus II	69
4.11 Hasil Perbandingan Aspek Afektif PraSiklus, Siklus I dan Siklus II	70
4.12 Hasil Perbandingan Aspek Psikomotor PraSiklus, Siklus I dan Siklus II	71
4.13 Hasil Analisis Aspek Kognitif PraSiklus, Siklus I dan Siklus II	74
4.14 Hasil Perbandingan Aspek Afektif PraSiklus, Siklus I dan Siklus II	74
4.15 Hasil Perbandingan Aspek Psikomotor PraSiklus, Siklus I dan SiklusI	75

DAFTAR GRAFIK

4.1 Grafik Aspek Kognitif Siklus I	58
4.2 Grafik Aspek Afektif Siklus I	59
4.3 Grafik Aspek Psikomotor Siklus I	60
4.4 Grafik Aspek Kognitif SiklusII.....	61
4.5 Grafik Aspek Afektif Siklus II	62
4.6 Grafik Aspek Psikomotor SiklusII	63
4.7 Grafik Perbandingan Pemahaman Siswa Aspek Kognitif	70
4.8 Grafik Perbandingan Perilaku Siswa Aspek Afektif	71
4.9 Grafik Perbandingan Unjuk Siswa Aspek Psikomotor	72
4.10Grafik Perbandingan Nilai Sepak Bola Gawang Pantul	73

DAFTAR GAMBAR

2.1	Nama Bagian Kaki Untuk Menendang Bola	28
2.2	Tendangan Lurus dan Melengkung	29
2.3	Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	29
2.4	Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Luar	30
2.5	Menendang Bola Dengan Punggung Kaki	31
2.6	Teknik Menghentikan Bola Dengan Telapak Kaki	31
2.7	Teknik Menghentikan Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	32
2.8	Teknik Menghentikan Bola Dengan kaki Bagian Luar	33
2.9	Teknik Menghentikan Bola Dengan Punggung Kaki	34
2.10	Teknik Menghentikan Bola Dengan Paha	35
2.11	A dan B Posisi Badan Ketika Melempar Bola	35
2.12	Menendang dan Menyundul Bola	36
2.13	Mengoper Bola	36
2.14	Ukuran Lapangan Sepak Bola Internasional	37
2.15	Permainan Lingkar Bola (Kucing-kucingan).....	42
2.16	Passing Bola Berpasangan	42
2.17	Menggiring Bola Zig-zag	43
2.18	Lapangan Sepak Bola Gawang Pantul	45
2.19	Bola Karet	46
3.20	Prosedur Penelitian Tindakan Kelas	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1	SK Penetapan Dosen Pembimbing	81
2	SK Ijin Penelitian dari Universitas	82
3	SK Ijin Penelitian dari Sekolah	83
4	Silabus	84
5	RPP	86
6	Kondisi awal	90
7	Siklus I	94
8	Siklus II	98
9	Form Laporan selesai Bimbingan	103
10	Form Bimbingan Penulisan Skripsi	104
11	SK telah Mengadakan Penelitian	105
12	Foto Dokumentasi Kegiatan	106

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan manusia. Berolahraga dapat meningkatkan kesegaran jasmani atau kondisi fisik seseorang sehingga untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Melalui kegiatan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan memiliki watak disiplin serta sportif yang tinggi dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Perkembangan olahraga di Indonesia sekarang ini terasa semakin maju, hal ini tidak terlepas dari peran serta masyarakat yang semakin sadar dan mengerti arti penting fungsi olahraga itu sendiri, di samping adanya perhatian serta dukungan pemerintah juga menunjang perkembangan olahraga di Indonesia.

Dalam melaksanakan olahraga manusia mempunyai tujuan yang berbeda, hal ini dikarenakan masing-masing manusia melakukan olahraga sesuai dengan tujuan yang diinginkannya. Pertama, adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk rekreasi atau hiburan, yaitu olahraga untuk mengisi waktu luang. Kegiatan olahraga dilakukan dengan penuh kegembiraan, santai, semua berjalan dengan tidak formal baik tempat, sarana maupun peraturannya. Kegiatan bertujuan untuk penyegaran kembali baik fisik maupun mental. Kedua, adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan, seperti olahraga di sekolah-sekolah yang diasuh oleh guru penjasorkes.

Olahraga yang dilakukan ini tercantum dalam kurikulum sekolah dan disajikan dengan mengacu pada tujuan pembelajaran umum dan pembelajaran khusus yang cukup jelas. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan penyembuhan penyakit.

Kita menyadari bahwa dalam pelajaran penjasorkes banyak permasalahan yang muncul pada saat berlangsungnya proses belajar mengajar yaitu seperti anak didik timbul sifat bermalas-malasan untuk melakukan aktivitas jasmani, saat kegiatan belajar anak didik pura-pura sakit, ijin, tidak mengikuti pelajaran dengan berbagai alasan dan sebagainya.

Demikian pula pada pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pada materi permainan bola besar yaitu sepak bola, masih banyaknya siswa yang kurang sungguh-sungguh dalam belajar teknik dasar sepak bola, hal tersebut ditunjukkan bahwa siswa lebih suka pembelajaran langsung kepada permainan sepak bola dari pada belajar tentang teknik dasar terlebih dahulu, rendahnya motivasi siswa, anak tidak tertarik pada permainan sepak bola karena kurangnya pengembangan metode pembelajaran yang bervariasi oleh guru pembimbing dan pada akhirnya siswa merasa kurang senang terhadap pembelajaran yang dihadapi, nilai rata-rata dalam pembelajaran sepak bola pada kelas V hanya 6 anak saja dari 28 siswa atau hanya sebesar 68,36% dari nilai KKM yang diharapkan yaitu sebesar 75%. Untuk mengatasi hal ini, maka perlu diadakan tindakan penelitian dengan pengembangan model pembelajaran penjasorkes khususnya pada permainan bola besar yaitu sepak bola dibutuhkan

kegiatan guru yang inovatif agar pembelajaran menarik dan menyenangkan khususnya bagi peserta didik.

Melalui pengkajian dapat ditemukan langkah-langkah untuk memperbaikinya. Inovasi pembelajaran penjasorkes terdapat aspek yaitu : aspek kognitif, aspek afektif, aspek psikomotor, tetap harus muncul dalam proses pembelajaran penjasorkes sehingga tujuan pembelajaran tercapai.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini dengan judul “ Meningkatkan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Modifikasi Gawang Pantul Pada Siswa Kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012 / 2013 “

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana meningkatkan hasil belajar permainan sepak bola pada Siswa Kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar sepak bola melalui modifikasi gawang pantul pada siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Guru

Untuk meningkatkan kualitas mengajar dan mencoba menerapkan pendekatan pembelajaran bermain inovasi baru dalam proses pembelajaran.

Sebagai dorongan dan motivasi kepada guru penjas untuk menciptakan variasi mengajar dengan cara memodifikasi jenis permainan olahraga sehingga siswa tidak merasa cepat bosan, serta siswa lebih aktif bergerak.

2. Siswa

Keterampilan dan kemampuan siswa melakukan teknik dasar permainan sepak bola akan semakin meningkat. Selain itu siswa juga dapat belajar sambil bermain.

3. Sekolah

Dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan sekolah untuk mengembangkan model pembelajaran.

1.5 Sumber Pemecahan Masalah

Dalam permasalahan di atas, ada beberapa alternatif tindakan supaya proses pembelajaran sepak bola di kelas V SD N Pasekaran 01 bisa menjadi efektif, diantaranya :

1. Melakukan pendekatan bermain kelompok
2. Memodifikasi alat dengan bola karet
3. Memodifikasi permainan dengan gawang pantul
4. Memodifikasi peraturan permainan agar lebih mudah dipahami siswa

Maka dari beberapa alternatif pemecahan masalah belajar sepak bola tersebut, prioritas pemecahan masalah yang diharapkan mampu mengatasi permasalahan ketidak efektifan belajar sepak bola di kelas V, dengan cepat dan mudah adalah dengan menggunakan pendekatan pembelajaran bermain kelompok di kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Batang.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Pendidikan Jasmani

2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan ketrampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia yang berkualitas berdasarkan Pancasila. (Abdul Gafur, 1983:8-9). Pendidikan Jasmani menurut (Cholik Mutohir, 1992) adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan atau pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas.

Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respon otot yang giat dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respon tersebut. Nixon and Cozens (1962:51). Dauer dan Pangrazi (1989) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah fase dari program pembelajaran yang memberikan

perhatian yang proporsioanal dan memadai pada aspek pembelajaran yaitu, afektif, kognitif, psikomotor. Bucher (1979) pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, adalah proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interperatif, sosial, dan emosional.

Dari berbagai pendapat tentang pengertian pendidikan jasmani, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga mempunyai perbedaan dan persamaan. Berdasarkan ruang lingkup kegiatannya maka pendidikan jasmani lebih luas dari olahraga *games, sport*, bermain, dan segala aktivitas untuk mengembangkan kualitas gerak manusia melalui gerak. Dalam pendidikan jasmani mempunyai unsur bermain dan olahraga, tetapi tidak semata-mata hanya bermain dan berolahraga saja, melainkan kombinasi keduanya.

2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik aspek fisik, mental, sosial dan emosional. Selain itu, tujuan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut :

1. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara berkelompok maupun perorangan.
2. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani termasuk permainan dan olahraga.

3. Mengembangkan kapasitas untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan untuk menuju pola hidup sehat.
4. Pendidikan jasmani meningkatkan kesenangan gerak kepastian gerak, dan kekayaan gerak
5. Pendidikan jasmani meningkatkan kekayaan jasmani, rohani, dan kegairahan hidup.

2.1.3 Hakikat Belajar Keterampilan Gerak

Pendidikan jasmani mengandung karakteristik khusus yang berhubungan dengan gerak manusia. Dalam aplikasinya, gerak manusia dimanipulasi dalam bentuk latihan-latihan fisik untuk menghasilkan keterampilan gerak. Untuk dapat memiliki keterampilan gerak yang lebih baik, maka terlebih dahulu dikembangkan unsur-unsur gerak yang diperlukan melalui proses belajar dan berlatih.

Belajar adalah kecenderungan perubahan tingkah laku yang relatif permanen yang merupakan hasil dari berbuat yang berulang-ulang. Menurut Singer (1980:9) dinyatakan bahwa “belajar adalah perubahan yang relatif stabil pada perilaku yang merupakan hasil dari latihan atau pengalaman”. Gagne (1985:12) berpendapat bahwa “perubahan perilaku sebagai hasil belajar dapat dibedakan atas lima kategori yaitu : keterampilan intelektual, informasi verbal, kognitif, sikap dan keterampilan motorik”. Lebih lanjut dikemukakan bahwa keterampilan intelektual maksudnya adalah suatu kemampuan yang membuat seseorang menjadi kompeten terhadap suatu subjek sehingga ia dapat mengklasifikasi, mengidentifikasi, mendemonstrasikan, serta dapat menggeneralisasikan suatu gejala. Strategi kognitif adalah kemampuan seseorang

untuk dapat mengontrol aktifitas intelektualnya dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Yang dimaksud dengan informasi verbal adalah kemampuan seseorang untuk dapat menggunakan bahasa lisan maupun tulisan dalam mengungkapkan suatu masalah; sikap maksudnya adalah suatu kecenderungan dalam menerima dan menolak suatu objek, misalnya sikap seseorang terhadap olahraga akan menjadi lebih positif atau lebih negatif setelah orang tersebut belajar keterampilan olahraga. Keterampilan motorik adalah kemampuan seseorang untuk mengkoordinasikan semua gerakan secara teratur dan lancar dalam keadaan sadar.

Menurut Romizoowski (1981) hasil belajar seseorang dapat juga dibedakan menjadi dua bentuk yaitu pengetahuan dan keterampilan. Pengetahuan berkenaan dengan informasi yang tersimpan dalam otak setelah mereka mengalami proses belajar, dan tingkat penguasaan suatu pengetahuan yang dicapai dalam mengikuti program belajar mengajar sesuai dengan tujuan pendidikan yang telah ditetapkan. Keterampilan berkenaan dengan tindakan seseorang, baik tindakan intelek maupun tindakan fisik, dalam mencapai suatu tujuan sebagai akibat dari proses belajar. Keterampilan dibagi menjadi empat jenis yaitu keterampilan kognitif, keterampilan reaktif, keterampilan motorik dan keterampilan interaktif. Keterampilan reaktif berkenaan dengan tingkah laku seseorang dalam menghadapi sesuatu, sedang keterampilan interaktif berkenaan dengan tingkah laku seseorang dalam mempengaruhi atau memodifikasi suatu situasi.

Unsur kelelahan yang sering muncul dalam kegiatan latihan merupakan

salah satu faktor yang dapat menurunkan tingkat keterampilan gerak, akibat lambatnya pemulihan terhadap otot yang melakukan kegiatan. Di samping faktor strategi mengajar seperti strategi yang digunakan tanpa melihat karakteristik siswa, dapat menjadi gangguan dalam penguasaan keterampilan gerak yang telah dicapai.

Proses terbentuknya keterampilan gerak tidak terjadi secara otomatis atau secara mendadak, tetapi merupakan akumulasi dari proses belajar dan berlatih, yaitu dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang yang disertai dengan kesadaran akan benar atau tidaknya gerak yang dilakukan. Oleh karena itu keterampilan gerak adalah kemampuan melakukan gerakan secara efisien dan efektif. Jadi belajar keterampilan gerak merupakan kegiatan belajar yang berlangsung melalui respon fisik yang dapat diamati secara langsung. Pengembangan suatu keterampilan gerak sampai ke tingkat gerak yang otomatis, merupakan suatu proses yang panjang.

2.1.4 Karakteristik Perkembangan Gerak Dasar Anak Sekolah Dasar

1. Ukuran dan Bentuk Tubuh Anak Usia 6-12 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 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 jaringan. Oleh karena energi anak diarahkan ke arah penyempurnaan pola gerak dasar yang telah terbentuk selama periode masa awal anak. Disamping 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. Perkembangan Aktivitas Motorik Kasar (*Gross motor ability*)

Perkembangan motorik dasar difokuskan pada keterampilan yang biasa disebut dengan keterampilan motorik dasar meliputi jalan, lari, lompat, loncat, dan keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang dan memantulkan bola. Keterampilan motor dasar dikembangkan pada masa anak sebelum sekolah dan pada masa sekolah awal.

3. Perkembangan Aktivitas Motorik Halus (*Fine motor activity*)

Kemampuan untuk mengatur penggunaan bentuk gerakan mata dan tangan secara efisien, tepat dan adaptif. Menurut Anita J. Harrow perkembangan gerak anak berdasarkan klasifikasi dominan psikomotor dapat dibagi menjadi 6 meliputi:

a. Gerak Reflek

Gerak refleks adalah respon atau aksi yang terjadi tanpa kemauan sadar yang ditimbulkan oleh suatu stimulus. Gerak ini bersifat prerekuisit terhadap perkembangan kemampuan gerak pada tingkat-tingkat berikutnya. Gerak refleksi dibagi menjadi tiga yaitu : refleksi segmental, refleksi intersegmental, dan refleksi suprasegmental (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:219).

b. Gerak Dasar Fundamental

Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar berkembangnya sejalan dengan pertumbuhan tubuh dan tingkat kemampuan pada anak-anak. Gerakan ini pada dasarnya menyertai gerakan refleks 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.

c. Kemampuan Perspektual

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

d. Kemampuan Fisik

Kemampuan fisik adalah kemampuan untuk memfungsikan sistem organ tubuh didalam melakukan aktivitas psikomotor. Secara garis besar kemampuan fisik, kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung aktivitas psikomotor. Secara garis besar kemampuan fisik dibagi menjadi empat macam yaitu ketahanan (*endurance*), kekuatan (*strenght*), fleksibilitas (*flexibility*), kelincahan (*aqility*) (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:221-222).

e. 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.

f. Komunikasi non-diskursif

Menurut Harrow dalam Sugiyanto dan Sudjarwo (1993:322) komunikasi non-diskursif merupakan level komunikasi domain psikomotor. Komunikasi non-diskursif merupakan perilaku yang berbentuk komunikasi melalui gerakan-gerakan tubuh. Gerakan yang bersifat komunikatif meliputi gerakan ekspresif dan interpretif.

2.2 Bermain

2.2.1 Pengertian Bermain

Bermain merupakan bagian terbesar dalam kehidupan anak-anak untuk dapat belajar mengenal dan mengembangkan keterampilan sosial dan fisik, mengatasi situasi dalam kondisi sedang terjadi konflik. Secara umum bermain sering dikaitkan dengan kegiatan anak-anak yang dilakukan secara spontan dan dalam suasana riang gembira. Dengan bermain berkelompok anak akan mempunyai penilaian terhadap dirinya tentang kelebihan yang dimilikinya sehingga dapat membantu pembentukan konsep diri yang positif, pengelolaan emosi yang baik, memiliki rasa empati yang tinggi, memiliki kendali diri yang bagus, dan memiliki rasa tanggungjawab yang tinggi. Bermain juga bisa dikatakan kegiatan yang dilakukan secara sukarela tanpa paksaan atau tekanan dari luar. Dalam bermain tidak ada peraturan lain kecuali yang ditetapkan permainan itu sendiri.

Karena melalui bermain, anak dapat mengembangkan seluruh aspek perkembangannya. Untuk anak, bermain adalah belajar. Bila orang dewasa membangun pengetahuannya lewat membaca, maka anak membangun pengetahuannya lewat bermain melalui berbagai macam aktifitas bermain, anak

melatih kemampuan fisik dan motoriknya, mematangkan emosi dan mengasah keterampilan sosialnya, memperlancar komunikasinya, juga mengembangkan kognisinya.

2.2.2 Tujuan Bermain

Ada beberapa tujuan yang dilakukan baik dalam pendidikan di sekolah perorangan ataupun kelompok yang dilakukan sesuai dengan tempat pelaksanaannya maka tujuannya adalah sebagai berikut :

1. Meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak
2. Memberikan pengalaman berbagai macam gerak bagi anak, sehingga mereka menguasai berbagai macam gerak.
3. Meningkatkan dominan kognitif, afektif, psikomotor dan sosial ekonomi anak didik.
4. Mengisi waktu luang.
5. Menyalurkan kelebihan tenaga yang ada dalam tubuh, terutama anak yang sedang dalam pertumbuhan dan perkembangan.

2.3 Minat dan Motivasi

2.3.1 Pengertian Minat

Minat merupakan suatu kecenderungan untuk tingkah laku yang berorientasi pada objek, kegiatan atau pengalaman tertentu, dan kecenderungan tersebut antara individu yang satu dengan individu yang lain tidak sama intensifnya (Eysenck, dkk., 1972).

Minat diartikan pula sebagai kesadaran seseorang bahwa suatu objek, seseorang, suatu masalah ataupun suatu situasi yang mempunyai sangkut paut

dengan dirinya yang dilakukannya dengan sadar serta diikuti rasa senang. Minat adalah sambutan yang sadar, jika tidak demikian maka minat tersebut tidak mempunyai nilai sama sekali. Kesadaran terhadap suatu objek disusul dengan meningkatnya perhatian (Witherington, 1986). Pendapat ini didukung oleh Setiadi (1987) yang menyebutkan bahwa minat merupakan aktivitas psikis manusia yang menyebabkan individu memberikan perhatian kepada suatu objek yang selanjutnya akan diikuti oleh kecenderungan untuk mendekati objek tersebut dengan perasaan senang.

Nugroho (1982) menyatakan bahwa minat adalah rasa lebih suka dan rasa keterkaitan pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruh. Pada dasarnya minat adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri, semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minatnya.

Minat juga dipandang sebagai kecenderungan dalam diri individu untuk tertarik pada suatu objek atau menyenangkan sesuatu objek. (Suryabrata, 1988). Minat menurut Fishbein dan Ajzen (1975) merupakan bagian dari sikap yang bisa dibedakan berdasarkan sumber munculnya minat yaitu perilaku (*behavior*), sasaran (*target*), situasi dan waktu. Minat bisa muncul secara spontan, wajar, selektif dan tanpa paksaan ketika individu memberikan perhatian (Gie, 1981).

Kartikawati (1995) menyatakan minat merupakan sikap yang membuat individu merasa senang terhadap objek, situasi atau ide – ide tertentu sehingga individu berusaha memperoleh objek yang disenangi dan menarik perhatian. Keinginan untuk memperoleh objek yang menarik perhatian bagi seseorang akan menjadi faktor penentu internal yang benar – benar mendasar dalam

mempengaruhi perhatiannya sehingga kekuatan motif individu untuk memusatkan perhatian kepada objek kepuasan bisa diketahui dari minat individu tersebut.

Minat dipandang sebagai pendorong yang menyebabkan seseorang memberikan perhatian terhadap orang, sesuatu, aktivitas – aktivitas tertentu (Killis, 1986). Sementara itu menurut Walgito (1981) minat adalah suatu keadaan dimana seseorang menaruh perhatian pada sesuatu disertai keinginan untuk mengetahui, mempelajari dan membuktikan lebih lanjut.

Sukirin (1986) menyatakan minat adalah kecenderungan dalam diri individu untuk tertarik pada suatu objek. Seseorang yang berminat besar terhadap pekerjaan tertentu maka akan senang mengerjakan pekerjaan itu. Pendapat ini didukung oleh As'ad (1995) yang menyatakan minat merupakan sumber motivasi yang akan mengarahkan tindakan seseorang.

Adanya minat pada seseorang memungkinkan ketertiban yang lebih besar dalam suatu kegiatan. Woodward dan Marquis (1957) menyatakan bahwa apabila seseorang menaruh minat pada sesuatu, maka minat tersebut berfungsi sebagai pendorong yang kuat untuk terlibat secara aktif pada objek yang menarik perhatiannya tersebut. Pendapat yang senada dikemukakan oleh Winkel (1983) yang menyatakan bahwa minat adalah kecenderungan yang agak menetap pada subjek untuk merasa tertarik pada bidang atau tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam bidang itu.

Minat dapat dipahami untuk menunjukkan kekuatan motif yang menyebabkan seseorang memberikan perhatian kepada orang, benda atau aktifitas tertentu. Minat menggambarkan alasan – alasan mengapa seseorang lebih tertarik

kepada benda, orang atau aktivitas tertentu dibandingkan dengan yang lain. Minat juga dapat membantu seseorang untuk memutuskan apakah ia akan melaksanakan aktivitas yang ini atau aktivitas yang lain (Crow dan Crow, 1976).

Slameto (1988) menyatakan bahwa minat adalah suatu rasa lebih suka atau rasa keterikatan pada suatu hal atau aktivitas. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara dirinya dengan sesuatu diluar dirinya, semakin kuat atau semakin dekat hubungan itu, maka akan semakin besar minatnya.

Minat merupakan pernyataan psikis yang belum dapat diamati secara langsung, yang dapat diamati adalah dinamikanya atau manifestasinya dalam perbuatan atau tingkah laku seseorang. Menurut Tanunihardjo & Santoso (1988), minat akan ditunjukkan oleh tindakan sebagai berikut:

- a. Orang tersebut akan berusaha mendapatkan informasi yang lengkap
- b. Orang tersebut akan menyesuaikan diri dengan kondisi yang ada
- c. Orang tersebut akan berusaha memperhatikan.

Pintrich dan Schunk (1996) membagi defenisi minat menjadi tiga yaitu:

- a. Minat pribadi, yaitu minat yang berasal dari pribadi atau karakteristik individu yang relatif stabil. Biasanya minat pribadi diasumsikan langsung ke beberapa aktivitas atau topik.
- b. Minat situasi, yaitu minat yang berhubungan dengan kondisi lingkungannya seperti ruangan kelas, komputer dan buku teks yang dapat membangkitkan minat.

- c. Minat dalam rumusan psikologi, yaitu perpaduan antara minat pribadi dengan minat situasi.

Dari berbagai pendapat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa minat merupakan aspek psikis yang berperan sangat dominan dalam menimbulkan tingkah laku. Minat merupakan rasa ketertarikan pada suatu objek karena didasari oleh rasa suka sehingga timbul perhatian yang mengakibatkan ingin terlibat dengan objek tersebut sekaligus menjadi pendorong yang kuat untuk berhubungan lebih dekat, aktif dan mendalam secara wajar, spontan dan selektif. Di dalam minat terdapat dua unsur penting yaitu motif dan perhatian. Motif merupakan daya gerak meliputi dorongan dan kemauan yang timbul dari dalam diri seseorang yang menyebabkan ia berbuat sesuatu yang berhubungan dengan minatnya. Sedangkan perhatian merupakan pemusatan kesadaran pada suatu objek. Minat timbul dan meningkat setelah individu mendapatkan informasi mengenai suatu objek, oleh karena itu objek minat umumnya berkisar pada hal – hal yang sudah dikenali sebelumnya. Semakin berminat individu terhadap suatu objek maka semakin aktif ia terlibat di dalam objek tersebut.

Aspek-aspek Minat

Pintrich dan Schunk (1996) menyebutkan aspek – aspek minat adalah sebagai berikut:

- a. Sikap umum terhadap aktivitas (*general attitude toward the activity*) sikap umum disini maksudnya adalah sikap yang dimiliki oleh individu, yaitu perasaan suka atau tidak suka terhadap aktivitas.
- b. Pilihan spesifik untuk menyukai aktivitas (*specific preference for or liking the activity*). Individu akan memutuskan pilihannya untuk menyukai aktivitas tersebut.
- d. Merasa senang dengan aktivitas (*enjoyment of the activity*), yaitu perasaan senang individu terhadap segala sesuatu yang berhubungan dengan aktivitasnya.
- e. Aktivitas tersebut mempunyai arti atau penting bagi individu (*personal importance or significance of the activity to the individual*) individu merasa bahwa aktivitas yang dilakukannya sangat berarti.
- f. Adanya minat intrisik dalam isi aktivitas (*intrinsic interest in the content of activity*). Dalam aktivitas tersebut terdapat perasaan yang menyenangkan.
- g. Berpartisipasi dalam aktivitas (*reported choice of or participation in the activity*). Individu akan berpartisipasi dalam aktivitas itu karena menyukainya

Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Minat

Mappiare (1982) mengemukakan bahwa bentuk minat seseorang dipengaruhi oleh latar belakang lingkungan, tingkat ekonomi, status sosial, dan pengalaman. Minat seseorang dapat berkembang sebagai akibat perubahan fisik dan sosial masyarakat.

Proses terbentuknya minat menurut Wells dan Prensky (1996) berasal dari perpaduan internal dan eksternal. Faktor internal berupa sikap

untuk melakukan sesuatu yang terbentuk dari keyakinan bahwa perilaku akan mengarahkan ke tujuan yang diinginkan dan evaluasi terhadap hasil yang dicapai. Faktor eksternal berupa norma subjektif yang terbentuk dari keyakinan bahwa kelompok referensi untuk melakukan atau tidak dan motivasi untuk identifikasi dengan kelompok referensi.

Surachmad (1980) menyatakan minat dipengaruhi oleh jenis kelamin, inteligensi, kesempatan, lingkungan, teman sebaya, kesanggupan dan banyak faktor lainnya. Hadipranata (1989) menyatakan bahwa minat adalah perpaduan antara kebutuhan (*individual needs*) dan tuntutan masyarakat (*social need*).

Crow dan Crow (1972) menyatakan bahwa minat dapat merupakan sebab atau akibat dari suatu pengalaman. Oleh karena itu minat berhubungan dengan dorongan, motif – motif dan respon – respon manusia. Selanjutnya Crow dan Crow menyatakan ada 3 faktor yang mempengaruhi minat, yaitu;

1. Faktor dorongan atau keinginan dari dalam (*inner urges*), yaitu dorongan atau keinginan yang berasal dari dalam diri seseorang terhadap sesuatu akan menimbulkan minat tertentu. Termasuk di dalamnya berkaitan dengan faktor – faktor biologis yaitu faktor – faktor yang berkaitan dengan kebutuhan – kebutuhan fisik yang mendasar.
2. Faktor motif sosial (*social motive*), yaitu motif yang dikarenakan adanya hasrat yang berhubungan dengan faktor dari diri seseorang sehingga menimbulkan minat tertentu. Faktor ini menimbulkan seseorang menaruh

minat terhadap suatu aktifitas agar dapat diterima dan diakui oleh lingkungan termasuk di dalamnya faktor status sosial, harga diri, prestise dan sebagainya.

3. Faktor emosional (*emotional motive*), yaitu motif yang berkaitan dengan perasaan dan emosi yang berupa dorongan – dorongan, motif – motif, respon – respon emosional dan pengalaman – pengalaman yang diperoleh individu.

Dari pendapat – pendapat yang dikemukakan oleh Engel (1994), Kotler (1994), dan Loudon & Bitta (1993), faktor – faktor yang berpengaruh pada minat dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi pengalaman, kepribadian, sikap dan kepercayaan, serta konsep diri. Faktor eksternal meliputi budaya, sosial, kelompok referensi dan keluarga. Faktor internal individu berupa pengalaman merupakan hasil dari proses belajar yang akan menambah wawasan individu. Pada saat proses terjadi, individu akan mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan objek. Hasil pemrosesan akan menentukan sikap individu terhadap objek.

2.3.2 Motivasi

Motivasi merupakan satu penggerak dari dalam hati seseorang untuk melakukan atau mencapai sesuatu tujuan. Motivasi juga bisa dikatakan sebagai rencana atau keinginan untuk menuju kesuksesan dan menghindari kegagalan hidup. Dengan kata lain motivasi adalah sebuah proses untuk tercapainya suatu tujuan. Seseorang yang mempunyai motivasi berarti ia telah mempunyai kekuatan untuk memperoleh kesuksesan dalam kehidupan..

Motivasi dapat berupa motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi yang bersifat intrinsik adalah manakala sifat pekerjaan itu sendiri yang membuat seorang termotivasi, orang tersebut mendapat kepuasan dengan melakukan pekerjaan tersebut bukan karena rangsangan lain seperti status ataupun uang atau bisa juga dikatakan seorang melakukan hobinya. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah manakala elemen elemen diluar pekerjaan yang melekat di pekerjaan tersebut menjadi faktor utama yang membuat seorang termotivasi seperti status ataupun kompensasi.

Banyak teori motivasi yang dikemukakan oleh para ahli yang dimaksudkan untuk memberikan uraian yang menuju pada apa sebenarnya manusia dan manusia akan dapat menjadi seperti apa. Landy dan Becker membuat pengelompokan pendekatan teori motivasi ini menjadi 5 kategori yaitu teori kebutuhan, teori penguatan, teori keadilan, teori harapan, teori penetapan sasaran.

2.3.3 Teori Motivasi Abraham Maslow (1943-1970)

Abraham Maslow (1943;1970) mengemukakan bahwa pada dasarnya semua manusia memiliki kebutuhan pokok. Ia menunjukkannya dalam 5 tingkatan yang berbentuk piramid, orang memulai dorongan dari tingkatan terbawah. Lima tingkat kebutuhan itu dikenal dengan sebutan Hirarki Kebutuhan Maslow, dimulai dari kebutuhan biologis dasar sampai motif psikologis yang lebih kompleks; yang hanya akan penting setelah kebutuhan dasar terpenuhi. Kebutuhan pada suatu peringkat paling tidak

harus terpenuhi sebagian sebelum kebutuhan pada peringkat berikutnya menjadi penentu tindakan yang penting.

- Kebutuhan fisiologis (rasa lapar, rasa haus, dan sebagainya)
- Kebutuhan rasa aman (merasa aman dan terlindung, jauh dari bahaya)
- Kebutuhan akan rasa cinta dan rasa memiliki (berafiliasi dengan orang lain, diterima, memiliki)
- Kebutuhan akan penghargaan (berprestasi, berkompetensi, dan mendapatkan dukungan serta pengakuan)
- Kebutuhan aktualisasi diri (kebutuhan kognitif: mengetahui, memahami, dan menjelajahi; kebutuhan estetik: keserasian, keteraturan, dan keindahan; kebutuhan aktualisasi diri: mendapatkan kepuasan diri dan menyadari potensinya)

Bila makanan dan rasa aman sulit diperoleh, pemenuhan kebutuhan tersebut akan mendominasi tindakan seseorang dan motif-motif yang lebih tinggi akan menjadi kurang signifikan. Orang hanya akan mempunyai waktu dan energi untuk menekuni minat estetika dan intelektual, jika kebutuhan dasarnya sudah dapat dipenuhi dengan mudah. Karya seni dan karya ilmiah tidak akan tumbuh subur dalam masyarakat yang anggotanya masih harus bersusah payah mencari makan, perlindungan, dan rasa aman.

2.3.4 Teori Motivasi Herzberg (1966)

Menurut Herzberg (1966), ada dua jenis faktor yang mendorong seseorang untuk berusaha mencapai kepuasan dan menjauhkan diri dari ketidakpuasan. Dua faktor itu disebutnya faktor higiene (faktor ekstrinsik)

dan faktor motivator (faktor intrinsik). Faktor higiene memotivasi seseorang untuk keluar dari ketidakpuasan, termasuk didalamnya adalah hubungan antar manusia, imbalan, kondisi lingkungan, dan sebagainya (faktor ekstrinsik), sedangkan faktor motivator memotivasi seseorang untuk berusaha mencapai kepuasan, yang termasuk didalamnya adalah achievement, pengakuan, kemajuan tingkat kehidupan, dsb (faktor intrinsik).

2.3.5 Teori Motivasi Douglas Mcgregor

Mengemukakan dua pandangan manusia yaitu teori X (negative) dan teori y (positif), Menurut teori x empat pengandaian yang dipegang manajer

- a. karyawan secara inheren tertanam dalam dirinya tidak menyukai kerja
- b. karyawan tidak menyukai kerja mereka harus diawasi atau diancam dengan hukuman untuk mencapai tujuan.
- c. Karyawan akan menghindari tanggung jawab.
- d. Kebanyakan karyawan menaruh keamanan diatas semua factor yang dikaitkan dengan kerja.

2.4 Sepak Bola

2.4.1 Pengertian Sepak Bola

Permainan sepak bola adalah permainan tim, namun tidak mengabaikan kemampuan individual dalam satu tim. Kemampuan teknik dasar dalam sepak bola yang harus dikuasai, meliputi : menendang bola, mengontrol bola, gerak tipu, *tackling*, lemparan ke dalam dan teknik penjaga gawang. Menendang bola diantaranya adalah sebagai operan kepada kawan dan mencetak gol ke dalam

gawang lawan. Sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola kian kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola.

2.4.2 Sejarah Sepak Bola

Pada awal abad 19 pemerintah Inggris mengakui bahwa permainan sepak bola merupakan salah satu alat yang menyehatkan rakyat Inggris. Pada waktu itu mahasiswa dan pelajarlah yang paling gemar memainkan permainan sepak bola. Akan tetapi belum adanya peraturan permainan. Jadi masing-masing universitas atau sekolah membuat peraturan permainan menurut tafsiran, kemauan atau selera masing-masing. Pada waktu itu belum mungkin untuk menyelenggarakan pertandingan sepak bola antar universitas maupun sekolah.

Baru pada tahun 1864 oleh *Cambridge University*, dibuatlah peraturan permainan sepak bola terdiri 11 pasal, dan ternyata peraturan permainan ini dapat diterima oleh Universitas lain maupun sekolah-sekolah. Kemudian peraturan permainan ini terkenal dengan nama *Cambridge Rules Of Football*. Ada yang berpendapat bahwa permulaan permainan sepak bola yang dimainkan dengan menggunakan kaki dan tangan pada tahun 1832 oleh sebuah sekolah di kota Rugby. Pada permainan itu seorang pemain bermain dengan semangat yang menyala-nyala dan penuh kegembiraan, memegang bola bahkan mengempitnya dengan lari menuju ke arah gawang lawan untuk membuat gol. Karena mulainya di kota *Rugby* maka permainan ini kemudian terkenal dengan nama *Rugby*.

Pada tanggal 26 Oktober 1863 oleh para bekas pemain mahasiswa dan pelajar dibantu oleh perkumpulan di Cambridge didirikan sebuah badan resmi dengan nama *The Football Association* disingkat “FA”, pada pertemuan itu pihak universitas dan sekolah tidak hadir. Dan pada tanggal 8 Desember 1863 tersusunlah peraturan permainan sepak bola yang disusun oleh *The Football Association*, dan lahirlah peraturan permainan sepak bola seperti yang kita kenal sampai sekarang, kemudian tersebar ke seluruh dunia. Pada tanggal 26 Oktober 1863 dikenal sebagai hari lahirnya *The Football Association of England*. Kemudian pada tiap tanggal 26 Oktober di London diselenggarakan pertandingan sepak bola antara kesebelasan yang pemainnya terdiri dari bintang sepak bola dunia luar kesebelasan Inggris, untuk memperingati hari lahirnya *The Football Association* (FA). Karena pada waktu pertemuan, pihak universitas dan sekolah tidak hadir pada pembentukan *The Football Association*, maka mereka menganggap bahwa peraturan permainan yang disusun oleh *The Football Association* itu tidak tepat.

Sebaliknya *The Football Association* yang anggotanya kebanyakan dari perkumpulan orang sipil, menganggap bahwa peraturan permainan *Cambridge Rules* tidak sesuai dengan keinginan masyarakat. Terutama peraturan permainan yang menyebutkan bahwa pemain diperkenankan memainkan bola, menabrak dan menjagal pemain lain yang sedang lari membawa bola. Hal ini dianggap hanya cocok untuk militer, mahasiswa, pelajar yang memiliki kondisi fisik yang sangat memungkinkan untuk melakukan hal-hal tersebut. Bagi orang sipil, atau anggota masyarakat umumnya sudah lanjut usia, maka hal ini sangat berat dan

membahayakan. Walaupun demikian, akan tetapi tetap gagal, bahkan kemudian tanggal 6 Januari 1871 malah lahirnya : *Rugby Union* yang menggunakan peraturan permainan *Cambridge Rules*, sehingga permainannya disebut *Rugby*. Karena permainan ini berkembang baik di Amerika Serikat disebut juga *American Football*.

Sedangkan permainan sepak bola yang berkembang baik di seluruh dunia dan kita kenal sampai sekarang ini disebut *Football Association* atau *Soccer*.

2.4.3 Tujuan Pembelajaran

Dengan belajar dan berlatih permainan sepak bola secara efektif dan efisien maka akan dapat tercapai tujuan-tujuan sebagai berikut :

1. Pembentukan manusia secara keseluruhan, dimana fisik dan mental tumbuh selaras, serasi dan seimbang.
2. Untuk meningkatkan tingkat kesegaran dan kesehatan pemain.
3. Dapat mendatangkan kesenangan, kegembiraan, kebahagiaan hidup serta rekreasi bagi seseorang.
4. Meningkatkan sportivitas bagi pemain dalam permainan sepak bola.

2.4.4 Manfaat Permainan Sepak Bola

Sepak bola merupakan olahraga permainan yang pengertian dan ciri-cirinya merangsang kegiatan untuk bergerak dalam suatu lapangan terbatas yang dilengkapi dengan pembatasan waktu dan tata tertib peraturan. Sepak bola aturannya meliputi kegiatan seluruh tubuh. Maka olahraga permainan sepak bola mempunyai banyak manfaat antara lain :

1. Sebagai Olahraga Rekreasi

Olahraga rekreasi merupakan aktifitas yang dilakukan atas kehendak sendiri dan memberikan kesenangan serta kepuasan bagi yang melakukannya. Kepuasan itu sifatnya bisa jasmani, mental atau sosial. Olahraga rekreasi dapat dilaksanakan secara spontan, direncanakan, diorganisasikan, atau sendiri-sendiri.

2. Sebagai Pelajaran dan Olahraga di Sekolah

Olahraga yang dikembangkan di lembaga-lembaga pendidikan di sekolah adalah dalam rangka pelaksanaan pendidikan. Olahraga itu dilakukan bukan hanya karena olahraga dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan, melainkan karena olahraga itu sendiri merupakan salah satu sisi dari pendidikan. Pendidikan itu tidak mungkin sempurna tanpa olahraga, karena olahraga yang pengertiannya adalah gerak yang dilakukan oleh manusia adalah dasar dari cara mengenal dunia sekelilingnya dan diri sendiri.

Sekolah merupakan lembaga masyarakat yang mempunyai kewajiban untuk menyelenggarakan pendidikan, memasukkan olahraga dalam jadwal dan kurikulum. Karena sekolah menyadari bahwa penyelenggaraan olahraga secara teratur dan benar memberikan sumbangan terhadap pembentukan individu yang sedang mengalami pendidikan, baik fisik, mental maupun sosial.

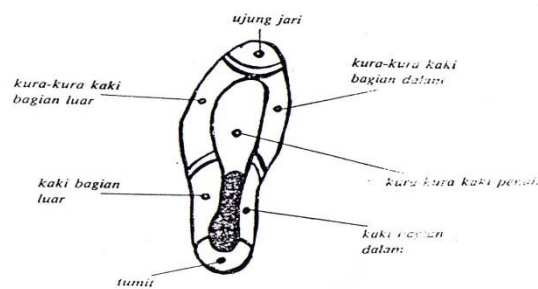
Penyelenggaraan olahraga di sekolah adalah dengan tujuan yang jelas menciptakan dan menyediakan situasi yang dapat membentuk keseimbangan perkembangan intelektual, fisik, moral dan estetis. Dan hal yang demikian dicerminkan dalam kurikulum dan jadwalnya.

3. Sebagai Olahraga Prestasi

Olahraga prestasi merupakan kegiatan olahraga yang bertujuan untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya dalam cabang olahraga tertentu. Dalam hal ini adalah prestasi di bidang olahraga sepak bola. Sehingga olahraga prestasi yang dilakukan dituntut adanya tujuan yaitu mencapai prestasi yang maksimal. Oleh karena itu, dalam olahraga prestasi dilaksanakan secara teratur dan sistematis dengan pelatih yang sesuai. Sehingga prestasi dapat tercapai dengan maksimal.

2.4.5 Teknik Dasar Bermain Sepak Bola

Kemampuan seseorang menendang bola harus diimbangi dengan caramemperoleh, membawa, dan menembak bola ke dalam gawang.



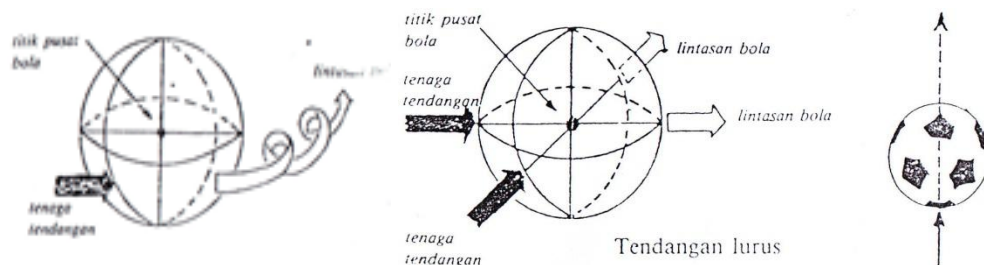
Gambar 2.1

Nama bagian kaki untuk menendang bola (Toto Subroto, dkk 2008:8. 35)

Menendang adalah faktor terpenting dalam permainan sepak bola. Menendang bola merupakan salah satu teknik dasar bermain sepak bola paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola. Sebab kegunaan menendang bola adalah untuk memberikan operan bola kepada teman, memberikan umpan untuk menembakkan bola ke gawang lawan, tendangan bebas, tendangan sudut, mematahkan serangan lawan.

Atas dasar tinggi rendahnya bola adalah bola menggulir datar di tanah, bola melambung datar, melambung sedang, tinggi dan masih terdapat adanya tendangan lurus dan tendangan melengkung (*slice*). Ini merupakan bagian bola

yang akan ditendang sehingga dapat menentukan arah bola, jalannya bola, dan tinggi rendahnya lambungan bola.



Gambar 2.2
Tendangan lurus dan melengkung (Toto Subroto, dkk 2008:8. 36-8. 37)

2.4.5.1 Teknik Menendang Bola

a. Menendang bola dengan kaki bagian dalam

Berdiri menghadap ke arah gerakan, kedua lengan agak terlentang. Kaki bertumpu di samping bola, lutut sedikit ditekuk, kaki diayun ke belakang. Pandangan terpusat pada bola, putar pergelangan kaki keluar. Tarik kaki yang digunakan menendang ke belakang lalu ayun ke depan, kenakan bola bagian tengah. Saat menendang menggunakan kaki bagian dalam. Pindahkan berat badan mengikuti arah gerakan.



Gambar 2.3. Menendang bola dengan kaki bagian dalam
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 8)

b. Menendang bola dengan kaki bagian luar

Berdiri menghadap arah gerakan bola, kedua lengan agak terentang. Kaki bertumpu di samping bola dan pandangan terpusat pada bola. Tariklah kaki kanan ke belakang dan ayunkan ke depan untuk menendang bola dengan memutar pergelangan kaki ke dalam. Perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola, berat badan ke depan.



Gambar 2.4. Menendang bola dengan kaki bagian luar
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 9)

c. Menendang bola dengan punggung kaki

Berdiri menghadap arah gerakan bola, kedua lengan agak terentang. Kaki bertumpu di samping bola dan pandangan terpusat pada bola. Tariklah kaki kanan ke belakang dan ayunkan ke depan untuk menendang bola dengan menekuk pergelangan kaki ke bawah. Perkenaan kaki pada bola tepat di tengah bola, berat badan ke depan.



Gambar 2.5. Menendang bola dengan punggung kaki
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 9)

2.4.5.2 Teknik menghentikan bola

a. Teknik menghentikan bola dengan telapak kaki

Sikap badan menghadap datangnya bola, pandangan ke arah bola. Badan agak condong ke depan, kedua lengan di samping badan. Pada saat bola datang, sambut dengan telapak kaki, tumit di bawah. Posisi akhir kaki terangkat, lutut agak tertekuk dan gerakan bola tertahan oleh telapak kaki.



Gambar 2.6. Menghentikan bola dengan telapak kaki
(Sumber : BSE Kelas VI 2010 : 8)

b. Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

Badan menghadap ke arah datangnya bola dan pusatkan pandangan ke arah gerakan bola. Putar pergelangan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah luar dan dikunci. Julurkan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah datangnya bola. Tarik kembali ke belakang mengikuti arah gerakan bola saat bola mengenai kaki bagian dalam, hingga gerak bola tertahan dan berhenti di depan badan.



Gambar 2.7. Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian dalam
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 13)

c. Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Kaki belakang merupakan kaki tumpu dan lututnya ditekuk. Berat badan ada pada kaki tumpu dan badan miring ke arah datangnya bola. Kaki depan sebagai kaki untuk menghentikan bola, lutut ditekuk dan punggung kaki dimiringkan ke bawah. Kedua lengan mengimbangi gerakan kaki.



Gambar 2.8. Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian luar
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 14)

d. Teknik menghentikan bola dengan punggung kaki

Sikap berdiri menghadap arah datangnya bola dan pusatkan pandangna ke arah datangnya bola. Tarik pergelangan kaki bawah. Julurkan kaki yang digunakan menahan bola kea rah datangnya bola dengan lutut agak ditekuk. Tarik kembali kaki ke belakang mengikuti arah gerakan bola saat bola menyentuh punggung kaki, hingga gerak bola tertahan dan berhenti di depan badan.



Gambar 2.9. Teknik menghentikan bola dengan punggung kaki
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 15)

e. Teknik menghentikan bola dengan paha

Tempatkan tubuh di bawah bola yang sedang bergerak turun. Angkat kaki yang akan menerima bola. Paha paralel dengan permukaan lapangan. Tekuklah kaki yang menahan keseimbangan. Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan. Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola. Terima bola dengan bagian pertengahan paha. Tarik paha ke bawah.



Gambar 2.10. Teknik menghentikan bola dengan paha
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 16)

2.4.5.3 Teknik melempar bola ke dalam

Melempar bola ke dalam dilakukan apabila bola keluar melalui garis pembatas di samping lapangan. Peraturan permainan sepak bola menyebutkan bahwa melalui atas kepala dengan ke dua tangan. Sementara itu, ke dua kaki pemain harus di tempatkan di belakang garis samping.



A B
posisi badanposisi tangan ketika
melempar bola

Gambar 2.11 A dan B
(Sumber : BSE Kelas V 2010 : 11)

2.4.5.4 Teknik menendang dan menyundul bola

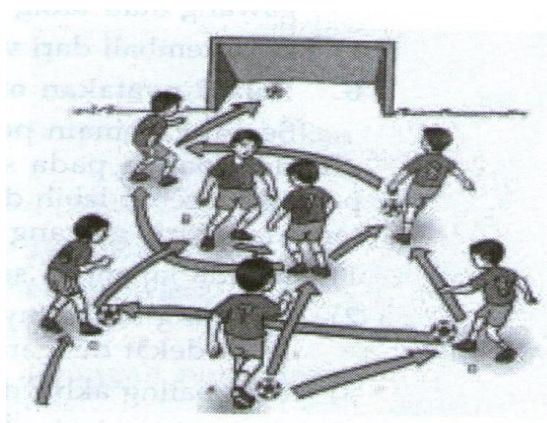
Anak berpasangan dan berhadapan dengan jarak secukupnya. Satu anak menendang bola hingga melambung, sedang pasangannya menyundul bola dan berusaha diarahkan ke teman yang menendang.



Gambar 2.12. Menendang dan menyundul
(Sumber : BSEKelas VI 2010 : 12)

2.4.5.5 Teknik mengoper bola

Pemain A dan pemain B melakukan gerakan penghalangan sesuai dengan petunjuk. Setelah membiarkan bola, pemain A berlari menarik pemain lawan mengikutinya. Pemain B yang mengambil alih bola, melihat pemain C berlari ke depan. Pemain C menembak ke gawang atau memberi operan.



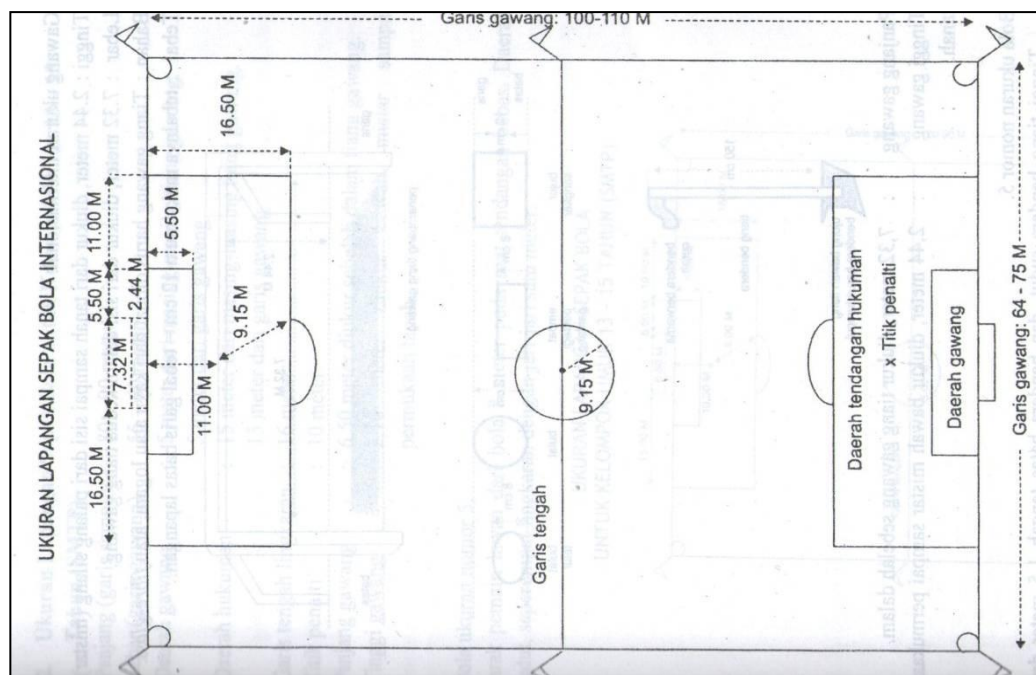
Gambar 2.13 mengoper bola
(Sumber : BSE Kelas V 2010 : 11)

2.4.6 Fasilitas, Alat dan Lapangan

Dalam setiap cabang olahraga memang secara khusus mempunyai fasilitas, alat-alat dan perlengkapan tertentu. Oleh karena itu kiranya disajikan macam-macam alat perlengkapan yang telah diatur dalam peraturan permainan sepakbola. Uraian berikut berisi mengenai hal-hal tersebut di atas.

1. Lapangan

Lapangan sepak bola berbentuk persegi panjang, panjangnya antara 91. 8 m – 120 m, lebarnya antara 46. 9 m – 91. 8 m (untuk pertandingan internasional panjang lapangan antara 100 m – 110 m dan lebarnya antara 64. 26 – 73. 44 m).



Gambar 2.14. Ukuran Lapangan Internasional Sepak Bola
(Sumber : Buku Permainan Bola Besar 2008 : 7. 43)

2. 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

ke empat sudut lapangan. Titik tengah lapangan ditandai dengan titik yang jelas dan dikelilingi lingkaran tengah dengan jari-jari 9.15 m.

3. Kotak gawang

Di setiap ujung lapangan harus digambar 2 garis yang sejajar dengan garis gawang, sejajar dengan lebar lapangan. Daerah yang di dalam 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.

4. Bola

Bola harus bulat terbuat dari kulit, bola dalamnya terbuat dari karet atau bahan lain yang semacam. 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.

5. 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 tiang horizontal yang tingginya 2.44 m. Tiang gawang terbuat dari kayu, besi, bahan yang telah disetujui oleh badan internasional FIFA.

6. Perlengkapan pemain

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

Tabel 2.1

Perbedaan Sepak Bola dengan Sepak Bola Gawang Pantul

Sepak bola Normal	Sepak bola Gawang Pantul	Keterangan
Ukuran lapangan 110 m X 73.44 m	Ukuran lapangan 20 m X 15 m	Luas lapangan menyesuaikan pemain
11 pemain tiap tim	Jumlah pemain 7 tiap tim	Terdiri dari satu tim putra dan satu tim putri
Memakai 2 gawang dan terdapat pemain sebagai penjaga gawang	Memakai 4 papan untuk gawang pantul dan tidak terdapat penjaga gawang	Dibuat menggunakan kayu yang berukuran panjang 50cm lebar 20cm
Lemparan ke dalam	Tendangan ke dalam	Dalam permainan bola datar lebih efektif
2 X 45 menit	2 x 10 menit	Pemain lebih aktif dalam permainan
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 lebih kecil sangat rentan cedera apabila melakukan tackling

2.5 Modifikasi Permainan

Pendekatan modifikasi adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara

menyusunnya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani dianggap penting untuk diketahui oleh para guru pendidikan jasmani. Diharapkan dengan mereka dapat menjelaskan pengertian dan konsep modifikasi, menyebutkan apa yang dimodifikasi dan bagaimana cara memodifikasinya, menyebutkan dan menerangkan beberapa aspek analisis modifikasi. Cara inidimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil. Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajarannya yang diberikan guru mulai awal hingga akhir pelajaran. Selanjutnya guru-guru pendidikan jasmani juga harus mengetahui apa saja yang bisa dan harus dimodifikasi serta tahu bagaimana cara memodifikasinya.

Dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu“ *Developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong ke arah perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya.

Tugas ajar itu juga harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik individu dan mendorongnya ke arah perubahan yang lebih

baik. Disini seorang guru pendidikan jasmani harus memahami betul tentang pembelajaran dengan menggunakan pendekatan modifikasi.

2.6 Hakekat Permainan Sepak Bola Gawang Pantul

Permainan sepak bola gawang pantul adalah permainan sejenis sepak bola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 14 orang (masing-masing tim 7 orang). Gawang yang digunakan dalam permainan sepak bola gawang pantul ini menggunakan papan dengan ukuran panjang 50 cm dan lebar 20 cm, dan tidak ada pemain yang berposisi sebagai penjaga gawang. Didalam permainan ini semua pemain bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin dengan mencetak gol ke gawang dengan cara bola yang ditendang bisa memantul. Jadi, setiap tim melakukan pertahanan dan penyerangan secara bersamaan, sehingga tidak ada posisi pemain yang tetap di dalam permainan.

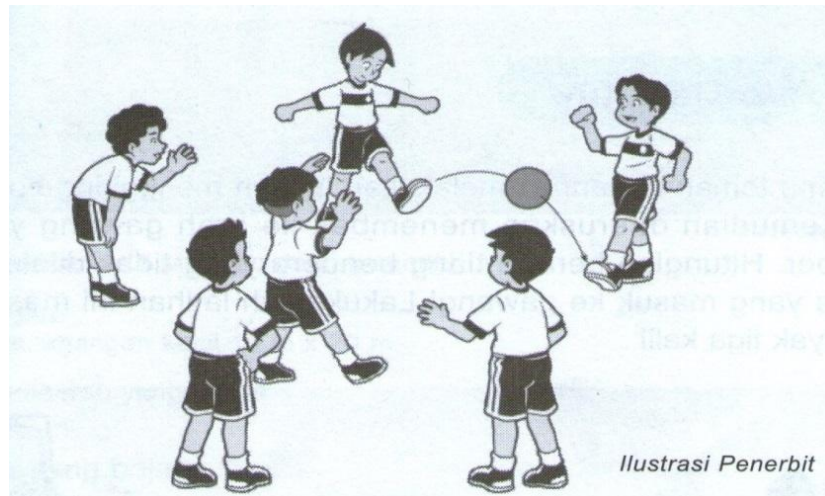
2.6.1 Fasilitas dan Alat Bermain Gawang Pantul

1. Kegiatan Awal :

- a. Siswa dibariskan menjadi tiga bersyaf dan berdoa
- b. Melakukan presensi siswa
- c. Melakukan pemanasan

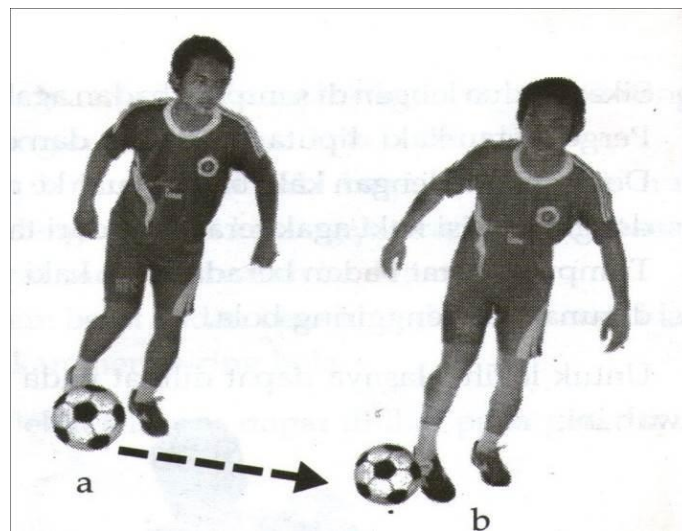
➤ Permainan lingkaran bola

Anak berkelompok membuat lingkaran, kemudian melakukan kucing – kucingan salah satu anak berada di tengah yang bertugas merebut bola dari teman yang lain yang membentuk lingkaran. Apabila bola sudah tersentuh, maka teman yang terkena bola yang berjaga.



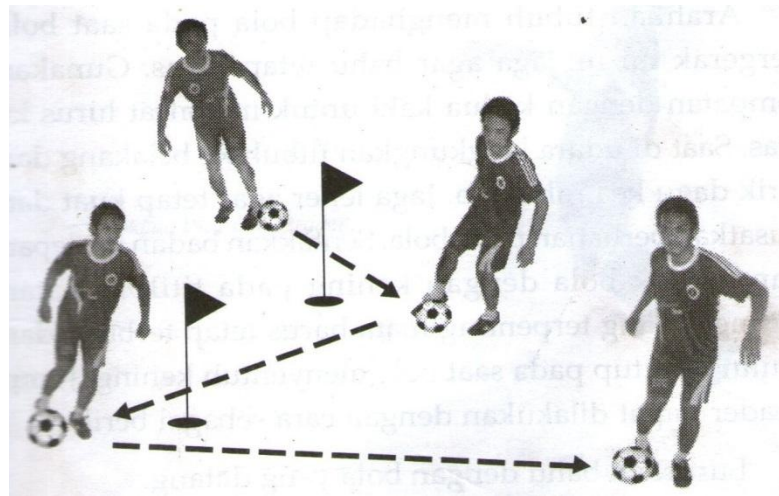
Gambar 2.15 Permainan lingkaran bola (kucing-kucingan)
(Sumber : BSE Kelas VI 2010:11)

- Melakukan passing berpasangan



Gambar 2.16 Melakukan Passing Bola Berpasangan
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 22)

- Passing bola menggunakan kaki bagian dalam
- Passing bola menggunakan kaki bagian luar
- Menggiring bola zig – zag



Gambar 2.17 Menggiring Bola Zig-Zag
(Sumber : Aneka Ilmu 2008 : 23)

d. Inti

➤ Menjelaskan Peraturan Permainan

A. Peraturan Bermain Sepak bola Gawang Pantul

1. Tendangan awal (kick-off)

Kick-off adalah cara untuk memulai permainan. Kick-off terdapat pada awal pada setiap babak. Baik itu pertama, 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 mal 2 m dari bola hingga bola sudah dalam permainan.

2. Tim bertahan menjadi tim penyerang

Dalam permainan sepak bola gawang pantul, terdapat 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 dikuasai terlebih dahulu diumpankan kepada teman satu tim sebelum bola di tendang ke gawang. Apabila ada yang melanggar peraturan

tersebut, maka terjadi pelanggaran. Kemudian tim yang semula menyerang secara otomatis menjadi tim bertahan yang melindungi gawang agar tidak kemasukan gol.

3. Tendangan ke dalam

Tendangan ke dalam dilakukan apabila, bola saat dalam permainan keluar dari garis samping. Bola yang ditendang harus tepat diatas garis pembatas, Jika tidak pas di garis maka tendangan ke dalam tidak sah.

4. Tendangan Pinalti

Tendangan pinalti diberikan apabila seorang pemain dari tim bertahan maupun penyerang melakukan pelanggaran. Tidak peduli di manapun posisi saat terjadinya pelanggaran, yang penting masih di dalam lapangan permainan maka langsung di berikan tendangan pinalti, pada intinya setiap pelanggaran apapun dalam permainan ini langsung di berikan hadiah tendangan pinalti buat sang lawan. Tendangan pinalti ini di lakukan oleh salah satu pemain dari tim lawan, jika dalam menendang hadiah pinalti tersebut gagal, maka sebagai hukuman semua tim dari regu penendang di beri hukuman menyanyi sambil bergandengan tangan. Daerah pinalti juga dipakai sebagai daerah serang ditandai dengan radius 3 m.

5. Cara Mencetak Gol

- a. Suatu gol dicetak jika bola mengenai gawang yang berupa papan dan bisa memantul melewati garis batas pantul.
- b. Dalam permainan sepak bola gawang pantul tidak ada offside.

c. Tim yang mencetak jumlah gol terbanyak selama pertandingan adalah pemenang pertandingan.

6. Tendangan Sudut

a. Tendangan sudut dilakukan oleh lawan dari tim yang membuang bola melewati garis gawang.

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

A. Fasilitas dan Alat Bermain

a. Lapangan

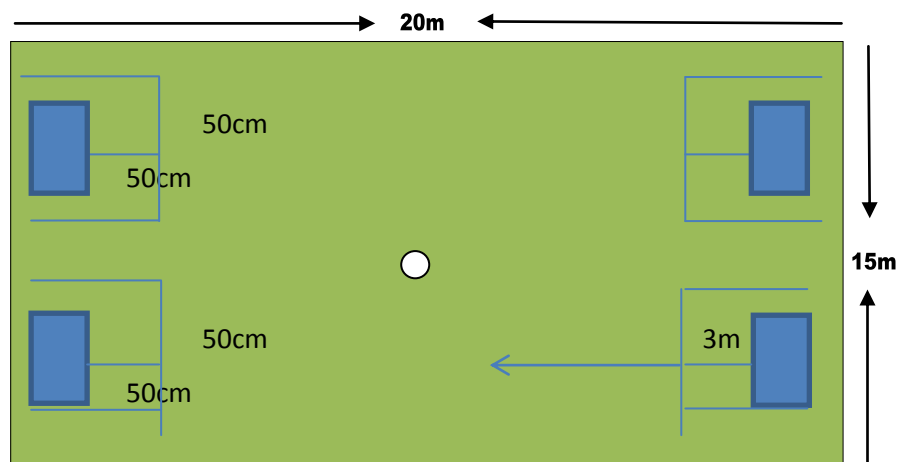
➤ Seperti sepak bola, lapangan bola gawang pantul berbentuk persegi panjang.

Dalam permainan sepak bola gawang pantul garis pembatas lebih pendek dibanding ukuran sepak bola pada umumnya. Lapangan ditandai dengan garis.

Garis tersebut termasuk garis pembatas lapangan.

- Setiap tim terdiri dari 7 pemain
- Ukuran lapangan 20 m x 15 m
- Gawang menggunakan kayu yang berukuran panjang 50 cm lebar 20 cm.

Gambar 2.18
Lapangan Sepak Bola gawang pantul



➤ Gawang

Gawang menggunakan 4 papan yang panjangnya 50 cm lebar 20 cm.

b. Bola

Menggunakan bola karet (yang tidak berbahaya), alasannya karena jika menggunakan bola karet berat bola akan lebih ringan, tidak merasa sakit jika digunakan oleh siswa dan bola akan lebih mudah memantul apabila terkena papan.



Gambar 2.19
Bola Karet

c. Perlengkapan pemain

1. Memakai pakaian atau seragam olahraga.
2. Memakai celana olahraga pendek.
3. Tidak memakai sepatu

d. Jumlah pemain

- a. Permainan sepak bola gawang pantul dimainkan oleh dua tim.
- b. Setiap tim terdiri dari 7 orang pemain tanpa penjaga gawang.

e. Wasit

- a. Permainan sepak bola gawang pantul dipimpin oleh satu orang wasit.

- b. Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi jalannya permainan sepak bola gawang pantul.
- f. Waktu Permainan
 - a. 20 menit alasannya supaya permainan lebih cepat selesai dan tidak memberatkan siswa.
 - b. Waktu istirahat adalah 10 menit.
- 2. Kegiatan Penutup :
 - a. Pendinginan
 - b. Berbaris
 - c. Evaluasi proses pembelajaran
 - d. Berdoa
 - e. Bubar

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang tahun pelajaran 2012 / 2013. Keseluruhan siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang tahun pelajaran 2012 / 2013 dijadikan subyek penelitian. Jumlah subyek dalam penelitian yaitu 28 anak yang terbagi atas 16 anak laki-laki dan 12 anak perempuan.

3.2 Objek penelitian

Objek penelitian ini adalah penggunaan metode pendekatan bermain kelompok dengan pembelajaran sepak bola menggunakan gawang pantul untuk meningkatkan hasil belajar sepak bola pada siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang tahun pelajaran 2012 / 2013.

3.3 Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama dua bulan yakni bulan tanggal 25 Mei 2013 sampai 1 Juni 2013.

3.4 Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SD Negeri Pasekaran 01 berada di Jl. Pemuda 174 Pasekaran Batang Desa Pasekaran.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pernyataan melalui angket dan pengamatan langsung. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali pada masing-masing siklus yang diterapkan pada penelitian ini yaitu :

1. Tes Praktik : dipergunakan untuk mendapat data dari unjuk kerja siswa pada proses pembelajaran sepak bola.
2. Lembar Observasi : dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa baik dari aspek psikomotor maupun aspek afektif siswa selama kegiatan pembelajaran sepak bola gawang pantul untuk meningkatkan hasil pembelajaran sepak bola pada siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang.
3. Evaluasi : Pengumpulan data dengan berbagai cara evaluasi agar penulis mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam menguasai sepak bola yang disesuaikan fakta yang ada dalam proses pembelajaran di lapangan.

Tabel 3.2 Teknik dan Alat Pengumpulan Data

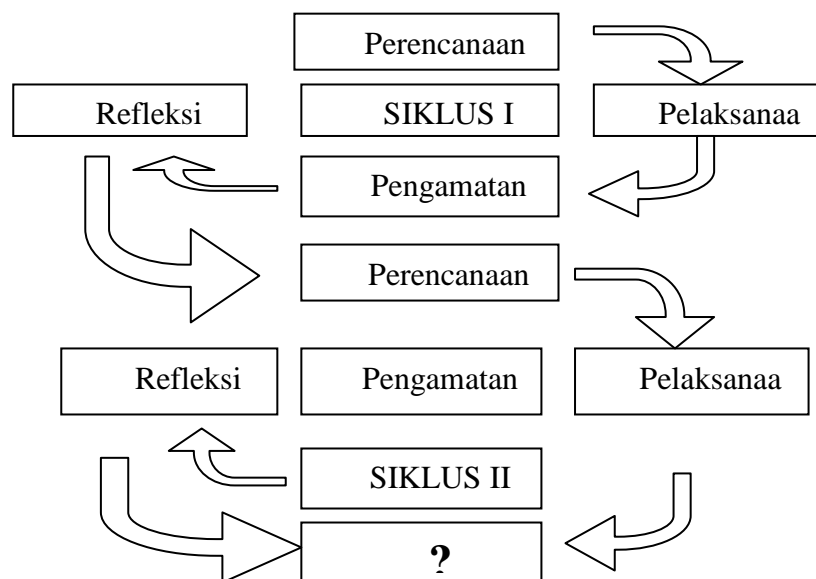
No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan	Instrumen
1	Siswa	Hasil pembelajaran sepak bola melalui modifikasi gawang pantul	Tes Praktek	Tes Keterampilan Gerak
	Siswa	Kemampuan melakukan gerakan menendang bola pada sepak bola gawang pantul	Praktek dan unjuk kerja	Melalui lembar observasi

Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan Metode Penelitian Tindakan Kelas yang terdiri dari 2 siklus. Langkah-langkah dalam siklus penelitian tindakan kelas ini terdiri atas empat kompone yaitu : 1) rencana, 2) tindakan, 3) observasi, 3) refleksi.

1. Rencana: Pada tahap ini peneliti membuat rencana pelaksanaan pembelajaran dan mempersiapkan sarana prasarana yang diperlukan.
2. Tindakan adalah tahap melaksanakan hal-hal yang telah direncanakan peneliti.
3. Observasi adalah kondisi dimana peneliti mengamati kejadian yang ada saat pelaksanaan tindakan.
4. Refleksi pada dasarnya merupakan suatu bentuk perenungan yang mendalam dan lengkap atas kejadian yang telah terjadi, oleh karena itu tahap ini merupakan tahap evaluasi untuk menentukan akhir siklus.

Untuk lebih jelas lihat pada gambar :



Gambar 3.20 Prosedur Penelitian Tindakan kelas

Secara terperinci prosedur penelitian tindakan kelas ini dijabarkan sebagai berikut :

1. Rancangan Siklus I

a) Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti menyusun rencana pembelajaran yang terdiri dari :

1. Melakukan analisis kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar yang akan disampaikan siswa dalam pembelajaran.
2. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada tindakan yang diterapkan pada PTK yaitu pembelajaran sepak bola.
3. Menyusun instrument tes ketangkasan sepak bola.
4. Menyusun lembar penilaian dan hasil belajar.
5. Mempersiapkan media pembelajaran untuk membantu pengajaran.
6. Mempersiapkan tempat penelitian.
7. Sosialisasi kepada subyek.

b) Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pada tahap pelaksanaan tindakan, kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah-langkah kegiatan sebagai berikut :

1. Siswa dibariskan, berdoa, persensi
2. Melakukan pemanasan
3. Guru menjelaskan materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran
4. Guru membagi siswa menjadi kelompok dalam proses pembelajaran
5. Melakukan latihan cara menendang bola

- a) Sikap kaki saat menendang dan menghentikan bola
- b) Sikap badan saat menendang dan menghentikan bola
- c) Perkenaan bola saat menendang dan menghentikan bola
- d) Arah gerak bola saat menendang dan menghentikan bola
- e) Pandangan mata saat menendang dan menghentikan bola

6. Menarik kesimpulan

7. Penilaian selama proses pembelajaran berlangsung

8. Melaksanakan pendinginan

9. Penutup

c) Tahap Observasi

Kegiatan observasi dilaksanakan bersama dengan kegiatan pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini dilakukan pengamatan terhadap : (1) hasil ketrampilan gerak sepak bola, (2) kemampuan melakukan menendang dan menghentikan bola, (3) aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung.

d) Tahap Refleksi

Dari hasil observasi dan pemantauan tersebut dapat menentukan tindakan kegiatan perbaikan, selain itu guru mengevaluasi bagian mana yang perlu diperbaiki. Refleksi ini dilaksanakan untuk memecahkan kesulitan-kesulitan serta kendala selama proses pembelajaran berlangsung. Kemudian mengadakan evaluasi untuk menentukan tindakan pada siklus berikutnya.

Tabel 3.3 Prediksi Pencapaian Kemampuan Siswa

Aspek yang diukur	Pra Siklus	Prosentase target	
		Siklus I	Siklus II
Kemampuan hasil belajar sepak bola	68,36%	75%	85%

2. Rancangan Siklus II

a. Tahap Persiapan

- 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) sepak bola
- 2) Menyusun instrumen tes ketangkasan sepak bola
- 3) Menyusun lembar penilaian dan hasil belajar
- 4) Mempersiapkan alat-alat pembelajaran
- 5) Mempersiapkan lembar observasi
- 6) Sosialisasi kepada subyek

b. Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pada tahap pelaksanaan tindakan, kegiatan yang dilkakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah-langkah kegiatan sebagai berikut :

1. Siswa dibariskan, berdoa, persensi
2. Melakukan pemanasan
3. Guru menjelaskan materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran
4. Guru membagi siswa menjadi kelompok dalam proses pembelajaran
5. Melakukan latihan cara menendang bola :
 - a) Sikap kaki saat menendang dan menghentikan bola

- b) Sikap badan saat menendang dan menghentikan bola
- c) Perkenaan bola saat menendang dan menghentikan bola
- d) Arah gerak bola saat menendang dan menghentikan bola
- e) Pandangan mata saat menendang dan menghentikan bola

6. Masing-masing kelompok melakukan permainan sepak bola gawang pantul.

7. Penilaian selama proses pembelajaran

8. Melaksanakan pendinginan

9. Penutup

c. Tahap Observasi

Kegiatan observasi dilaksanakan bersama dengan kegiatan pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini dilakukan pengamatan terhadap penerapan model pembelajaran dengan pendekatan bermain terhadap kemampuan bermain sepak bola serta mendokumentasikan kegiatan pembelajaran.

d. Tahap Refleksi

Dari hasil observasi dan permantauan tersebut guru menentukan tindakan kegiatan perbaikan. Selain itu guru mengevaluasi bagian mana yang perlu diperbaiki. Refleksi ini dilaksanakan untuk memecahkan kesulitan-kesulitan serta kendala selama proses pembelajaran berlangsung. Kemudian mengadakan evaluasi.

3.6 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas (PTK) tentang peningkatan hasil belajar sepak bola ini terdiri dari :

1. Silabus

Yaitu seperangkat rancana dan pengaturan tentang kegiatan pembelajaran pengelolaan kelas, serta penilaian hasil belajar.

2. Rencana Persiapan Pembelajaran (RPP)

Yaitu perangkat pembelajaran yang digunakan sebagai pedoman guru dalam mengajar dan disusun untuk tiap putaran. Masing-masing RPP berisi Standar Kompetensi, Kompetensi Dasar, Indikator pencapaian hasil belajar, tujuan pembelajaran dan kegiatan belajar mengajar.

3. Lembar observasi kegiatan belajar mengajar untuk mengamati aktivitas kemampuan siswa selama proses pembelajaran.

4. Tes praktek

Tes ini disusun berdasarkan tujuan pembelajaran yang akan dicapai. Digunakan untuk mengukur kemampuan keterampilan materi yang diajarkan. Tes praktek ini diperiksa setiap akhir putaran.

3.7 Analisa Data

Dari Hasil pernyataan lembar observasi dan pengamatan langsung oleh guru lain sebagai kolaborator dapat ditarik kesimpulan dengan analisis data. Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal.

Dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, untuk analisis persentase digunakan rumus distribusi persentase, yaitu:

$$P = \frac{S}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase penguasaan tiap aspek

S = Jumlah skor perolehan untuk setiap aspek

N = Jumlah skor total

Hasil tersebut kemudian ditafsirkan dengan ruang kualitatif, yaitu:

81% - 100% = Sangat Baik

70% - 80% = Baik

60% - 69% = Cukup Baik

50% - 59% = Kurang Baik

<50% = Tidak Baik

Untuk menghitung rata-rata persentase untuk setiap siklus digunakan rumus rata-rata sebagai berikut:

$$\text{Rata - rata} = \frac{\Sigma \text{Prosentase penguasaan tiap aspek}}{\Sigma \text{Aspek keteampilan}}$$

Untuk mengetahui adanya peningkatan (gain) pada keterampilan proses yang diamati pada setiap siklus, digunakan rumus Hake (coletta, 2007).

$$(g) = \frac{(S_{akhir}) - (S_{awal})}{100\% - (S_{awal})}$$

Keterangan:

G (gain) = peningkatan keterampilan proses siswa

Sawal = rata-rata keterampilan proses awal

Sakhir = rata-rata keterampilan proses akhir

Coletta (2007) menghasilkan gain sbb :

- g – tinggi : $> 0,7$

- g – sedang : $0,7 > \{g\} > 0,3$

- g – rendah : $\{g\} > 0,3$

Apabila gain lebih dari 0,7 maka dapat dinyatakan bahwa peningkatan tinggi (*high gain*). Jika gain berada pada kisaran 0,7 – 0,3, maka dikatakan bahwa terjadi peningkatan sedang (*middle gain*). Namun apabila gain berada di bawah 0,3 dinyatakan bahwa peningkatan yang terjadi rendah (*low gain*).

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Siklus I

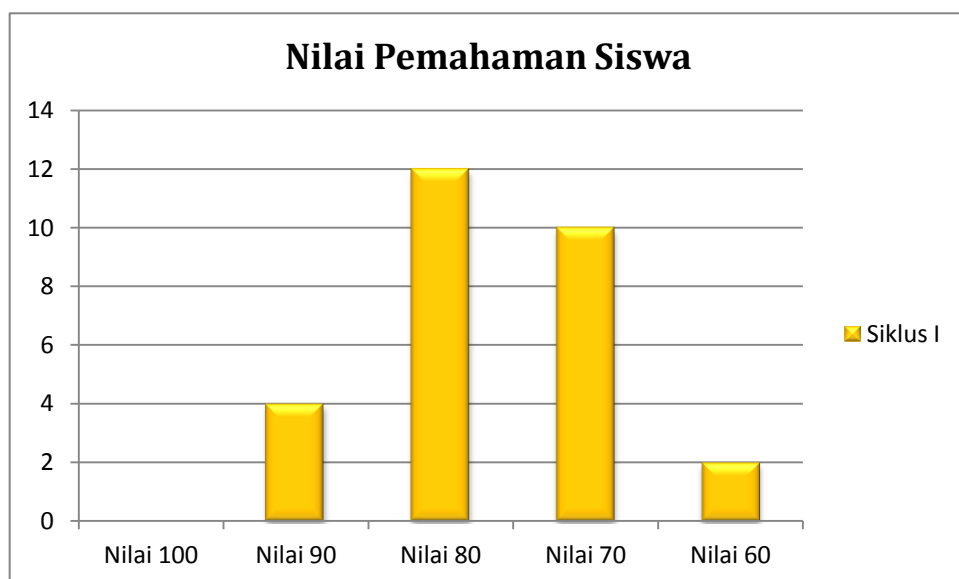
4.1.1.1 Aspek Kognitif

Pemahaman siswa pada aspek kognitif dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siklus I dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif) pada siklus I

SIKLUS I		
Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Sangat Baik	16	57,1 %
Baik	10	35,7 %
Cukup baik	2	7,1 %
Kurang Baik	0	0
Tidak Baik	0	0
Jumlah	28	100 %

Grafik 4.1 Nilai aspek kognitif siklus I



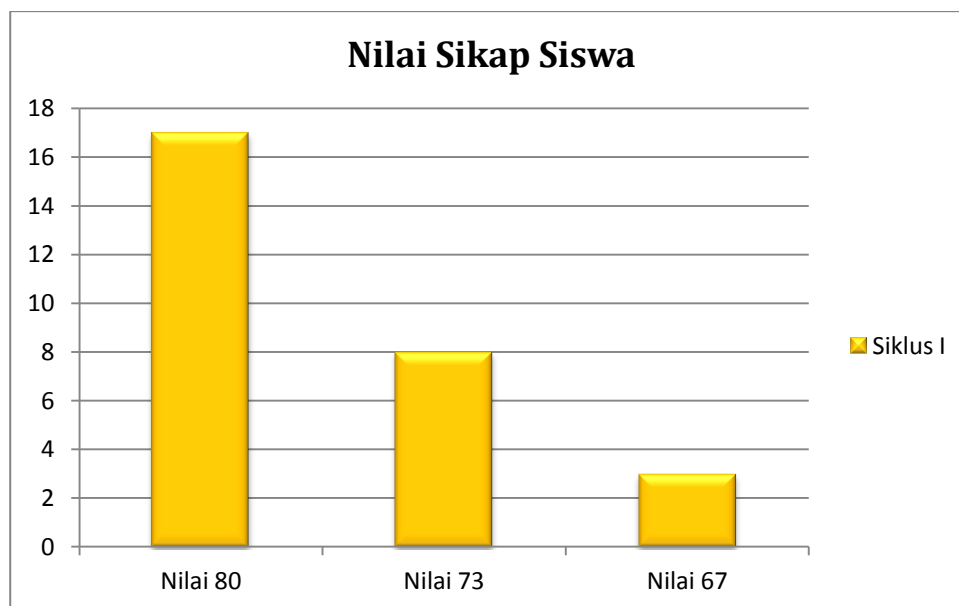
4.1.1.2 Aspek Afektif

Hasil perilaku siswa pada aspek afektif dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siklus I dapat dilihat pada tabel :

Tabel 4.5 Hasil Perilaku Siswa (Aspek Afektif) pada siklus I

SIKLUS I		
Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Sangat Baik	17	60,7%
Baik	8	28,6%
Cukup baik	3	10,7%
Kurang Baik	0	0
Tidak Baik	0	0
Jumlah	28	100 %

Grafik 4.2 Nilai aspek afektif siklus I



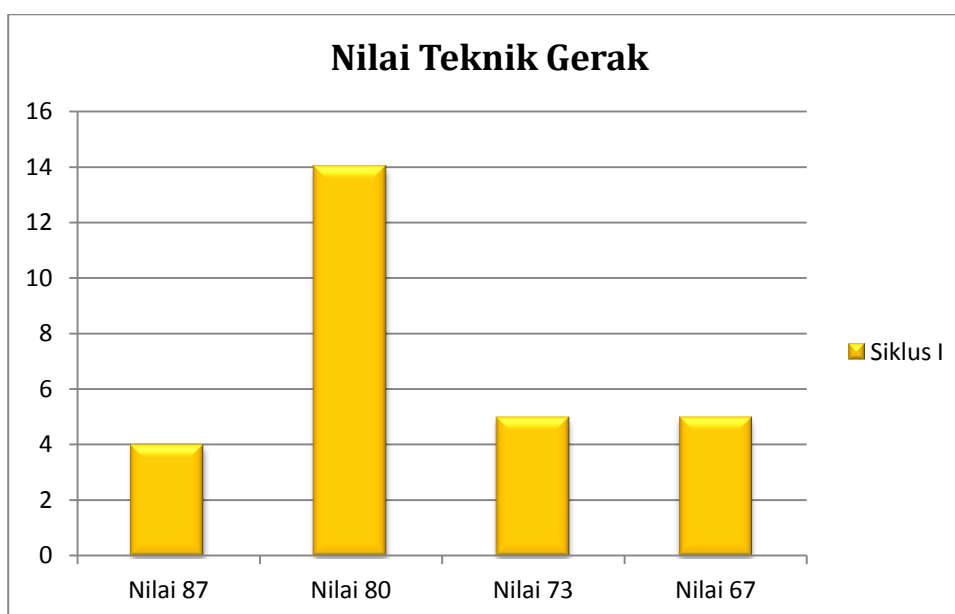
4.1.1.3 Aspek Psikomotor

Hasil unjuk kinerja siswa pada aspek psikomotor dalam pembelajaran gawang pantul pada siklus I dapat dilihat pada tabel :

Tabel 4.6 Hasil Unjuk Kerja Siswa (Aspek Psikomotor) pada siklus I

SIKLUS I		
Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Sangat Baik	18	64,3%
Baik	5	17,9%
Cukup baik	5	17,9%
Kurang Baik	0	0
Tidak Baik	0	0
Jumlah	28	100 %

Grafik 4.3 Nilai aspek Psikomotor siklus I



4.1.2 Siklus II

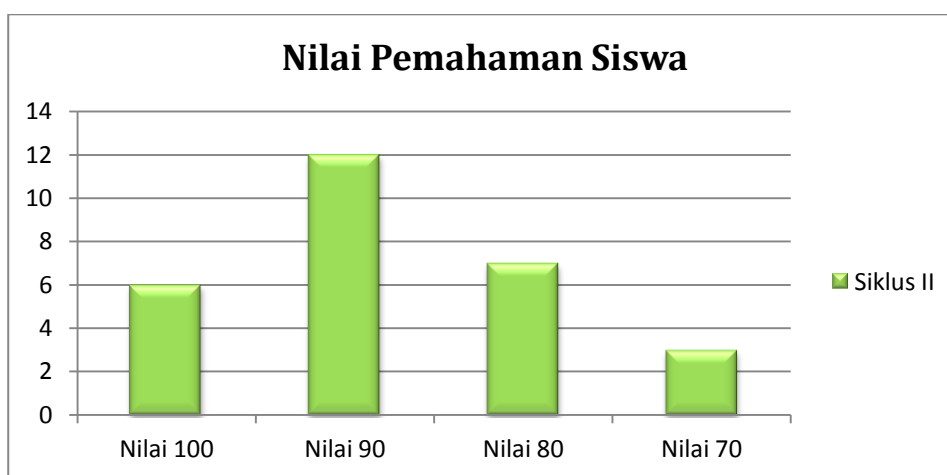
4.1.2.1 Aspek Kognitif

Pemahaman siswa pada aspek kognitif dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7 Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif) pada siklus II

SIKLUS II		
Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Sangat Baik	25	89,3%
Baik	3	10,7%
Cukup baik	-	
Kurang Baik	0	0
Tidak Baik	0	0
Jumlah	28	100 %

Grafik 4.4 Nilai aspek Kognitif siklus II



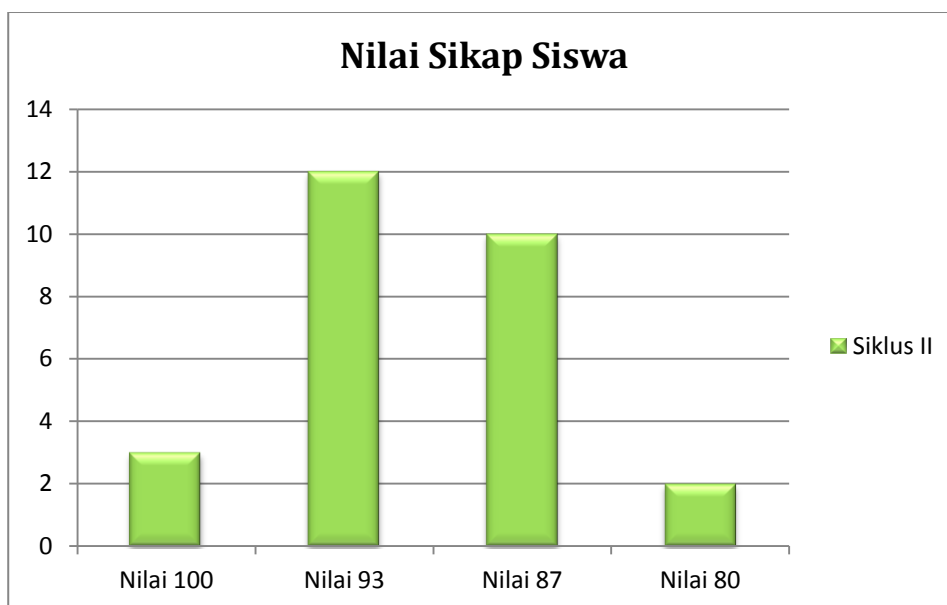
4.1.2.2 Aspek Afektif

Hasil perilaku siswa pada aspek afektif dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.8 Hasil Perilaku Siswa (Aspek Afektif) pada siklus II

SIKLUS II		
Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Sangat Baik	27	96,4 %
Baik	1	3,6 %
Cukup baik	0	0
Kurang Baik	0	0
Tidak Baik	0	0
Jumlah	28	100 %

Grafik 4.5 Nilai aspek Afektif siklus II



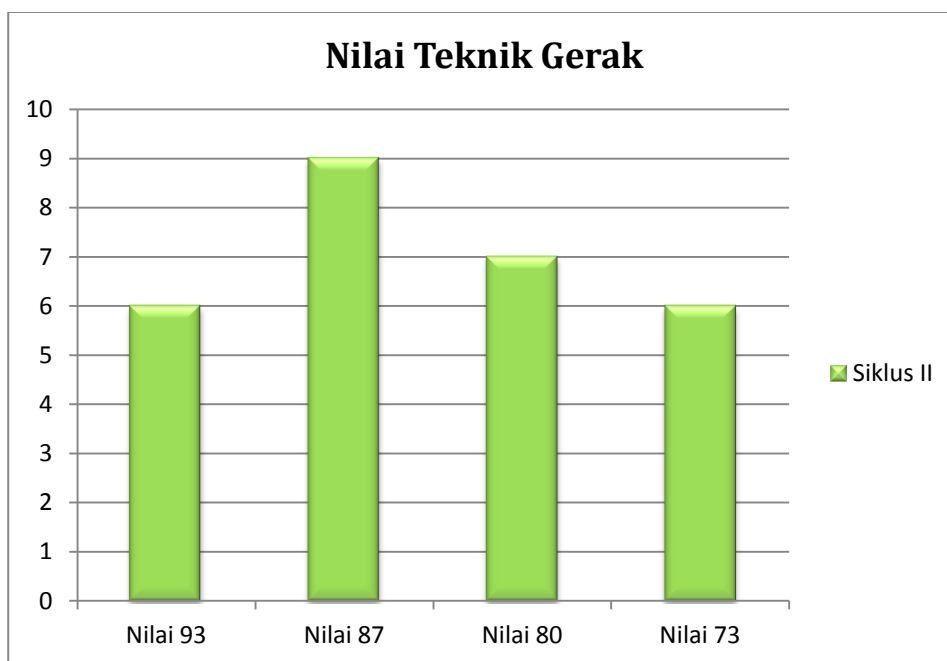
4.1.2.3 Aspek Psikomotor

Hasil unjuk kinerja siswa pada aspek psikomotor dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siklus II dapat dilihat pada tabel :

Tabel 4.9 Hasil Unjuk Kerja Siswa (Aspek Psikomotor) pada siklus II

SIKLUS II		
Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Sangat Baik	22	78,57 %
Baik	6	21,43 %
Cukup baik	0	0
Kurang Baik	0	0
Tidak Baik	0	0
Jumlah	28	100 %

Grafik 4.6 Grafik aspek Psikomotor siklus II



4.2 Pembahasan

Motivasi adalah sebuah proses untuk tercapainya suatu tujuan. Dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siklus II ini, siswa mendapatkan motivasi yang tinggi dalam proses pembelajarannya. Hal ini terjadi saat pembelajaran berlangsung, guru memberikan masukan saran dan perbaikan terhadap gerak yang sedang di pelajari siswa. Motivasi intrinsik dari dalam siswa ini secara nyata dapat meningkatkan tingginya intensitas dan kualitas gerak dalam pembelajaran di lapangan.

Motivasi ekstrinsik yang diberikan guru dan teman-teman dalam proses pembelajaran berlangsung, secara tidak langsung memotivasi siswa dari dalam untuk meningkatkan teknik gerak dan kemampuan kerja sama yang baik dalam

kelompoknya. Hal ini menjadi satu dari beberapa faktor utama yang membuat siswa mendapatkan prestasi gerak yang maksimal dalam pembelajaran sepak bola.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses belajar menendang bola dalam modifikasi permainan sepak bola gawang pantul dapat meningkatkan kemampuan siswa. Karena permainan ini memberikan sebuah nuansa baru dalam bermain sepak bola bagi siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Batang. Siswa lebih gembira dan tertarik untuk belajar sepak bola gawang pantul dari pada permainan sepak bola biasa.

Keterampilan siswa dalam menendang bola meningkat karena siswa lebih aktif dalam bermain dan belajar, tumbuhnya rasa percaya diri yang tinggi serta semangat didalam kelompok bermainnya.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa metode dan modifikasi permainan sangat membantu menumbuhkan motivasi, disiplin, sportivitas, keberanian dan kerja sama siswa dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul.

Penelitian Tindakan Kelas V ini dilakukan di SD Pasekaran 01 yang terletak di Kecamatan Batang Kabupaten Batang Provinsi Jawa Tengah. Letak dan suasana SD kurang kondusif untuk melakukan proses belajar mengajar karena terletak di pinggir jalan raya. Disamping itu juga luas halaman yang ada di sekolah tidak bisa untuk menampung pembelajaran sepak bola dalam penelitian ini. Oleh karena itu, siswa kelas V penulis bawa ke lapangan yang cukup besar yang bernama lapangan Krengseng Batang. Lapangan ini cukup baik untuk digunakan karena memiliki rumput yang tidak terlalu tinggi, sehingga memudahkan siswa untuk bergerak melakukan aktivitas bermain sepak bola.

Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada pembelajaran Sepak bola melalui pendekatan permainan sepak bola gawang pantul yang dilaksanakan tanggal 25 Mei sampai dengan 1 Juni 2013. Sebelum Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilaksanakan langkah pertama adalah melakukan observasi proses mengajar oleh guru dan hasil belajar sepak bola dalam permainan sepak bola gawang pantul. Pada tes awal yang dilakukan, maka dapat dirumuskan tindakan yang akan dilakukan pada siklus pertama guna meningkatkan keberhasilan siswa. Berikut adalah deskripsi hasil yang didapat dalam penelitian:

4.2.1 Siklus I

1. Perencanaan Tindakan I

Ada beberapa perencanaan tindakan pertama yaitu :

- a. Mengumpulkan siswa kelas V yang akan ikut dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul.
- b. Mempersiapkan perangkat belajar mengajar, seperti : bola karet, papan gawang, peluit, tali rafia, bendera, stop watch, patok.
- c. Melakukan pre-tes sepak bola gawang pantul dengan menggunakan bola karet.
- d. Menjelaskan teknik menendang bola
- e. Mendemonstrasikan gerak menendang dalam sepak bola
- f. Melakukan penugasan gerak bermain sepak bola gawang pantul pada siswa secara berkelompok.

2. Pelaksanaan Tindakan I

- a. Waktu pelaksanaan tindakan : Sabtu, 25 Mei 2013

- b. Tempat pelaksanaan : Lapangan Krengseng
- c. Kegiatan belajar mengajar disesuaikan dengan rencana kegiatan, yaitu:
 - ~ Melakukan pre-tes selama 10 menit untuk memotivasi siswa dalam menerima pelajaran.
 - ~ Guru menjelaskan tehnik menendang bola dalam permainan sepak bola
 - ~ Guru membimbing siswa dan memberikan bantuan kepada siswa yang masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerak menendang.
 - ~ Guru membagi siswa menjadi empat kelompok kecil yang berjumlah 7 orang. Kelompok tersebut diberi tugas gerak bermain sepak bola gawang pantul.
 - ~ Guru mengadakan evaluasi.

3. Observasi Tindakan I

- a. Kondisi pembelajaran sepak bola gawang pantul pada siswa kelas V SD Negeri Pasekaran 01 sebelumnya.

Permainan sepak bola selama siklus I berlangsung berjalan dengan cukup baik. Semua siswa merasa senang dalam bermain dan belajar sepak bola gawang pantul. Hal ini dapat dilihat dengan keaktifan siswa selama pembelajaran berlangsung.

Metode bermain sepak bola dengan gawang pantul membuat siswa menjadi lebih tertarik. Karena metode ini adalah hal baru bagi siswa, sehingga siswa terlihat lebih serius dalam mengikuti proses pembelajaran. Minat dan motivasi ini merupakan sisi positif yang guru lihat sebagai salah satu tolak ukur

keberhasilan dalam memberikan inovasi pembelajaran sepak bola gawang pantul kepada siswa.

- b. Faktor yang menghambat penguasaan teknik gerak menendang bola siswa kelas V SD Negeri pasekaran 01 ada beberapa faktor, yaitu :

Siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan pantulan ke papan untuk mencetak gol. Dikarenakan jumlah papan yang masih sedikit, dan letak papan yang terlalu rapat satu sama lain.

4. Refleksi Tindakan I

Jumlah papan dalam permainan sepak bola gawang pantul siklus I masih mengalami beberapa kendala. Diantaranya adalah, siswa masih mengalami kesulitan dalam memantulkan bola ke papan dikarenakan jumlahnya yang masih sedikit dan jaraknya yang masih terlalu dekat satu sama lain.

Oleh karena itu, penulis hendak menambahkan jumlah papan pantul di setiap daerah gawang. Yang semula berjumlah 2 buah papan pantul akan ditambah hingga menjadi 3 buah papan pantul.

4.2.2 SIKLUS II

1. Perencanaan Tindakan II

Ada beberapa yang harus di persiapkan oleh peneliti pada tahap ini, antara lain:

- a. Mempersiapkan perangkat kegiatan belajar mengajar
- b. Mengadakan apresiasi dengan memotivasi siswa.
- c. Menjelaskan teknik menendang bola yang benar.
- d. Memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya

- e. Memberi tugas gerak pada siswa untuk bermain sepak bola gawang pantul
- f. Melakukan perbaikan gerakan secara klasikal untuk peningkatan kualitas gerak teknik menendang bola dalam permainan sepak bola gawang pantul.
- g. Mengadakan evaluasi.

2. Tahap Tindakan II

- a. Waktu pelaksanaan : Sabtu, 1 Juni 2013
- b. Tempat pelaksanaan : Lapangan Krengseng
- c. Kegiatan belajar mengajar :
 - ~ Memberikan motivasi kepada siswa agar semangat didalam berlatih dan bermain.
 - ~ Memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan gerak menendang bola secara berpasangan. Hal ini dilakukan dengan cara mengoper dan menerima bola secara kontinyu.
 - ~ Guru menjelaskan kembali teknik menendang bola yang baik dan benar.
 - ~ Guru membimbing siswa dalam permainan sepak bola gawang pantul.
- d. Kegiatan inti dilakukan selama 20 menit.
- e. Guru melakukan evaluasi pembelajaran permainan sepak bola gawang pantul.

3. Observasi Tindakan II

Dari hasil pengamatan peneliti pada siklus kedua ini keterampilan menendang bola dalam permainan sepak bola gawang pantul mengalami peningkatan yang

tinggi dibandingkan dengan Siklus I. Siswa menunjukkan keseriusan dan semangat yang tinggi dalam bermain sepak bola gawang pantul.

4. Refleksi Tindakan II

Berdasarkan hasil observasi pada tindakan kedua ini siswa telah menunjukkan ketrampilannya dalam menendang bola dalam permainan sepak bola gawang pantul. Untuk proses belajar mengajar selanjutnya perlu lebih ditingkatkan kembali tehnik sepak bola yang lain agar secara keseluruhan siswa dapat melakukan permainan sepak bola gawang pantul dengan lebih menarik, lebih bersemangat, dan variatif dalam teknik bermain sepak bola gawang pantul.

4.3 Perbandingan Siklus I dan Siklus II

4.3.1 Aspek Kognitif

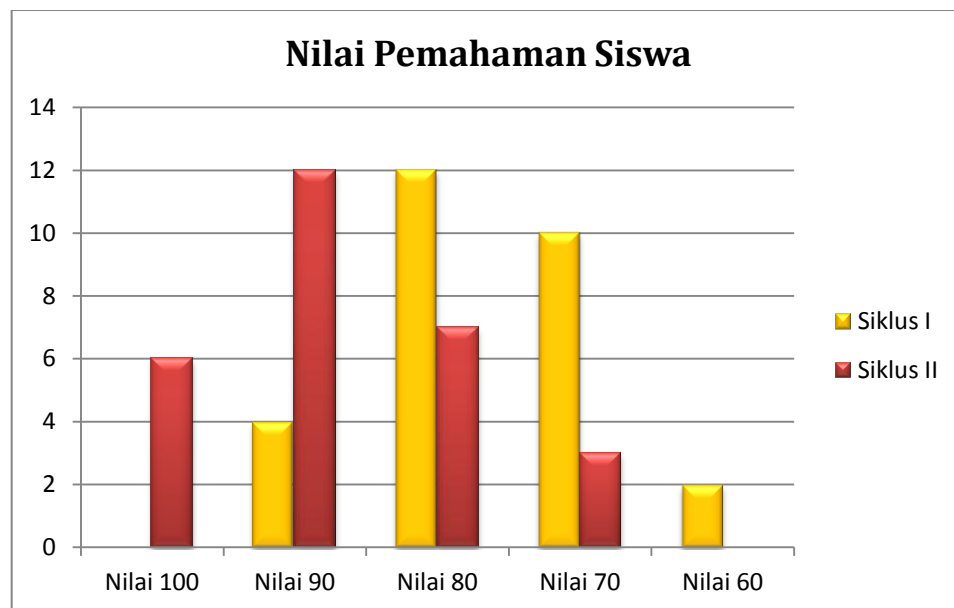
Hasil Perbandingan tingkat pemahaman siswa pada aspek kognitif dalam pembelajaran Sepak bola gawang pantul antara siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.10 Hasil Perbandingan Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif)

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	Nilai 100	0	6
2	Nilai 90	4	12
3	Nilai 80	12	7
4	Nilai 70	10	3
5	Nilai 60	2	0
	Jumlah	28	28

Berikut disajikan diagram dari hasil perbandingan tingkat pemahaman siswa aspek kognitif dalam pembelajaran Sepak bola gawang pantul antara pra siklus, siklus I dan siklus II:

Grafik 4.7 Grafik perbandingan pemahaman siswa aspek kognitif



4.3.2 Aspek Afektif

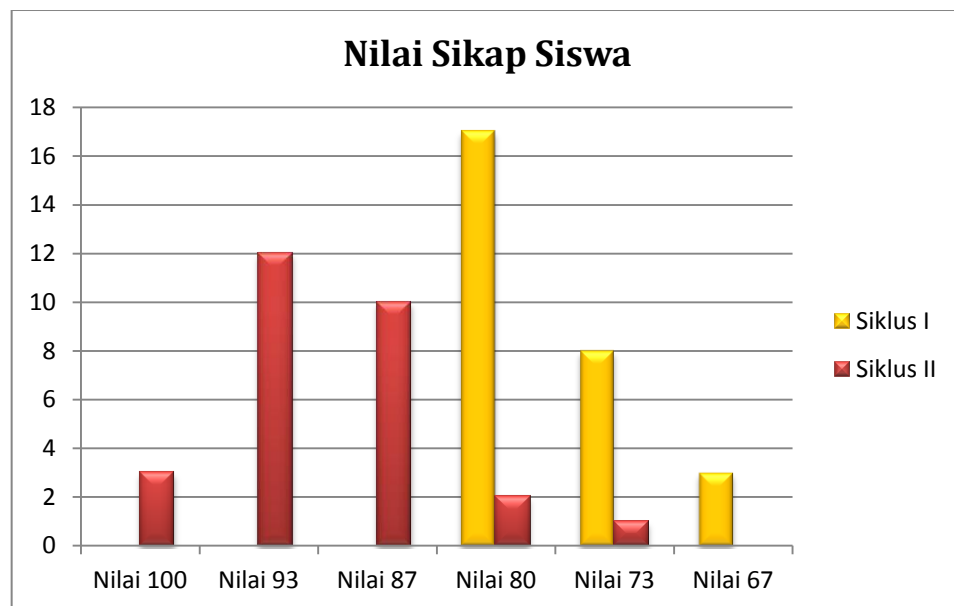
Hasil Perbandingan perilaku siswa yang diharapkan pada aspek afektif dalam pembelajaran Sepak bola gawang pantul antara pra siklus, siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.11 Hasil Perbandingan Perilaku Siswa (Aspek Afektif)

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	Nilai 100	0	3
2	Nilai 93	0	12
3	Nilai 87	0	10
4	Nilai 80	17	2
5	Nilai 73	8	1
6	Nilai 67	3	0
	Jumlah	28	28

Berikut disajikan diagram dari hasil perbandingan perilaku siswa yang diharapkan dalam aspek afektif pada pembelajaran Sepak bola gawang pantul antara pra siklus, siklus I dan siklus II:

Grafik 4.8 Nilai perbandingan perilaku siswa aspek Afektif



4.3.3 Aspek Psikomotor

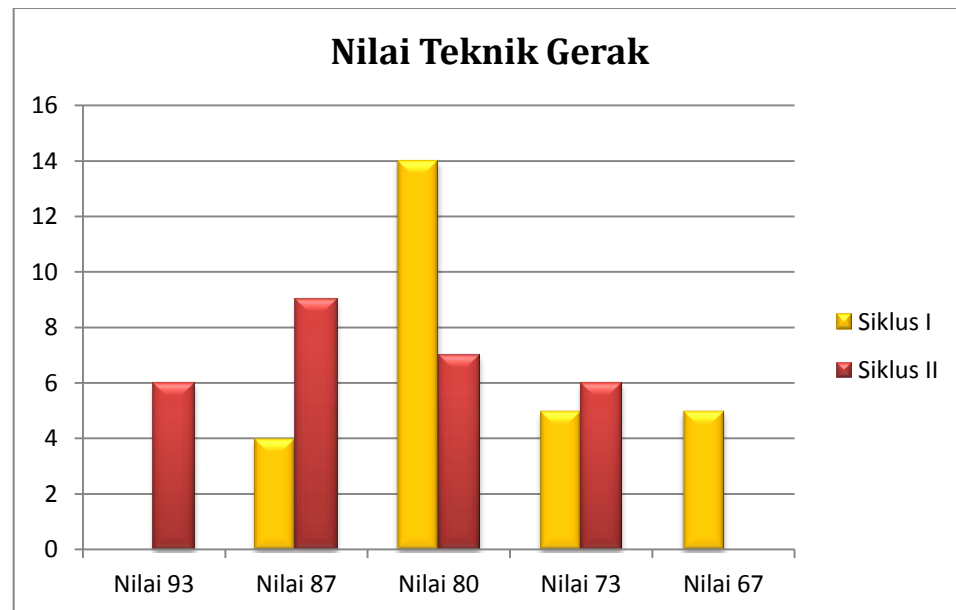
Hasil Perbandingan unjuk kinerja siswa pada aspek psikomotor dalam pembelajaran Sepak bola gawang pantul antara siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.12 Hasil perbandingan unjuk kerja siswa

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	Nilai 93	0	6
2	Nilai 87	4	9
3	Nilai 80	14	7
4	Nilai 73	5	6
5	Nilai 67	5	0
6	Nilai 6	0	0
	Jumlah	28	28

Berikut disajikan diagram dari hasil perbandingan unjuk kerja aspek psikomotor dalam pembelajaran Sepak bola gawang pantul antara siklus I dan siklus II:

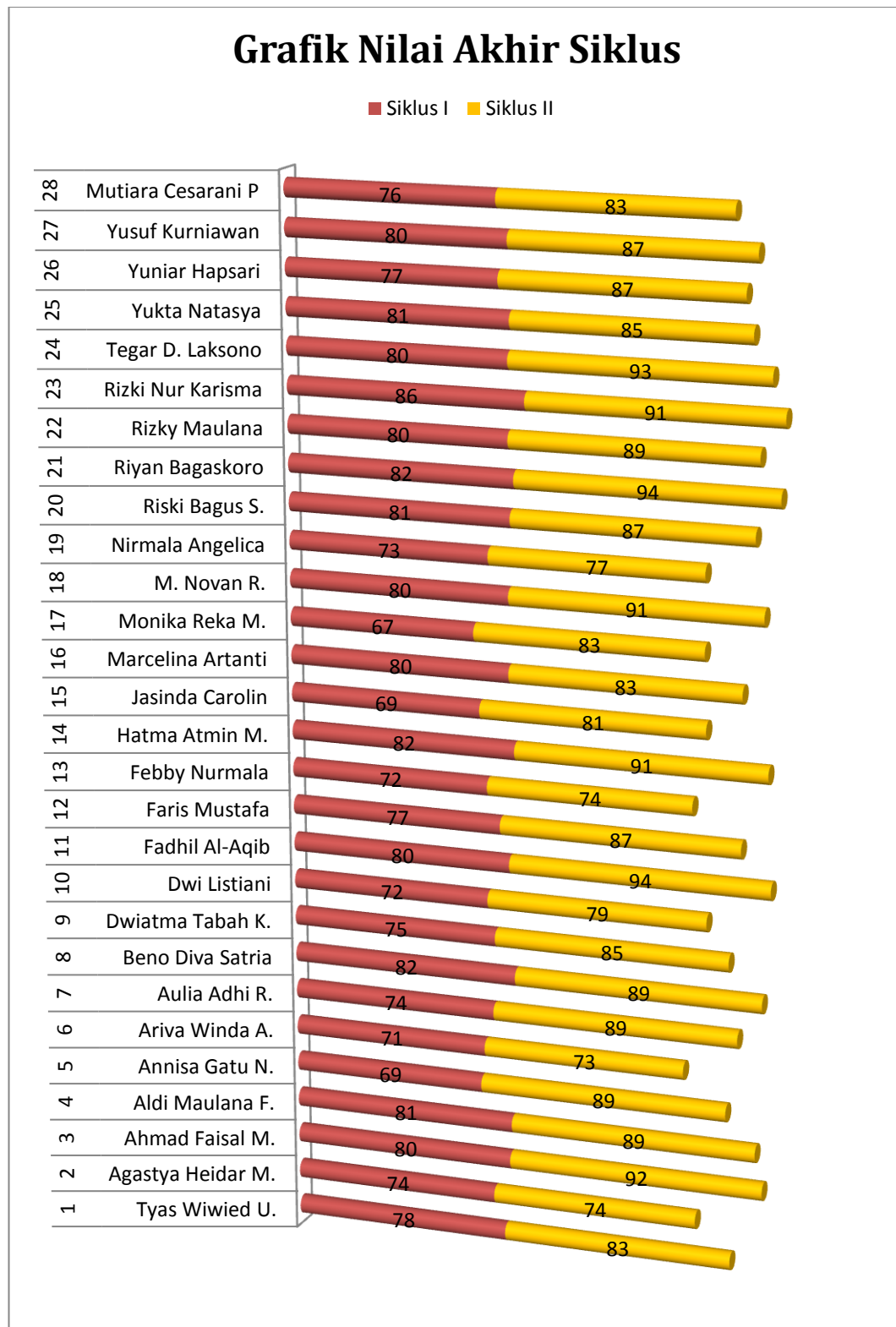
Grafik 4.9. Nilai perbandingan unjuk kerja siswa



4.3.4 Hasil Perbandingan Nilai Sepak Bola Gawang Pantul

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, maka diperoleh data hasil nilai pembelajaran sepak bola gawang pantul dari kegiatan pra siklus, siklus I dan siklus II sebagai berikut:

Grafik 4.10. Grafik Perbandingan Nilai Sepak Bola Gawang Pantul



4.4 Hasil Analisis Siklus

4.4.1 Hasil Analisis Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif)

Data hasil pemahaman siswa diperoleh hasil seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.13 Hasil Analisis Pemahaman siswa (aspek kognitif)

Kognitif	Siklus I	Siklus II
	76,43%	87,50%

Hasil pemahaman siswa pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus

Hake's normalized gain sebagai berikut:

$$\text{Rata-rata Pra siklus} : (Spre) = 76,43\%$$

$$\text{Rata-rata siklus II} : (Spost) = 87,50 \%$$

$$\text{Hake's normalized gain} : (g) = \frac{(Spost) - (Spre)}{100\% - (Spre)}$$

$$(g) = \frac{(87,50\%) - (76,43\%)}{100\% - (76,43\%)} = 0,61$$

Dan kriteria *gain* yang didapat adalah sedang (*middle gain*), yang berarti bahwa pemahaman siswa terhadap materi sepak bola gawang pantul selama pra siklus, siklus I dan II meningkat dengan cukup tinggi.

4.4.2 Hasil Analisis Perilaku Siswa (Aspek Afektif)

Data hasil pemahaman siswa diperoleh hasil seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.14 Hasil Analisis Perilaku siswa (aspek afektif)

Afektif	Siklus I	Siklus II
	76,67%	90,00%

Hasil yang diperoleh dari pengamatan perilaku siswa pada pra siklus, siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* sebagai berikut:

$$\text{Rata-rata Pra siklus} : (Spre) = 76,67 \%$$

Rata-rata siklus II : $(S_{post}) = 90,00 \%$

Hake's normalized gain : $(g) = \frac{(S_{post}) - (S_{pre})}{100\% - (S_{pre})}$

$$(g) = \frac{(90,00\%) - (76,67\%)}{100\% - (76,67\%)} = 0,38$$

Dan kriteria *gain* yang didapat adalah sedang (*middle gain*), yang berarti bahwa perilaku siswa terhadap materi sepak bola gawang pantul selama pra siklus, siklus I dan II meningkat dengan cukup tinggi.

4.4.3 Hasil Analisis Unjuk Kerja Siswa (Aspek Psikomotor)

Data hasil pengamatan unjuk kerja psikomotor diperoleh hasil seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.15 Hasil Analisis Unjuk kerja siswa (aspek psikomotor)

Psikomotor	Siklus I	Siklus II
	77,38%	83,57%

Hasil yang diperoleh dari pengamatan unjuk kerja psikomotor pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* sebagai berikut:

Rata-rata Pra siklus : $(S_{pre}) = 77,38\%$

Rata-rata siklus II : $(S_{post}) = 85,57 \%$

Hake's normalized gain : $(g) = \frac{(S_{post}) - (S_{pre})}{100\% - (S_{pre})}$

$$(g) = \frac{(83,57\%) - (77,38\%)}{100\% - (77,38\%)} = 0.46$$

Dan kriteria *gain* yang didapat adalah tinggi (*high gain*), yang berarti bahwa keterampilan unjuk kerja psikomotor siswa terhadap materi sepak bola gawang pantul selama pra siklus, siklus I dan II meningkat cukup tinggi.

4.5 Pembahasan Perbandingan Hasil Penilaian tiap Aspek

4.5.1 Aspek Pemahaman Siswa (Kognitif)

Berdasarkan tabel 4.13 di atas dapat diketahui bahwa secara umum terjadi peningkatan pemahaman siswa kognitif terhadap materi pembelajaran sepak bola gawang pantul selama proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pada Pra siklus presentase pemahaman siswa rata-rata mencapai 68,21% yang dinyatakan dengan kriteria baik atau sangat baik. Pada Siklus I presentase pemahaman siswa rata-rata mencapai 76,43% yang dinyatakan dengan kriteria baik atau sangat baik. Pada siklus II presentase pemahaman siswa rata-rata mencapai 87,50% yang dinyatakan dengan kriteria baik atau sangat baik. Dengan menggunakan rumus *Hake's normalized gain* maka selama pra siklus, siklus I sampai dengan siklus II terjadi peningkatan (*gain*) sebesar 0,61% yang kemudian dinyatakan kriteria sedang (*middle gain*), yang berarti bahwa pemahaman siswa terhadap materi sepak bola gawang pantul selama pra siklus, siklus I dan siklus II mengalami peningkatan dengan cukup baik.

4.5.2 Aspek Pengamatan Siswa (Afektif)

Berdasarkan tabel 4.14 di atas dapat diketahui bahwa secara umum terjadi peningkatan analisis perilaku siswa afektif selama proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pada pra siklus presentase pengamatan afektif rata-rata mencapai 65,00% yang dinyatakan dengan kriteria baik atau sangat baik. Pada siklus I presentase pengamatan afektif rata-rata mencapai 76,67% yang dinyatakan dengan kriteria baik atau sangat baik. Pada siklus II presentase pengamatan afektif rata-rata mencapai 90,00% yang juga dinyatakan baik atau

sangat baik. Dengan menggunakan rumus *Hake's normalized gain* maka selama pra siklus, siklus I sampai dengan siklus II terjadi peningkatan (*gain*) sebesar 0,38% yang kemudian dinyatakan dengan kriteria peningkatan sedang (*middle gain*), yang berarti peningkatan afektif siswa terhadap materi sepak bola gawang pantul selama pra siklus, siklus I dan siklus II meningkat dengan baik.

4.5.3 Aspek Unjuk Kerja Siswa (Psikomotor)

Berdasarkan tabel 4.15 di atas dapat diketahui secara umum terjadi peningkatan ketrampilan unjuk kerja psikomotor selama proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pada pra siklus presentase ketrampilan gerak psikomotor rata-rata mencapai 69,52% yang dinyatakan kriteria baik atau sangat baik. Pada siklus I presentase ketrampilan gerak psikomotor rata-rata mencapai 77,38% yang dinyatakan kriteria baik atau sangat baik. Pada siklus II presentase ketrampilan psikomotor rata-rata mencapai 83,57% yang juga dinyatakan baik atau sangat baik. Dengan menggunakan rumus *Hake's normalized gain* maka selama pra siklus, siklus I sampai dengan siklus II terjadi peningkatan (*gain*) sebesar 0,46% yang kemudian dinyatakan dengan kriteria sedang (*middle gain*), yang berarti bahwa ketrampilan psikomotor siswa dalam pembelajaran sepak bola gawang pantul selama pra siklus, siklus I dan siklus II meningkat dengan cukup baik. Hasil peningkatan yang besar disebabkan karena siswa menjadi sangat antusias ikut serta dalam pembelajaran. Hal ini membuat siswa menjadi lebih percaya diri dan berani dalam mengikuti proses pembelajaran sepak bola gawang pantul.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian pembelajaran di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran sepak bola yang diberikan dengan modifikasi gawang pantul dapat meningkatkan hasil belajar sepak bola. Hal ini terlihat dengan meningkatnya motivasi siswa dalam pembelajaran. Siswa tertarik pada permainan sepak bola yang diberikan karena menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi oleh guru pembimbing dan pada akhirnya siswa merasa senang terhadap pembelajaran yang dihadapi.

5.2 Saran

Saran yang dapat penulis sampaikan sebagai pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya cabang permainan antara lain :

a. Bagi Guru

Dalam pembelajaran permainan dengan menggunakan bola khususnya permainan bola besar, guru diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan keterampilan gerak yang lebih menarik lainnya untuk digunakan dalam pembelajaran modifikasi permainan di sekolah.

b. Bagi Siswa

Bersikaplah yang baik dan aktif, serta memiliki motivasi dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pembelajaran yang diikuti akan berjalan dengan baik dan bermanfaat

DAFTAR PUSTAKA

- _____, 1995. *Teknik dan Praktek Sepak Bola I*. Surakarta:Sebelas Maret
- _____,2011. *Buku Panduan Penulisan Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan*. Semarang:UNNES.
- Aang Witarsa, (1984). *Taktik Sepak Bola*, Jakarta: Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia.
- Ateng, A. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Harum. Drs, M.Pd,2001, *Permainan Bola Besar*, Semarang: Balai Penataran Guru.
- Knut Dietrich & K.J. Dietrich. 1981. *Sepak Bola Aturan dan Latihan*. Jakarta: Gramedia.
- Kosasih, Engkos. 1992. *Pendidikan Jasmani: teori dan Praktik*. Jakarta: Erlangga.
- Luxbacher, Joseph A. *Sepak Bola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Luxbacher, Joe, *Sepak Bola Taktik dan Teknik Bermain*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar- Dasar Sepak Bola, Cara yang Lebih Baik untuk Mempelajarinya*. Bandung: Pakar Raya.
- Soekidjo dan Situmorang, *Bermain*, Jajaran Pembangunan, Djakarta,1952.
- Taringan, Beltaser. 2001. *Pendekatan keterampilan Taktis dalam pembelajaran sepak bola*. Jakarta:Depdiknas.

Sumber: <http://id.shvoong.com/humanities/history/2176057-pengertian-sepak-bola-dan-sejarah/#ixzz2NlIXIdMd>)

<http://wawan-junaidi.blogspot.com/2011/12/definisi-pendidikan-jasmani>

<http://id.wikipedia.org/wiki/sepakbola/13juni2009>

<http://intl.feedfury.com/content/47617608-pengertian-pembelajaran-dengan-cara-pendekatan-modifikasi.html>

<http://www.psychologymania.com/2012/06/pengertian-bermain-peran-role-play.html>



**KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

Nomor : 445 K / FK / 2013

Tentang
**PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2012/2013**

- Menimbang** : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.
- Mengingat** : 1. SK. Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
2. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;
3. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
- Memperhatikan** : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Tanggal 01 Januari 1970

MEMUTUSKAN

- Menetapkan PERTAMA** : Menunjuk dan menugaskan kepada :
1. Nama : Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.
NIP : 196510201991031002
Pangkat/Golongan : III/d - Penata Tk. I
Jabatan Akademik : Lektor Kepala
Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Agus Pujianto, S.Pd.,M.Pd.
NIP : 197302022006041001
Pangkat/Golongan : III/b - Penata Muda Tk. I
Jabatan Akademik : Asisten Ahli
Sebagai Pembimbing II
- Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
- Nama : IKA RESTY NOFIYANI
NIM : 6101911174
Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Topik : MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SEPAK BOLA MELALUI MODIFIKASI GAWANG PANTUL PADA SISWA KELAS V SD NEGERI PASEKARAN 01 KECAMATAN BATANG KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN 2012/2013
- KEDUA** : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.



Dr. H. Harry Pramono, M.Si.
NIP. 195910191985031001

- Tembusan**
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
 2. Ketua Jurusan
 3. Dosen Pembimbing
 4. Peringgal





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Gedung FI Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
Telepon: 024-8508007

Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik_unnes@telkom.net

No. : 1863 / 44.37.1.6 / PP/2013
Lamp :
Hal : Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Kepala SD N Pasekaran 01 Batang
di SD N Pasekaran 01 Batang

Dengan Hormat,
Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : IKA RESTY NOFIYANI
NIM : 6101911174
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Topik : MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SEPAK BOLA MELALUI MODIFIKASI
GAWANG PANTUL PADA SISWA KELAS V SD NEGERI PASEKARAN 01
KECAMATAN BATANG KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN
2012/2013

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 15 Mei 2013

Dekan,

[Signature]
Dr. H. Harry Pramono, M.Si.
NIP. 195910191985031001



6101911174

.... FM-05-AKD-24/Rev. 00



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
UPTDISDIKORA KECAMATAN BATANG
SEKOLAH DASAR NEGERI PASEKARAN 01
Alamat : Jl. Pemuda No 174 Telp. (0285) 4494334 Batang KP : 51224

SURAT IJIN PENELITIAN

No. 425 / 30 / 2013

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang, menerangkan bahwa:

Nama : IKA RESTY NOFIYANI
NIM : 6101911174
Program studi : Strata I (S-1) PJKR
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Mahasiswa : UNNES Semarang

Memberikan ijin untuk mengadakan Penelitian pada kelas V SD Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang mengenai ***“Meningkatkan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Modifikasi Gawang Pantul Pada Siswa Kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013”*** guna melengkapi data-data penelitian.

Adapun Pelaksanaanya itu :

Test : Tanggal 25 Mei s/d 1 Juni 2013
Waktu : Pukul 07.30 - selesai
Tempat : Lapangan Krengseng Pasekaran

Batang, Mei 2013

Kepala SD Pasekaran 01



			Psikomotor: Siswa dapat menendang bola dengan baik	Test demonstrasi	Test ketrampilan			
❖ Karakter siswa yang diharapkan : Disiplin (<i>Discipline</i>), Kerja sama (<i>Cooperation</i>), Keberanian (<i>Bravery</i>), Motivasi (<i>Motivation</i>), Sportivitas (<i>Spotivity</i>)								

Mengetahui

Kepala SD N Pasekaran 01

**DIKUN, S.Pd**

NIP. 19660308 199201 1 001

Batang, Mei 2013

Guru Mapel PJOK

IKA RESTY NOFIYANI

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SD N Pasekaran 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (lima) / II (dua)
Standar Kompetensi	: 6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
Kompetensi Dasar	: 6.1 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar serta nilai kerjasama tim, sportifitas dan kejujuran.
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan gerakan

Menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, merebut bola.
menyundul bola, mengumpan bola.

- b. Siswa dapat bermain sepak bola dengan permainan yang dimodifikasi

❖ Karakter siswa yang diharapkan :

Kerjasama, Keberanian, Sportivitas, Motivasi, Disiplin

B. Materi Pembelajaran

- a. Permainan bola besar / bermain sepak bola
- b. Bermain sepak bola dengan permainan yang dimodifikasi gawang pantul

C. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Demonstrasi
- Penugasan
- Praktek
- Tanya jawab (angket)

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

- **Kegiatan Awal:**

Dalam kegiatan Awal, guru:

- ☞ Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan Inti
- ☞ Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

▪ **Kegiatan inti**

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Mempraktikkan gerak menendang bola
- ☞ Mendemonstrasikan teknik menendang bola dalam permainan sepak bola gawang pantul, dengan 3 papan pantul dalam satu kelompok.
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan praktek di lapangan

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis;
- ☞ memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;
- ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
- ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

▪ **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar

E. Alat dan Sumber Belajar

- Buku Penjaskes
- Bola karet
- Papan gawang
- Peluit
- Tali rafia
- Bendera
- Stopwatch

F. Penilaian

1. Indikator Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen
Psikomotor: Menendang bola	Test praktek	Lembar Pengamatan	Siswa melakukan teknik menendang bola dalam permainan sepak bola gawang pantul
Afektif: menunjukkan sikap kerjasama, tanggung jawab, sportivitas, motivasi dan disiplin	Observasi	Lembar Pengamatan	Siswa dapat bermain sepak bola gawang pantul dengan menampilkan sikap tersebut
Kognitif: siswa mengetahui permainan modifikasi sepak bola gawang pantul	Test Lisan	Lembar Nilai Kognitif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sepak bola termasuk permainan bola besar atau bola kecil? 2. Sebutkan teknik permainan sepak bola yang kamu ketahui? 3. Apakah kamu bisa menendang bola pada permainan sepak bola gawang pantul? 4. Selain kerjasama, apa lagi yang kita butuhkan untuk dapat bermain sepak

			bola gawang pantul? 5. Sebutkan peraturan yang ada dalam permainan sepak bola gawang pantul?
--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Format Kriteria Penilaian

No.	Aspek	Kriteria	SKOR		
			Sub.	Aspek	Total
1.	Psikomotor (Menendang)	Sikap kaki	3	15 Bobot 60%	
		Sikap badan	3		
		Perkenaan bola	3		
		Arah gerak bola	3		
		Pandangan mata	3		
2.	Afektif	Kerjasama	3	15 Bobot 20%	40 Nilai
		Keberanian	3		
		Sportivitas	3		
		Motivasi	3		
		Disiplin	3		
3	Kognitif	1. Sepak bola termasuk permainan bola besar atau bola kecil?	2	10 Bobot 20%	100%
		2. Sebutkan teknik permainan sepak bola yang kamu ketahui?	2		
		3. Apakah kamu bisa melakukan menendang bola pada permaina sepak bola gawang pantul?	2		
		4. Selain kerjasama, apa lagi yang kita butuhkan untuk dapat bermain sepak bola gawang pantul?	2		
		5. Sebutkan peraturan yang ada dalam permainan sepak bola gawang pantul?	2		

KONDISI AWAL SISWA

1. Lembar Nilai Aspek Psikomotor Kondisi Awal

NO	NAMA SISWA	Aspek Psikomotor					Skor maks 15	Nilai	Bobot 60%
		Menendang bola							
		Skor tiap indikator 1-3							
		Sikap kaki	Sikap badan	Perkenaan bola	Arah gerak bola	Pandangan mata			
1	Tyas Wiwied U.	1	2	2	2	2	9	60	36
2	Agastya Heidar M.	2	2	2	2	1	9	60	36
3	Ahmad Faisal M.	2	2	2	1	2	9	60	36
4	Aldi Maulana F.	2	1	2	2	2	9	60	36
5	Annisa Gatu N.	3	2	1	2	3	11	73	44
6	Ariva Winda A.	2	2	2	1	2	9	60	36
7	Aulia Adhi R.	3	2	2	2	2	11	73	44
8	Beno Diva Satria	3	3	3	2	2	13	87	52
9	Dwiatma Tabah K.	2	2	2	2	2	10	67	40
10	Dwi Listiani	2	2	1	2	2	9	60	36
11	Fadhil Al-Aqib	3	3	2	3	2	13	87	52
12	Faris Mustafa	3	2	3	2	2	12	80	48
13	Febby Nurmala	2	2	2	2	2	10	67	40
14	Hatma Atmin M.	2	1	2	3	2	10	67	40
15	Jasinda Carolin	1	2	2	2	2	9	60	36
16	Marcelina Artanti	2	2	2	2	2	10	67	40
17	Monika Reka M.	2	2	1	2	2	9	60	36
18	M. Novan R.	2	2	2	3	2	11	73	44
19	Nirmala Angelica	2	2	2	2	1	9	60	36
20	Riski Bagus S.	2	2	3	2	3	12	80	48
21	Riyan Bagaskoro	2	3	3	2	2	12	80	48
22	Rizky Maulana	3	1	2	2	2	10	67	40
23	Rizki Nur Karisma	3	2	3	2	2	12	80	48
24	Tegar D. Laksono	2	3	3	2	2	12	80	48
25	Yukta Natasya	2	2	2	3	2	11	73	44
26	Yuniar Hapsari	2	2	3	2	2	11	73	44
27	Yusuf Kurniawan	3	2	2	1	2	10	67	40
28	Mutiara Cesarani P	1	2	2	3	2	10	67	40
							Nilai Tertinggi	87	
							Nilai Terendah	60	
							Nilai Rata-rata	69.52	
							Nilai KKM	75	
							Tuntas KKM	7	25.00 %
							Belum Tuntas KKM	21	75.00 %

2. Lembar Nilai Aspek Afektif Kondisi Awal

NO	NAMA SISWA	Aspek Afektif					Skor	Nilai	Bobot 20%
		Skor tiap indikator 1-3							
		Kerjasama	Keberanian	Sportivitas	Motivasi	Disiplin			
1	Tyas Wiwied U.	2	3	2	3	2	12	80	16
2	Agastya Heidar M.	2	1	2	1	2	8	53	11
3	Ahmad Faisal M.	3	2	1	1	2	9	60	12
4	Aldi Maulana F.	2	2	2	3	1	10	67	13
5	Annisa Gatu N.	2	2	2	1	2	9	60	12
6	Ariva Winda A.	2	2	2	2	2	10	67	13
7	Aulia Adhi R.	2	2	1	2	1	8	53	11
8	Beno Diva Satria	2	2	2	3	3	12	80	16
9	Dwiatma Tabah K.	2	1	2	2	2	9	60	12
10	Dwi Listiani	2	2	1	2	1	8	53	11
11	Fadhil Al-Aqib	2	2	3	3	2	12	80	16
12	Faris Mustafa	2	3	2	2	3	12	80	16
13	Febby Nurmala	1	2	2	2	1	8	53	11
14	Hatma Atmin M.	2	1	2	2	2	9	60	12
15	Jasinda Carolin	2	2	1	2	1	8	53	11
16	Marcelina Artanti	2	2	1	2	2	9	60	12
17	Monika Reka M.	2	1	2	1	2	8	53	11
18	M. Novan R.	2	3	3	2	2	12	80	16
19	Nirmala Angelica	2	2	2	2	1	9	60	12
20	Riski Bagus S.	2	2	2	2	2	10	67	13
21	Riyan Bagaskoro	2	3	3	2	2	12	80	16
22	Rizky Maulana	2	2	2	2	2	10	67	13
23	Rizki Nur Karisma	2	3	3	2	2	12	80	16
24	Tegar D. Laksono	3	3	2	2	2	12	80	16
25	Yukta Natasya	2	1	2	1	2	8	53	11
26	Yuniar Hapsari	2	1	2	2	2	9	60	12
27	Yusuf Kurniawan	2	1	2	2	2	9	60	12
28	Mutiara Cesarani P	1	2	3	1	2	9	60	12
							Nilai Tertinggi	80	
							Nilai Terendah	53	
							Nilai Rata-rata	65.00	
							Nilai KKM	75	
							Tuntas KKM	8	28.57 %
							Belum Tuntas KKM	20	71.43 %

3. Lembar Nilai Aspek Kognitif Kondisi Awal

No	NAMA SISWA	Aspek Kognitif					Skor Maks 10	Nilai	Bobot 20%
		1	2	3	4	5			
1	Tyas Wiwied U.	1	2	1	1	1	6	60	12
2	Agastya Heidar M.	2	1	1	2	1	7	70	14
3	Ahmad Faisal M.	1	2	2	1	1	7	70	14
4	Aldi Maulana F.	1	1	2	2	1	7	70	14
5	Annisa Gatu N.	1	1	1	2	1	6	60	12
6	Ariva Winda A.	2	1	1	2	1	7	70	14
7	Aulia Adhi R.	1	1	2	1	1	6	60	12
8	Beno Diva Satria	1	1	1	2	1	6	60	12
9	Dwiatma Tabah K.	1	1	2	1	1	6	60	12
10	Dwi Listiani	2	1	2	1	1	7	70	14
11	Fadhil Al-Aqib	2	2	1	1	1	7	70	14
12	Faris Mustafa	1	2	1	1	1	6	60	12
13	Febby Nurmala	2	1	1	2	1	7	70	14
14	Hatma Atmin M.	1	2	1	1	1	6	60	12
15	Jasinda Carolin	2	1	2	1	1	7	70	14
16	Marcelina Artanti	2	1	1	2	2	8	80	16
17	Monika Reka M.	1	2	1	1	1	6	60	12
18	M. Novan R.	2	1	2	1	1	7	70	14
19	Nirmala Angelica	2	1	2	1	1	7	70	14
20	Riski Bagus S.	2	1	1	1	1	6	60	12
21	Riyan Bagaskoro	2	2	1	2	1	8	80	16
22	Rizky Maulana	2	2	1	2	1	8	80	16
23	Rizki Nur Karisma	2	2	2	1	1	8	80	16
24	Tegar D. Laksono	2	1	1	1	1	6	60	12
25	Yukta Natasya	2	1	2	2	1	8	80	16
26	Yuniar Hapsari	1	1	2	1	1	6	60	12
27	Yusuf Kurniawan	2	1	2	2	1	8	80	16
28	Mutiara Cesarani P	1	1	2	2	1	7	70	14
Nilai Tertinggi								80	
Nilai Terendah								60	
Nilai Rata-rata								68.21	
Nilai KKM								75	
Tuntas KKM								6	21.43 %
Belum Tuntas KKM								22	78.57 %

4. Lembar Rekapitulasi Nilai Kondisi Awal

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Nilai	Ketuntasan KKM	Kriteria KKM
		Kog	Afek	Psiko			
1	Tyas Wiwied U.	12	16	36	64	BT	Baik
2	Agastya Heidar M.	14	11	36	61	BT	Baik
3	Ahmad Faisal M.	14	12	36	62	BT	Baik
4	Aldi Maulana F.	14	13	36	63	BT	Baik
5	Annisa Gatu N.	12	12	44	68	BT	Baik
6	Ariva Winda A.	14	13	36	63	BT	Baik
7	Aulia Adhi R.	12	11	44	67	BT	Baik
8	Beno Diva Satria	12	16	52	80	T	Baik
9	Dwiatma Tabah K.	12	12	40	64	BT	Baik
10	Dwi Listiani	14	11	36	61	BT	Baik
11	Fadhil Al-Aqib	14	16	52	82	T	Sangat Baik
12	Faris Mustafa	12	16	48	76	T	Baik
13	Febby Nurmala	14	11	40	65	BT	Baik
14	Hatma Atmin M.	12	12	40	64	BT	Baik
15	Jasinda Carolin	14	11	36	61	BT	Baik
16	Marcelina Artanti	16	12	40	68	BT	Baik
17	Monika Reka M.	12	11	36	59	BT	Cukup baik
18	M. Novan R.	14	16	44	74	BT	Baik
19	Nirmala Angelica	14	12	36	62	BT	Baik
20	Riski Bagus S.	12	13	48	73	BT	Baik
21	Riyan Bagaskoro	16	16	48	80	T	Baik
22	Rizky Maulana	16	13	40	69	BT	Baik
23	Rizki Nur Karisma	16	16	48	80	T	Baik
24	Tegar D. Laksono	12	16	48	76	T	Baik
25	Yukta Natasya	16	11	44	71	BT	Baik
26	Yuniar Hapsari	12	12	44	68	BT	Baik
27	Yusuf Kurniawan	16	12	40	68	BT	Baik
28	Mutiara Cesarani P	14	12	40	66	BT	Baik
Nilai Tertinggi					82		
Nilai Terendah					58.67		
Nilai Rata-rata					68.36		
Nilai KKM					75		
Tuntas KKM						6	21.43 %
Belum Tuntas KKM						22	78.57 %

SIKLUS I

1. Lembar Nilai Aspek Psikomotor Siklus I

NO	NAMA SISWA	Aspek Psikomotor					Skor maks 15	Nilai	Bobot 60%
		Menendang bola							
		Skor tiap indikator 1-3							
		Sikap kaki	Sikap badan	Perkenaan bola	Arah gerak bola	Pandangan mata			
1	Tyas Wiwied U.	2	3	3	2	2	12	80	48
2	Agastya Heidar M.	3	2	2	2	2	11	73	44
3	Ahmad Faisal M.	2	3	2	3	2	12	80	48
4	Aldi Maulana F.	3	2	3	2	2	12	80	48
5	Annisa Gatu N.	3	2	1	2	3	11	73	44
6	Ariva Winda A.	2	2	2	1	3	10	67	40
7	Aulia Adhi R.	3	2	2	2	2	11	73	44
8	Beno Diva Satria	3	3	3	2	2	13	87	52
9	Dwiatma Tabah K.	3	2	2	2	3	12	80	48
10	Dwi Listiani	2	3	1	2	2	10	67	40
11	Fadhil Al-Aqib	3	3	2	2	2	12	80	48
12	Faris Mustafa	3	2	3	2	2	12	80	48
13	Febby Nurmala	2	1	3	2	2	10	67	40
14	Hatma Atmin M.	3	3	2	3	2	13	87	52
15	Jasinda Carolin	1	2	3	2	2	10	67	40
16	Marcelina Artanti	3	2	3	2	2	12	80	48
17	Monika Reka M.	2	2	2	2	2	10	67	40
18	M. Novan R.	2	2	3	3	2	12	80	48
19	Nirmala Angelica	2	2	2	2	3	11	73	44
20	Riski Bagus S.	3	2	3	2	3	13	87	52
21	Riyan Bagaskoro	2	3	3	2	2	12	80	48
22	Rizky Maulana	3	3	2	2	2	12	80	48
23	Rizki Nur Karisma	3	2	3	2	3	13	87	52
24	Tegar D. Laksono	2	3	3	2	2	12	80	48
25	Yukta Natasya	2	2	2	3	3	12	80	48
26	Yuniar Hapsari	2	2	3	2	3	12	80	48
27	Yusuf Kurniawan	3	3	2	2	2	12	80	48
28	Mutiara Cesarani P	2	2	2	3	2	11	73	44
Nilai Tertinggi							87		
Nilai Terendah							67		
Nilai Rata-rata							77.38		
Nilai KKM							75		
Tuntas KKM							18	64.29 %	
Belum Tuntas KKM							10	35.71 %	

2. Lembar Nilai Aspek Afektif Siklus I

NO	NAMA SISWA	Aspek Afektif					Skor	Nilai	Bobot 20%
		Skor tiap indikator 1-3							
		Kerjasama	Keberanian	Sportivitas	Motivasi	Disiplin			
1	Tyas Wiwied U.	2	2	3	3	2	12	80	16
2	Agastya Heidar M.	3	3	2	2	2	12	80	16
3	Ahmad Faisal M.	3	3	2	2	2	12	80	16
4	Aldi Maulana F.	2	2	2	3	2	11	73	15
5	Annisa Gatu N.	2	2	2	2	2	10	67	13
6	Ariva Winda A.	2	2	2	3	2	11	73	15
7	Aulia Adhi R.	2	2	3	2	3	12	80	16
8	Beno Diva Satria	2	2	3	2	3	12	80	16
9	Dwiatma Tabah K.	3	2	2	2	2	11	73	15
10	Dwi Listiani	2	3	2	3	2	12	80	16
11	Fadhil Al-Aqib	2	2	2	3	3	12	80	16
12	Faris Mustafa	2	3	2	2	2	11	73	15
13	Febby Nurmala	2	2	3	2	3	12	80	16
14	Hatma Atmin M.	3	3	2	2	2	12	80	16
15	Jasinda Carolin	2	2	2	2	2	10	67	13
16	Marcelina Artanti	2	3	2	3	2	12	80	16
17	Monika Reka M.	2	2	2	2	2	10	67	13
18	M. Novan R.	2	2	2	3	3	12	80	16
19	Nirmala Angelica	2	2	2	2	3	11	73	15
20	Riski Bagus S.	2	2	3	2	2	11	73	15
21	Riyan Bagaskoro	2	3	3	2	2	12	80	16
22	Rizky Maulana	2	3	3	2	2	12	80	16
23	Rizki Nur Karisma	2	3	3	2	2	12	80	16
24	Tegar D. Laksono	3	3	2	2	2	12	80	16
25	Yukta Natasya	3	2	2	2	2	11	73	15
26	Yuniar Hapsari	2	3	2	2	2	11	73	15
27	Yusuf Kurniawan	3	3	2	2	2	12	80	16
28	Mutiara Cesarani P	2	2	3	3	2	12	80	16
							Nilai Tertinggi	80	
							Nilai Terendah	67	
							Nilai Rata-rata	76.67	
							Nilai KKM	75	
							Tuntas KKM	17	60.71 %
							Belum Tuntas KKM	11	39.29

3. Lembar Nilai Aspek Kognitif Siklus I

No	NAMA SISWA	Aspek Kognitif					Skor Maks 10	Nilai	Bobot 20%
		1	2	3	4	5			
1	Tyas Wiwied U.	1	2	1	2	1	7	70	14
2	Agastya Heidar M.	1	1	2	2	1	7	70	14
3	Ahmad Faisal M.	2	2	1	2	1	8	80	16
4	Aldi Maulana F.	2	1	2	2	2	9	90	18
5	Annisa Gatu N.	2	1	1	1	1	6	60	12
6	Ariva Winda A.	2	1	2	2	1	8	80	16
7	Aulia Adhi R.	1	1	2	1	2	7	70	14
8	Beno Diva Satria	2	1	2	1	1	7	70	14
9	Dwiatma Tabah K.	1	1	2	1	1	6	60	12
10	Dwi Listiani	2	1	2	2	1	8	80	16
11	Fadhil Al-Aqib	2	2	2	1	1	8	80	16
12	Faris Mustafa	1	1	2	1	2	7	70	14
13	Febby Nurmala	2	1	2	1	2	8	80	16
14	Hatma Atmin M.	1	2	2	1	1	7	70	14
15	Jasinda Carolin	2	1	2	2	1	8	80	16
16	Marcelina Artanti	2	1	1	2	2	8	80	16
17	Monika Reka M.	1	2	1	2	1	7	70	14
18	M. Novan R.	2	1	2	2	1	8	80	16
19	Nirmala Angelica	2	1	1	2	1	7	70	14
20	Riski Bagus S.	1	2	2	1	1	7	70	14
21	Riyan Bagaskoro	2	2	1	2	2	9	90	18
22	Rizky Maulana	1	2	2	2	1	8	80	16
23	Rizki Nur Karisma	2	2	2	1	2	9	90	18
24	Tegar D. Laksono	2	2	1	2	1	8	80	16
25	Yukta Natasya	2	1	2	2	2	9	90	18
26	Yuniar Hapsari	1	2	2	1	1	7	70	14
27	Yusuf Kurniawan	2	1	2	2	1	8	80	16
28	Mutiara Cesarani P	1	2	2	2	1	8	80	16
Nilai Tertinggi								90	
Nilai Terendah								60	
Nilai Rata-rata								76.43	
Nilai KKM								75	
Tuntas KKM								16	57.14 %
Belum Tuntas KKM								12	42.86 %

4. Lembar Rekapitulasi Nilai Siklus I

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Nilai	Ketuntasan KKM	Kriteria KKM
		Kog	Afek	Psiko			
1	Tyas Wiwied U.	14	16	48	78	T	Baik
2	Agastya Heidar M.	14	16	44	74	BT	Baik
3	Ahmad Faisal M.	16	16	48	80	T	Baik
4	Aldi Maulana F.	18	15	48	81	T	Sangat Baik
5	Annisa Gatu N.	12	13	44	69	BT	Baik
6	Ariva Winda A.	16	15	40	71	BT	Baik
7	Aulia Adhi R.	14	16	44	74	BT	Baik
8	Beno Diva Satria	14	16	52	82	T	Sangat Baik
9	Dwiatma Tabah K.	12	15	48	75	BT	Baik
10	Dwi Listiani	16	16	40	72	BT	Baik
11	Fadhil Al-Aqib	16	16	48	80	T	Baik
12	Faris Mustafa	14	15	48	77	T	Baik
13	Febby Nurmala	16	16	40	72	BT	Baik
14	Hatma Atmin M.	14	16	52	82	T	Sangat Baik
15	Jasinda Carolin	16	13	40	69	BT	Baik
16	Marcelina Artanti	16	16	48	80	T	Baik
17	Monika Reka M.	14	13	40	67	BT	Baik
18	M. Novan R.	16	16	48	80	T	Baik
19	Nirmala Angelica	14	15	44	73	BT	Baik
20	Riski Bagus S.	14	15	52	81	T	Sangat Baik
21	Riyan Bagaskoro	18	16	48	82	T	Sangat Baik
22	Rizky Maulana	16	16	48	80	T	Baik
23	Rizki Nur Karisma	18	16	52	86	T	Sangat Baik
24	Tegar D. Laksono	16	16	48	80	T	Baik
25	Yukta Natasya	18	15	48	81	T	Sangat Baik
26	Yuniar Hapsari	14	15	48	77	T	Baik
27	Yusuf Kurniawan	16	16	48	80	T	Baik
28	Mutiara Cesarani P	16	16	44	76	T	Baik
Nilai Tertinggi					86		
Nilai Terendah					67.33		
Nilai Rata-rata					77.05		
Nilai KKM					75		
Tuntas KKM						18	64.29 %
Belum Tuntas KKM						10	35.71 %

SIKLUS II

1. Lembar Nilai Aspek Psikomotor Siklus II

NO	NAMA SISWA	Aspek Psikomotor					Skor maks 15	Nilai	Bobot 60%
		Menendang bola							
		Skor tiap indikator 1-3							
		Sikap kaki	Sikap badan	Perkenaan bola	Arah gerak bola	Pandangan mata			
1	Tyas Wiwied U.	2	3	3	2	2	12	80	48
2	Agastya Heidar M.	3	2	2	2	2	11	73	44
3	Ahmad Faisal M.	3	3	2	3	2	13	87	52
4	Aldi Maulana F.	3	3	2	3	2	13	87	52
5	Annisa Gatu N.	2	3	3	3	2	13	87	52
6	Ariva Winda A.	2	2	2	2	3	11	73	44
7	Aulia Adhi R.	3	2	3	3	2	13	87	52
8	Beno Diva Satria	3	3	3	2	3	14	93	56
9	Dwiatma Tabah K.	3	3	2	2	2	12	80	48
10	Dwi Listiani	2	3	2	2	2	11	73	44
11	Fadhil Al-Aqib	3	3	2	3	3	14	93	56
12	Faris Mustafa	2	3	3	2	3	13	87	52
13	Febby Nurmala	3	2	2	2	2	11	73	44
14	Hatma Atmin M.	3	3	3	2	3	14	93	56
15	Jasinda Carolin	2	2	2	2	3	11	73	44
16	Marcelina Artanti	3	3	2	2	2	12	80	48
17	Monika Reka M.	2	2	3	2	3	12	80	48
18	M. Novan R.	3	3	3	2	2	13	87	52
19	Nirmala Angelica	3	2	2	2	2	11	73	44
20	Riski Bagus S.	3	3	2	2	3	13	87	52
21	Riyan Bagaskoro	3	3	2	3	3	14	93	56
22	Rizky Maulana	3	2	2	3	3	13	87	52
23	Rizki Nur Karisma	3	3	3	2	3	14	93	56
24	Tegar D. Laksono	2	3	3	3	3	14	93	56
25	Yukta Natasya	2	3	2	3	2	12	80	48
26	Yuniar Hapsari	2	2	3	2	3	12	80	48
27	Yusuf Kurniawan	3	3	2	3	2	13	87	52
28	Mutiara Cesarani P	2	2	3	2	3	12	80	48
							Nilai Tertinggi	93	
							Nilai Terendah	73	
							Nilai Rata-rata	83.57	
							Nilai KKM	75	
							Tuntas KKM	22	78.57 %
							Belum Tuntas KKM	6	21.43 %

2. Lembar Nilai Aspek Afektif Siklus II

NO	NAMA SISWA	Aspek Afektif					Skor	Nilai	Bobot 20%
		Skor tiap indikator 1-3							
		Kerjasama	Keberanian	Sportivitas	Motivasi	Disiplin			
1	Tyas Wiwied U.	3	3	3	2	3	14	93	19
2	Agastya Heidar M.	3	2	2	3	2	12	80	16
3	Ahmad Faisal M.	3	3	3	3	3	15	100	20
4	Aldi Maulana F.	3	3	3	3	2	14	93	19
5	Annisa Gatu N.	3	2	2	3	3	13	87	17
6	Ariva Winda A.	2	2	2	3	2	11	73	15
7	Aulia Adhi R.	2	3	3	3	3	14	93	19
8	Beno Diva Satria	3	3	2	3	2	13	87	17
9	Dwiatma Tabah K.	3	3	3	3	2	14	93	19
10	Dwi Listiani	3	3	2	3	2	13	87	17
11	Fadhil Al-Aqib	3	3	3	3	3	15	100	20
12	Faris Mustafa	3	3	3	3	2	14	93	19
13	Febby Nurmala	3	3	2	2	2	12	80	16
14	Hatma Atmin M.	3	2	3	3	3	14	93	19
15	Jasinda Carolin	3	3	2	3	2	13	87	17
16	Marcelina Artanti	3	2	3	3	2	13	87	17
17	Monika Reka M.	3	3	2	3	3	14	93	19
18	M. Novan R.	3	3	3	3	2	14	93	19
19	Nirmala Angelica	2	3	3	3	2	13	87	17
20	Riski Bagus S.	3	3	3	2	3	14	93	19
21	Riyan Bagaskoro	3	3	3	3	3	15	100	20
22	Rizky Maulana	3	3	2	3	3	14	93	19
23	Rizki Nur Karisma	3	2	3	3	2	13	87	17
24	Tegar D. Laksono	3	2	3	3	3	14	93	19
25	Yukta Natasya	3	3	3	2	2	13	87	17
26	Yuniar Hapsari	3	2	3	3	3	14	93	19
27	Yusuf Kurniawan	3	2	3	2	3	13	87	17
28	Mutiara Cesarani P	3	3	2	3	2	13	87	17
							Nilai Tertinggi	100	
							Nilai Terendah	73	
							Nilai Rata-rata	90.00	
							Nilai KKM	75	
							Tuntas KKM	27	96.43 %
							Belum Tuntas KKM	1	3.57 %

3. Lembar Nilai Aspek Kognitif Siklus II

No	NAMA SISWA	Aspek Kognitif					Skor Maks 10	Nilai	Bobot 20%
		1	2	3	4	5			
1	Tyas Wiwied U.	2	2	2	1	1	8	80	16
2	Agastya Heidar M.	1	1	2	2	1	7	70	14
3	Ahmad Faisal M.	2	2	2	2	2	10	100	20
4	Aldi Maulana F.	2	2	2	2	1	9	90	18
5	Annisa Gatu N.	2	2	2	2	2	10	100	20
6	Ariva Winda A.	2	2	1	1	1	7	70	14
7	Aulia Adhi R.	2	2	2	2	1	9	90	18
8	Beno Diva Satria	2	2	2	1	1	8	80	16
9	Dwiatma Tabah K.	2	2	2	1	2	9	90	18
10	Dwi Listiani	2	2	2	2	1	9	90	18
11	Fadhil Al-Aqib	2	2	2	2	1	9	90	18
12	Faris Mustafa	2	2	2	1	1	8	80	16
13	Febby Nurmala	2	2	1	1	1	7	70	14
14	Hatma Atmin M.	2	2	2	1	1	8	80	16
15	Jasinda Carolin	2	2	2	2	2	10	100	20
16	Marcelina Artanti	2	2	2	2	1	9	90	18
17	Monika Reka M.	2	2	2	1	1	8	80	16
18	M. Novan R.	2	2	2	2	2	10	100	20
19	Nirmala Angelica	2	2	2	1	1	8	80	16
20	Riski Bagus S.	2	2	2	1	1	8	80	16
21	Riyan Bagaskoro	2	2	2	2	1	9	90	18
22	Rizky Maulana	2	2	2	2	1	9	90	18
23	Rizki Nur Karisma	2	2	2	2	1	9	90	18
24	Tegar D. Laksono	2	2	2	2	1	9	90	18
25	Yukta Natasya	2	2	2	2	2	10	100	20
26	Yuniar Hapsari	2	2	2	2	2	10	100	20
27	Yusuf Kurniawan	2	2	2	1	2	9	90	18
28	Mutiara Cesarani P	2	2	2	2	1	9	90	18
Nilai Tertinggi								100	
Nilai Terendah								70	
Nilai Rata-rata								87.50	
Nilai KKM								75	
Tuntas KKM								25	89.29 %
Belum Tuntas KKM								3	10.71 %

4. Lembar Rekapitulasi Nilai Siklus II

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Nilai	Ketuntasan KKM	Kriteria KKM
		Kog	Afek	Psiko			
1	Tyas Wiwied U.	16	19	48	83	T	Sangat Baik
2	Agastya Heidar M.	14	16	44	74	BT	Baik
3	Ahmad Faisal M.	20	20	52	92	T	Sangat Baik
4	Aldi Maulana F.	18	19	52	89	T	Sangat Baik
5	Annisa Gatu N.	20	17	52	89	T	Sangat Baik
6	Ariva Winda A.	14	15	44	73	BT	Baik
7	Aulia Adhi R.	18	19	52	89	T	Sangat Baik
8	Beno Diva Satria	16	17	56	89	T	Sangat Baik
9	Dwiatma Tabah K.	18	19	48	85	T	Sangat Baik
10	Dwi Listiani	18	17	44	79	T	Baik
11	Fadhil Al-Aqib	18	20	56	94	T	Sangat Baik
12	Faris Mustafa	16	19	52	87	T	Sangat Baik
13	Febby Nurmala	14	16	44	74	BT	Baik
14	Hatma Atmin M.	16	19	56	91	T	Sangat Baik
15	Jasinda Carolin	20	17	44	81	T	Sangat Baik
16	Marcelina Artanti	18	17	48	83	T	Sangat Baik
17	Monika Reka M.	16	19	48	83	T	Sangat Baik
18	M. Novan R.	20	19	52	91	T	Sangat Baik
19	Nirmala Angelica	16	17	44	77	T	Baik
20	Riski Bagus S.	16	19	52	87	T	Sangat Baik
21	Riyan Bagaskoro	18	20	56	94	T	Sangat Baik
22	Rizky Maulana	18	19	52	89	T	Sangat Baik
23	Rizki Nur Karisma	18	17	56	91	T	Sangat Baik
24	Tegar D. Laksono	18	19	56	93	T	Sangat Baik
25	Yukta Natasya	20	17	48	85	T	Sangat Baik
26	Yuniar Hapsari	20	19	48	87	T	Sangat Baik
27	Yusuf Kurniawan	18	17	52	87	T	Sangat Baik
28	Mutiara Cesarani P	18	17	48	83	T	Sangat Baik
Nilai Tertinggi					94		
Nilai Terendah					73		
Nilai Rata-rata					85.64		
Nilai KKM					75		
Tuntas KKM						25	89.29 %
Belum Tuntas KKM						3	10.71 %

Tabel Rekap Nilai

Nilai	Ketuntasan KKM	Kriteria
< 50	Belum Tuntas	Tidak Baik
50 - 60	Belum Tuntas	Kurang Baik
61 - 70	Belum Tuntas	Cukup Baik
71 - 74	Belum Tuntas	Baik
75 - 80	Tuntas	
> 81	Tuntas	Sangat Baik

CATATAN:

- ✎ *Jika nilai siswa kurang dari nilai KKM, maka siswa tersebut dinyatakan belum tuntas.*
- ✎ *Jika nilai siswa sama atau lebih dari KKM, maka siswa tersebut dinyatakan tuntas.*

Mengetahui
Kepala Sekolah



R. K. U. N., S.Pd

NIP. 19660308 199201 1 001

Batang, Mei 2013
Guru Mapel PJOK.

IKA RESTY NOFYANI



FORMULIR

FM-06-AKD-24/rev.01

LAPORAN SELESAI BIMBINGAN SKRIPSI /

UNIVERSITAS
NEGERI SEMARANG

TUGAS AKHIR

Yth. Ketua Jurusan Jasmani Kes. & Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang
Yang bertanda tangan di bawah

1. Nama : Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.
NIP : 196510201991031002
Pangkat/Golongan : III/d - Penata Tk. I
Jabatan Akademik : Lektor Kepala
Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Agus Pujiyanto, S.Pd.,M.Pd.
NIP : 197302022006041001
Pangkat/Golongan : III/b - Penata Muda Tk. I
Jabatan Akademik : Asisten Ahli
Sebagai Pembimbing II

Melaporkan bahwa penyusunan skripsi/Tugas Akhir oleh mahasiswa:

Nama : IKA RESTY NOFIYANI
NIM : 6101911174
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Topik : MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SEPAK BOLA MELALUI
MODIFIKASI GAWANG PANTUL PADA SISWA KELAS V SD
NEGERI PASEKARAN 01 KECAMATAN BATANG
KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN 2012/2013

telah selesai dan siap untuk diujikan.

Pembimbing I,

Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.
Pd.
NIP. 196510201991031002

Semarang, 01 Juli 2013

Pembimbing II,

Agus Pujiyanto, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 197302022006041001



6101911174



FORMULIR

FM-04-AKD-24/rev.01

PEMBIMBINGAN PENULISAN

UNIVERSITAS
NEGERI SEMARANG

SKRIPSI

Nama : IKA RESTY NOFIYANI
 NIM : 6101911174
 Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
 Topik Skripsi : MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SEPAK BOLA MELALUI MODIFIKASI GAWANG PANTUL PADA SISWA KELAS V SD NEGERI PASEKARAN 01 KECAMATAN BATANG KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN 2012/2013
 Pembimbing I (P1) : Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.
 Pembimbing II (P2) : Agus Pujianto, S.Pd.,M.Pd.

No.	TGL	TOPIK/BAB	SARAN	P1	P2
1	2013-05-24	Proposal penelitian	buat rancangan tindakan dan instrumen	SDH	-
2	2013-05-27	Proposal penelitian	latar belakang diperbaiki, draf permainan segera dibuat	-	SDH
3	2013-05-28	Proposal penelitian ke 2	modifikasi diperbaiki, instrumen segera disusun	-	SDH
4	2013-05-27	Proposal penelitian ke 2	perbaiki instrumen dan rancangan	SDH	-
5	2013-05-30	Instrumen Penelitian	perbaiki instrumen dan selesaikan proposal	SDH	-
6	2013-05-29	Instrumen Penelitian	instrumen penelitian diperbaiki, ranah afektif dan psikomotor pakai lembar pengamatan	-	SDH
7	2013-06-01	Bimbingan Penelitian Siklus 1	silakan uji skala kecil	SDH	-
8	2013-06-03	Bimbingan Penelitian Siklus 1	analisis siklus 1, buat perencanaan siklus 2	-	SDH
9	2013-06-08	Revisi hasil penelitian siklus 1	silakan siklus besar	SDH	-
10	2013-06-12	Revisi hasil penelitian siklus 1	analisis data penelitian, buat laporan lengkap	-	SDH
11	2013-06-10	Penelitian Siklus 2	olah data dan segera buat laporan	SDH	-
12	2013-06-17	Penelitian siklus 2	pembahasan hasil penelitian diperbaiki	-	SDH
13	2013-06-16	Laporan hasil siklus 2	ok silakan olah data dan buat laporan	SDH	-
14	2013-06-19	Laporan hasil siklus 2	hasil analisis siklus dua dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan	-	SDH
	2013-06-25	Pelaporan hasil skripsi	sari dan latar belakang diperbaiki	SDH	-
	2013-06-28	Pelaporan hasil skripsi	daftar pustaka dilengkapi	-	SDH



PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
 DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
 UPTDISDIKPORa KECAMATAN BATANG
SEKOLAH DASAR NEGERI PASEKARAN 01
 Alamat : Jl. Pemuda No 174 Telp. (0285) 4494334 Batang KP : 51224

SURAT KETERANGAN

No. 425 / 42 /2013

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang, menerangkan bahwa:

Nama : IKA RESTY NOFIYANI
 NIM : 6101911174
 Program studi : Strata I (S-1) PJKR
 Fakultas : Ilmu Keolahragaan
 Mahasiswa : UNNES Semarang

Benar-benar telah melakukan penelitian di SD Negeri Pasekaran 01 pada Hari Sabtu tanggal 25 Mei 2013 dan pada hari sabtu tanggal 1 Juni 2013.

Surat keterangan ini kami berikan untuk kelengkapan membuat skripsi yang berjudul: ***“Meningkatkan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Modifikasi Gawang Pantul Pada Siswa Kelas V SD N Pasekaran 01 Kecamatan Batang Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013”***.

Kemudian kepada yang berkepentingan untuk dijadikan periksa dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Batang, 5 Juni 2013

Kepala SD Pasekaran 01



NIP. 196609081992011001

FOTO DOKUMENTASI

Lapangan Sepak Bola gawang pantul



Berdo'a sebelum kegiatan dimulai



Presensi siswa



Pemanasan



Lingkar Bola



Passing Bola Berpasangan



Menggiring bola zig zag



Demonstrasi teknik passing bola



Sepak Bola Gawang Pantul Siklus I Pa



Sepak Bola Gawang Pantul Siklus I Pi



Sepak Bola Gawang Pantul Siklus II putra



Sepak Bola Gawang Pantul Siklus II putri



Pendinginan



Foto Bersama Setelah Pembelajaran Selesai