



**MENINGKATKAN PEMBELAJARAN *PASSING* SEPAKBOLA  
MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN *CROSSBAR COLOUR*  
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KERTAYASA 02  
KECAMATAN KRAMAT KABUPATEN TEGAL  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata 1  
Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang

**UNNES**  
Oleh  
**FERY ARDIANTO**  
6102914012

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2016**

## ABSTRAK

Fery Ardianto.2016. **“Meningkatkan Pembelajaran *Passing* Sepakbola Melalui Modifikasi Permainan *Crossbar Colour* Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016”** Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.Pembimbing Drs.Cahyo Yuwono,M.Pd dan Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd.

Kata Kunci: Hasil Belajar,Teknik Dasar *Passing* pada sepakbola, Permainan *Crossbar Colour*.

Latar belakang penulisan skripsi ini adalah tidak tercapainya hasil pembelajaran *passing* pada sepakbola karena siswa tidak bersungguh-sungguh dan kurang antusias dalam mempelajari teknik dasar *passing* pada sepakbola. Permasalahan yang menjadi perhatian dalam penelitian ini adalah bagaimana meningkatkan hasil pembelajaran *passing* sepakbola melalui permainan *crossbar colour* pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun 2015/2016. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *passing* sepakbola melalui modifikasi permainan *crossbar colour* pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Tahun 2015/2016 dilihat dari aspek psikomotor,afektif dan kognitif.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), sumber data dalam penelitian ini seluruh siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 yang berjumlah 28 siswa yang terdiri atas 17 siswa laki-laki dan 11 siswa putri. Obyek penelitian ini adalah pembelajaran teknik dasar *passing* sepakbola melalui modifikasi permainan *crossbar colour*. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi pelaksanaan pembelajaran, lembar hasil belajar, dan tes unjuk kerja siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, Hasil penelitian pada kondisi awal siswa yang memperoleh nilai KKM hanya 12 siswa (42,86%) setelah dilakukan penilaian tindakan kelas dengan penerapan pendekatan metode modifikasi permainan *crossbar colour* meningkat menjadi 24 siswa (85,71%). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan metode bermain *crossbar colour* berhasil meningkatkan hasil pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Tahun Pelajaran 2015/2016 materi *passing* pada sepakbola.

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* sepakbola melalui modifikasi permainan *crossbar colour* mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa mengalami peningkatan. Saran dari peneliti bagi guru harus bisa lebih kreatif dalam menciptakan metode pembelajaran yang sederhana dan mudah dipahami siswa,bisa, bagi sekolah hendaknya mendukung kegiatan pembelajaran dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, sehingga mutu pendidikan dapat di tingkatkan sesuai dengan standar kompetensi sekolah.

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fery Ardianto  
NIM : 6102914012  
Jurusan/Program Studi : Jasmani Kes. & Rekreasi/ Pendidikan Jasmani,  
Kesehatan dan Rekreasi.

menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“MENINGKATKAN PEMBELAJARAN PASSING SEPAKBOLA MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN CROSSBAR COLOUR PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KERTAYASA 02 KECAMATAN KRAMAT KABUPATEN TEGAL 2015/2016”** ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Semarang, Mei 2016

Mahasiswa



Fery Ardianto

NIM. 6102914012

## PERESETUJUAN

Skripsi ini telah di setujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi pada:

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I

Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd  
NIP. 196204251986011001

Pembimbing II

Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd  
NIP. 197609052008121001

# UNNES

Mengetahui,  
Ketua Jurusan PJKR



10/5 2016

Drs. Mujiyo Hartono, M.Pd  
NIP. 196109031988031002


## PENGESAHAN

Skripsi atas nama FERY ARDIANTO NIM. 6102914012 Program Studi Pendidikan Jasmani Kes. & Rekreasi/PJKR Judul " Meningkatkan Pembelajaran *Passing* Sepakbola Melalui Modifikasi Permainan *Crossbar Colour* Pada Siswa Kelas V SD N Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016 ", telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Sabtu tanggal 28 Mei 2016.

Panitia Ujian

Ketua  
  
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd  
NIP. 196103201984 03 2001

Sekretaris

  
PANITIA UJIAN SKRIPSI  
JURUSAN PJKR - FK  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
Andry Akhiruyanto, S.Pd, M.Pd  
NIP. 1981011292003 12 1002

Dewan Penguji

1. Dr. Heny Setyawati, M.Si (ketua)  
NIP. 196706101992 03 2001

2. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd(Anggota)  
NIP. 196204251986 01 1001

3. Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd(Anggota)  
NIP. 197609052008 12 1001

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO:

Hai orang-orang yang beriman bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (Di perbatasan negerimu) dan bertawakalah supaya kamu beruntung

( Qs Al-Bashri )

### PERSEMBAHAN:

Teriring syukurku padaMu, kupersembahkan karya ini untuk :

1. Kedua orang tua ku tercinta,

Terima kasih yang sedalam-dalamnya untuk Ibunda Ibu Jaodah dan Ayahanda Tulab atas do'a nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

2. Terima kasih yang setulus-tulusnya untuk istriku tercinta Mey Teguh Ekowati, dan anaku tersayang Azfar AUFANADIF A, yang telah memberikan semangat dan doa.

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dengan judul “Meningkatkan pembelajaran *passing* sepakbola melalui modifikasi permainan crossbar colour pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016”.

Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan S-1 pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari tanpa bantuan, dorongan dan bimbingan dari semua pihak tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu dengan rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
3. Ketua Jurusan PJKR Universitas Negeri Semarang.
4. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd dan Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd, selaku dosen pembimbing yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak dan Ibu dosen Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan.

6. Budi Raharjo, S.Pd.SD selaku Kepala Sekolah SD Negeri Kertayasa 02 yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
7. Dewan Guru SD Negeri Kertayasa 02 beserta stafnya atas bantuannya dalam pelaksanaan penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga semua pihak yang telah dengan tulus memberikan bantuannya, senantiasa mendapatkan imbalan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, maka untuk kesempurnaannya saran dan kritik sangat penulis harapkan.

Semarang, Mei 2016

Penulis

Fery Ardianto



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| <b>JUDUL</b> .....                                 | i    |
| <b>ABSTRAK</b> .....                               | ii   |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....                     | iii  |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....                    | iv   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....                     | v    |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....                 | vi   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                        | vii  |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                            | ix   |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                          | xi   |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                         | xii  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                       | xiii |
| <br>   |      |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                           |      |
| 1.1 Latar Belakang Masalah .....                   | 1    |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....                     | 7    |
| 1.3 Pembatasan Masalah .....                       | 8    |
| 1.4 Rumusan Masalah .....                          | 8    |
| 1.5 Tujuan Penelitian .....                        | 9    |
| 1.6 Manfaat Penelitian .....                       | 9    |
| <br>   |      |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>                       |      |
| 2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....            | 11   |
| 2.2 Tujuan Pendidikan .....                        | 12   |
| 2.3 Permainan dalam Pendidikan Jasmani .....       | 13   |
| 2.4 Modifikasi dalam Pembelajaran Jasmani .....    | 14   |
| 2.5 Ketrampilan Mengadakan Variasi .....           | 14   |
| 2.6 Permainan Sepakbola .....                      | 15   |
| 2.1.6.1 Peraturan Permainan Sepakbola .....        | 16   |
| 2.1.6.2 Modifikasi dalam Pembelajaran Penjas ..... | 23   |

|   |    |
|---|----|
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>                    |    |
| 3.1 Subjek Penelitian .....                         | 26 |
| 3.2 Objek Penelitian .....                          | 27 |
| 3.3 Waktu Penelitian .....                          | 27 |
| 3.4 Lokasi Penelitian .....                         | 27 |
| 3.5 Prosedur Penelitian Tindakan Kelas.....         | 27 |
| 3.6 Teknik Pengumpulan Data .....                   | 32 |
| 3.7 Instrumen Pengumpulan Data .....                | 32 |
| <br>  |    |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> ..... | 38 |
| 4.1 Hasil Observasi Kondisi Awal .....              | 38 |
| 4.2 Hasil Penelitian.....                           | 32 |
| 4.2.1 Data Awal .....                               | 32 |
| 4.2.2 Siklus I .....                                | 41 |
| 4.2.3 Siklus II .....                               | 50 |
| 4.3 Pembahasan.....                                 | 59 |
| <br>  |    |
| <b>BAB V PENUTUP</b> .....                          | 63 |
| 5.1 Simpulan .....                                  | 63 |
| 5.2 Saran .....                                     | 63 |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....                         | 64 |
| <b>LAMPIRAN</b> .....                               | 65 |



## DAFTAR TABEL

| Tabel   | Halaman |
|---|---------|
| 1. Observasi Teknik .....   | 32      |
| 2. Instrumen Observasi Model .....  | 33      |
| 3. Instrumen Penilaian Afektif .....  | 34      |
| 4. Instrumen Penilaian Psikomotor .....                                     | 34      |
| 5. Nilai Siswa Pada Kondisi Awal .....                                      | 37      |
| 6. Klasifikasi Nilai Siswa pada Kondisi Awal .....                          | 38      |
| 7. Ketuntasan Nilai Siswa pada Kondisi Awal .....                           | 39      |
| 8. Nilai Siswa pada Siklus I .....  | 43      |
| 9. Klasifikasi Nilai Siswa pada Siklus I .....                              | 44      |
| 10. Ketuntasan Nilai Siswa pada Siklus I .....                              | 45      |
| 11. Perbandingan Nilai Siswa pada Kondisi Awal dan Siklus I .....           | 46      |
| 11. Nilai Siswa Pada Siklus II .....  | 52      |
| 12. Klasifikasi Nilai Siswa pada Siklus II .....                            | 53      |
| 13. Ketuntasan Nilai Siswa pada Siklus II .....                             | 54      |
| 14. Perbandingan Nilai Siswa pada Kondisi Awal Siklus I Dan Siklus II ..... | 55      |
| 15. Perbandingan Ketuntasan Nilai Kondisi Awal Siklus I Dan Siklus II ..... | 57      |



## DAFTAR GAMBAR

| Gambar   | Halaman |
|--|---------|
| 1. Teknik <i>Passing</i> Pada SepakBola .....                              | 21      |
| 2. Alat Permainan Crossbar Colour .....                                    | 24      |
| 3. Desain PTK dalam Pendidikan Jasmani .....                               | 27      |
| 4. Grafik Klasifikasi Nilai pada Kondisi Awal .....                        | 39      |
| 5. Grafik Klasifikasi Nilai pada Kondisi Awal .....                        | 39      |
| 6. Grafik Ketuntasan Nilai pada Kondisi Awal .....                         | 40      |
| 7. Grafik Ketuntasan Nilai pada Siklus I .....                             | 46      |
| 8. Grafik Perbandingan Nilai pada Kondisi Awal dan Siklus I .....          | 47      |
| 9. Grafik Perbandingan Ketuntasan Nilai pada Kondisi Awal dan Siklus I ..  | 48      |
| 10. Grafik Klasifikasi Nilai Siswa Siklus II .....                         | 54      |
| 11. Grafik Keuntasan Nilai Siswa Siklus II .....                           | 55      |
| 12. Grafik Perbandingan Nilai Siswa Kondisi Awal, Siklus I,Siklus II ..... | 56      |
| 13. Grafik Ketuntasan Nilai Siswa Kondisi,Awal Siklus I,Siklus II .....    | 58      |



## DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran   | Halaman |
|--|---------|
| 1. Surat Penetapan Dosen Pembimbing .....                              | 60      |
| 2. Surat Ijin Penelitian .....   | 61      |
| 3. Surat Keterangan Penelitian .....                                   | 62      |
| 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I .....               | 63      |
| 5. Lembar Penilaian Afektif, Kognitif, Psikomotor Siswa Siklus I ..... | 65      |
| 6. Lembar Penilaian Hasil Belajar Siklus I .....                       | 65      |
| 7. Lembar Observasi Siswa Siklus I .....                               | 69      |
| 8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II .....              | 70      |
| 9. Lembar Penilaian Psikomotor Siswa Siklus II .....                   | 75      |
| 10. Lembar Penilaian Afektif Siswa Siklus II .....                     | 76      |
| 11. Lembar Penilaian Kognitif Siswa Siklus II .....                    | 77      |
| 12. Lembar Penilaian Hasil Belajar Siklus II .....                     | 78      |
| 13. Lembar Observasi Guru Siklus II .....                              | 80      |
| 14. Lembar Observasi Siswa Siklus II .....                             | 82      |
| 15. Dokumentasi Foto .....   | 84      |



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran penting bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa. Mata pelajaran pendidikan jasmani paling disukai hampir diseluruh siswa, baik pada sekolah dasar (SD), SLTP, maupun SLTA. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani menyajikan materi ajar melalui permainan, atau gerak lainnya, hal ini akan merangsang gerakan siswa secara efisien yang berguna dalam penguasaan ketrampilan dasar seperti lari, lompat dan lempar serta ketrampilan lain seperti senam maupun renang. Semua itu dapat di gunakan dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan jasmani menanamkan kegemaran berolahraga dan memberikan ketrampilan dasar yang dapat dikembangkan untuk olahraga. Olahraga merupakan salah satu bagian kegiatan yang sangat penting bagi kehidupan manusia, karena dengan berolahraga memerlukan aktivitas fisik yang berfungsi diantaranya menaikkan denyut nadi, jantung, tekanan darah dan aliran darah akan naik, jumlah pernafasan permenit akan bertambah, konsumsi oksigen akan naik berkeringat banyak, menaikkan suhu badan dan pembuluh darah serta otot akan mengembang. Selain itu kegiatan olahraga dapat membantu kesinambungan proses pertumbuhan dan perkembangan anak.

Melakukan kegiatan olahraga yang teratur dapat menyebabkan perbaikan kesegaran jasmani, yaitu kemampuan badan dapat berfungsi pada efisien yang

optimal dalam melakukan tugas sehari-hari, dan memberikan manfaat yang sangat berguna bagi kebaikan pada tubuh manusia. Alangkah baiknya apabila olahraga atau latihan fisik dapat dilakukan sejak usia dini, karena dengan melakukan kegiatan olahraga sejak usia dini akan menanamkan sifat disiplin, sportif yang tinggi dan menumbuh kembangkan fisik, mental, jiwa sosial yang sehat dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas.

Dari pendidikan secara keseluruhan Pendidikan jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang di ajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu di arahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan adalah suatu proses pendidikan yang diarahkan untuk mendorong, membimbing, mengembangkan, dan membina

kemampuan jasmani dan rohani serta kesehatan siswa dan lingkungan hidupnya, agar tumbuh dan berkembang jasmani dan rohani serta kesehatan siswa dan lingkungan hidupnya agar tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal sehingga mampu melaksanakan tugas bagi dirinya dan pengembangan bangsa (Subagiyo, 2008:114).

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, ketrampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

1. Mengembangkan ketrampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.



5. Mengembangkan sikap positif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis.
6. Mengembangkan ketrampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut :

1. permainan dan olahraga meliputi : olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, ketrampilan lokomotor-non lokomotor, manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan bela diri, serta aktivitas lainnya.
2. aktivitas pengembangan meliputi : mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya
3. Aktivitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya
4. Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, senam aerobik serta aktivitas lainnya
5. Aktivitas air meliputi : permainan di air, keselamatan di air, ketrampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya
6. Pendidikan luar kelas meliputi : piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung

7. Kesehatan meliputi : penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Salah satu pembelajaran di sekolah SD Negeri Kertayasa 02, baik siswa laki-laki maupun perempuan, yang banyak digemari adalah penjasorkes, siswa sangat bersemangat dan antusias karena siswa dapat bergerak bebas. Dari beberapa materi pokok penjasorkes yang diajarkan, siswa sangat senang apabila pada pembelajaran penjasorkes melakukan materi permainan, terutama pada permainan bola besar, Sedangkan permainan bola besar yang diajarkan pada sekolah dasar antara lain: bolavoli, bolabasket dan sepakbola. yaitu permainan sepakbola, tetapi dalam pembelajaran ini siswa diharapkan dapat mempraktikkan gerak dasar pada permainan sepak bola.

Pada Silabus PenjasOrkes Kelas V Semester II, pada materi permainan sepakbola dijelaskan bahwa Standar Kompetensinya: Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sedangkan Kompetensi Dasarnya: Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar serta nilai kerjasama, sportivitas dan kejujuran, (Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Jateng, 2007: 47)

Pengamatan terhadap proses pembelajaran permainan sepak bola di SD Negeri Kertayasa 02, menunjukkan bahwa banyak ditemukan permasalahan-permasalahan yang terjadi sehingga menyebabkan rendahnya hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes khususnya pada materi *passing* dalam permainan sepak bola, sehingga harus segera diatasi agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

Ada beberapa permasalahan di SD Negeri Kertayasa 02, didalam proses pembelajaran *passing* dalam permainan sepakbola, diantaranya :

- 1) Pada kondisi awal Dari 28 siswa hanya 12 siswa yang tuntas dan 16 siswa yang tidak tuntas mencapai KKM dan mayoritas siswa belum mencapai KKM, Hasil belajar siswa yang masih banyak berada dibawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu dengan nilai 75, Seperti pada kompetensi dasar siswa dapat mempraktikan gerak dasar jadi pada materi ini di harapkan siswa dapat melakukan gerak dasar pada permainan sepakbola seperti *passing*.
- 2) Siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mempraktikan teknik dasar *passing* pada permainan sepakbola, karena siswa lebih senang langsung melakukan permainan sepak bola, dari pada melakukan teknik dasar terlebih dahulu, sehingga mempengaruhi hasil pembelajaran.
- 3) Minimnya sarana dan prasarana sehingga pembelajaran kurang efektif, seperti bola yang jumlahnya 1 dan lapangan sepakbola yang tidak sesuai, karena tanahnya yang tidak rata dan belum mempunyai mistar gawang mini.

Oleh karena itu, dalam mengajarkan teknik dan ketrampilan gerak dasar olahraga pada siswa dibutuhkan suatu metode pembelajaran yang dapat

meningkatkan keaktifan seluruh siswa dalam mengikuti pembelajaran, siswa harus aktif secara keseluruhan dalam menerima materi, terlebih materi adalah teknik dasar cabang olahraga. Sebagai seorang guru pendidikan jasmani hendaknya dapat menerapkan model-model pembelajaran yang mengaktifkan seluruh siswa dan siswa merasa senang.

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti ingin menguji ke efektifan pembelajaran *passing* melalui modifikasi permainan *crossbar colour*. Metode permainan *crossbar colour* yaitu, suatu pendekatan pembelajaran menggunakan metode modifikasi permainan agar menarik, tanpa menghilangkan inti dari pembelajaran *passing* dalam permainan sepakbola. Oleh karena itu penulis memilih judul “ Meningkatkan Pembelajaran *Passing* Sepakbola Melalui Modifikasi Permainan *Crossbar Colour* Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016 “

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi bahwa rendahnya aktifitas siswa dalam pelaksanaan pembelajaran *passing* sepakbola disebabkan karena metode yang diterapkan masih konvensional sehingga siswa cenderung bosan dan kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran dan berakibat pada hasil pembelajaran yang diperoleh siswa.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah tersebut di atas, peneliti membatasi masalah pada upaya meningkatkan hasil pembelajaran *passing* sepakbola melalui permainan *crossbar colour* pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kabupaten Tegal.

#### 1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah

1. Apakah dengan metode Permainan *Crossbar Colour* dapat meningkatkan kemampuan teknik passing sepakbola pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kabupaten Tegal?
2. Apakah upaya peningkatan materi *passing* sepakbola dengan metode Permainan *Crossbar Colour* dapat meningkatkan afektif kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kabupaten Tegal?
3. Apakah upaya peningkatan materi passing sepakbola dengan metode Permainan *Crossbar Colour* dapat meningkatkan kognitif pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kabupaten Tegal?
4. Apakah upaya peningkatan materi passing sepakbola dengan metode Permainan *Crossbar Colour* dapat meningkatkan efektifitas pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa Kabupaten Tegal?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan Umum dan Tujuan Khusus

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari Penelitian Tindakan Kelas ini adalah untuk mengetahui sejauhmana permainan *Crossbar Colour* dapat meningkatkan efektivitas belajar *passing* sepakbola pada siswa kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal.

b. Tujuan Khusus

Sementara tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- 1) Untuk mengetahui aktivitas siswa dalam belajar passing sepakbola
- 2) Untuk mengetahui aktivitas guru dalam mengajar passing sepakbola
- 3) Untuk mengetahui hasil belajar *passing* sepakbola yang dilakukan siswa melalui permainan *Crossbar Colour*

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

- 1) Bagi siswa  
Siswa lebih partisipatif dalam proses pembelajaran passing sepakbola
- 2) Bagi guru  
Selain menambah pengalaman dalam penerapan metode belajar yang di modifikasi juga membuat pengajaran passing sepakbola menjadi lebih efektif
- 3) Bagi Guru PenjasOrkes  
Mencoba metode baru dalam pembelajaran passing sepakbola sehingga pembelajaran lebih variatif serta tidak monoton, dan bisa menjadi inspirasi pengetahuan untuk menemukan metode pembelajaran yang lainya dalam cabang penjas lainnya.
- 4) Bagi sekolah  
Adanya peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru, sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Nixom dan Cozens (1959) mengemukakan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar daripartisipasi dalam aktivitas tersebut. Volter dan Eslinger (Bucher, 1964) dalam Siti Safariatun (2008:1.4) Mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah Suatu *Phase* pendidikan melalui aktivitas fisik UNESCO yang tertera dalam *International Charte Of Physical Education* (1974) Mengemukakan Pendidikan jasmani adalah suatu Proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan ketrampilan dan kemampuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak.

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional (Toto Subroto, 2008:1.5).

Dalam Undang-undang No 20 Tahun 2003 dalam Sugiyono, (2012:42) tentang sistem Pendidikan nasional, pendidikan di artikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan

spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara.

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 (*sport*), *games*, bermain (*play*) dan segala aktivitas untuk mengembangkankualitas manusia melalui gerak.

## **2.2 Tujuan Pendidikan dari Pendidikan Jasmani**

Siti Safariatun (2008:1.11) Pendidikan jasmani adalah pergaulan pedagogik dalam dunia gerak dan penghayatan jasmani. Juga dikatakan bahwa guru pendidikan jasmani mencoba mencapai tujuannya dengan mengajarkan dan memajukan aktivitas-aktivitas jasmani. Dirjen Dikti mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Pendidikan jasmani juga bertujuan membantu siswa untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan perkembangan jasmani.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

1. Mengembangkan ketrampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.



2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap positif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis.
6. Mengembangkan ketrampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.

### **2.3 Permainan dalam Pendidikan Jasmani**

Dalam pendidikan jasmani, ketika tujuan dari permainan dikaitkan dengan tujuan peningkatan kualitas fisik dan motorik, permainan yang dimaksud tentu harus yang bercirikan aktivitas jasmani, yaitu gerak yang selalu melibatkan penggunaan kelompok otot besar dan memerlukan sejumlah besar energi untuk pergerakannya.

Pengkategorian, sangatlah tidak mungkin jika pendidikan jasmani mempunyai ciri unik mampu meningkatkan kebugaran jasmani dan ketrampilan motorik (kasar/olahraga), hanya berisi permainan-permainan yang sifatnya statis dan hanya melibatkan kelompok otot-otot halus. Meskipun permainan jenis ini tetap memiliki sifat yang mempunyai daya tarik menyenangkan dan menggembirakan, namun tidak semua dipandang memiliki manfaat yang baik untuk kepentingan pendidikan jasmani

Permainan dikemukakan oleh Katzenbognner dan Medler (1996) dalam Agus Mahendra (2008:1.8) tidak saja berisikan unsur bermain yang mengandung unsur kesenangan, tetapi juga memiliki unsur keseriusan, disiplin, dan kompetisi.

Penerapannya dalam penjas tetap harus mengandung unsur keseriusan dan disiplin serta kompetisi, tanpa kehilangan unsur bermainnya.

#### **2.4 Modifikasi dalam Pembelajaran Jasmani**

Modifikasi artinya adalah merencanakan sesuatu agar lebih sederhana, lebih mudah, lebih efektif dan lebih efisien dalam pelaksanaannya. Berbagai hal yang dapat dimodifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di antaranya, aturan mainnya, waktu mainnya, gerakannya, jumlah pemainnya, sarana dan prasarannya. Memodifikasi sarana prasarana merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani agar pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa (Siti Safariatun, 2008:4.15).

Lutan ( dalam Siti Safariatun, 2008:4.15) mengatakan modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar:

- 1) Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran;
- 2) Siswa meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berprestasi;
- 3) Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

#### **2.5 Keterampilan Mengadakan Variasi**

Modifikasi artinya adalah merencanakan sesuatu agar lebih sederhana, lebih mudah, lebih efektif dan lebih efisien dalam pelaksanaannya. Berbagai hal yang dapat dimodifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di antaranya, aturan mainnya, waktu mainnya, gerakannya, jumlah pemainnya, sarana dan prasarannya. Memodifikasi sarana prasarana merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani agar pembelajaran pendidikan jasmani

dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa (Siti Safariatun, 2008:4.15).

Lutan ( dalam Siti Safariatun, 2008:4.15) mengatakan modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar:

- 4) Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran;
- 5) Siswa meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berprestasi;
- 6) Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

## **2.6 Permainan Sepakbola**

Bangsa Indian Kuno di benua Amerika, mereka sudah lama mempunyai kebiasaan untuk melakukan permainan yang dilakukan oleh banyak orang dan dalam permainan tersebut menggunakan objek berupa benda yang terbuat dari bahan getah karet untuk disepak atau ditendang. Sedangkan di Asia, bangsa Cina dan Jepang Kuno juga sudah lama para biksu–biksu menggunakan media bola yang terbuat dari bahan karet sebagai salah satu perlengkapan ritual kepercayaannya.

Di Eropa bangsa Romawi juga sudah lama mengenal permainan menendang atau menyepak suatu media/benda berbentuk bulat. Di mana pada saat mengisi waktu luang, para tentara Romawi bermaian saling berebut menendang/menyepak tengkorak kepala manusia dari musuhnya yang sudah dibunuh. Pada perkembangannya, objek tengkorak diganti dengan benda yang dapat difungsikan menjadi bola dan tidak merusak kaki. Baru pada abad ke- 19. Di Inggris, para kalangan muda terpelajar di sekolah dan universitas seperti Universitas Cambridge London memperkenalkan

permainan sepakbola dengan menggunakan format dan peraturan sepakbola modern seperti sekarang ini (Agus Salim, 2007: 11 – 14). Pada tanggal 26 Oktober 1863 didirikan badan resmi sepakbola dengan nama The Football Association (FA) di kota Cambridge Inggris. Sedangkan pada tanggal 21 Mei 1905 atas inisiatif Guirin dari Perancis dibentuk Federation International The Football Association (FIFA) dimana tujuh negara sponsor sekaligus anggota pertamanya adalah Perancis, Belgia, Belanda, Denmark, Spanyol, Swedia dan Swiss. Kemudian FIFA pada tahun 1930 menyelenggarakan kejuaraan sepakbola dunia untuk yang pertama kali, yang diselenggarakan di Uruguay dan sekaligus menjadi juara kejuaraan sepakbola untuk yang pertama. Selanjutnya kejuaraan sepakbola dunia dikenal dengan sebutan World Cup yang diselenggarakan setiap 4 tahun sekali.

#### **2.1.6.1 Peraturan Permainan Sepakbola**

Peraturan permainan sepak bola adalah:

##### **a. Lapangan Permainan**

- a) Panjang lapangan : 100 – 110 meter
- b) Lebar lapangan : 64 -75 meter
- c) Jari-jari lingkaran tengah : 9,15 meter
- d) Luas daerah gawang : 18,35 x 5,5 meter
- e) Luas daerah tendangan hukuman : 40,35 x 16,54 meter
- f) Jarak titik tendangan pinalti : 11 meter
- g) Tinggi gawang : 2,44 meter
- h) Lebar gawang : 7,32 meter
- i) Diameter tiang dan palang gawang : 12 meter

## **b. Bola**

- a. Bola terbuat dari : kulit atau bahan sejenisnya
- b. Berat bola : 396 gram–453 gram atau 14-16 ons
- c. Bentuk bola : bulat
- d. Keliling bola lingkaran : 68-71 cm atau 27-28 inch

## **c. Sanksi dan Pelanggaran**

### a) Offside

Jika seseorang pemain berada dekat dengan garis gawang daripada bola saat bola dimainkan, pemain mendapatkan sanksi berupa tendangan bebas langsung atau tidak langsung oleh regu lawan.

### b) Tendangan Pinalti

Tendangan ini terjadi jika ada pelanggaran oleh pemain di dalam daerah pinalti, pemain regu lawan berhak mendapatkan tendangan pinalti.

### c) Peringatan

Kartu kuning digunakan untuk memperingatkan pemain jika melakukan pelanggaran dan kartu merah digunakan untuk menandakan pemain telah dikeluarkan dari permainan jika pemain bersalah.

## **d. Teknik Dasar dalam Permainan Sepakbola**

Seorang pemain sepakbola harus memiliki pengetahuan tentang aturan dan penguasaan teknik yang benar. Dengan penguasaan teknik benar, seorang pemain akan menghasilkan sebuah permainan yang baik dan indah. Teknik teknik dasar dalam sepakbola harus dimiliki oleh seorang pemain yang nantinya akan menunjang

permainan dalam sebuah tim, Menurut Sucipto dkk, (2000: 17 -36) beberapa teknik yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah:

a) Menendang (Kicking)

Menendang merupakan salah satu teknik permainan sepakbola yang paling dominan. Tujuan dari menendang bola adalah untuk mengumpan (passing), menembak ke gawang (Shooting at the goal), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (sweeping). Dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan beberapa macam, yaitu:

1. Menendang dengan kaki bagian dalam

Pada teknik ini, perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat ditengah bola.

2. Menendang dengan kaki bagian luar

Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki bagian luar dan tepat pada tengah-tengah bola, pada saat perkenaan dengan bola pergelangan kaki ditegakkan.

3. Menendang dengan punggung kaki

Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola, pada saat mengenai bola pergelangan kaki ditegakkan.

Menendang dengan punggung kaki bagian dalam

Perkenaan kaki pada bola tepat di punggung kaki bagian dalam dan tepat pada tengah bawah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegakkan.

b) Menghentikan Bola (Control/ Stopping)

Pada umumnya bagian tubuh yang digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah

- 1) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

Bagian yang digunakan untuk menghentikan bola adalah bagian dalam/ mata kaki

- 2) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Bagian kaki yang digunakan untuk menghentikan bola adalah bagian samping punggung kaki.

- 3) Menghentikan bola dengan punggung kaki

Bagian kaki yang digunakan untuk menghentikan bola adalah bagian punggung kaki penuh.

- 4) Menghentikan bola dengan telapak kaki

Menghentikan bola dengan telapak kaki atau dengan cara menginjak bola.

- 5) Menghentikan bola dengan paha

Dengan cara mengangkat paha saat bola datang, kemudian saat bola mengenai paha, paha direndahkan mengikuti arah bola.

- 6) Menghentikan bola dengan dada

Bola dibusungkan ke depan menghadap bola yang datang, pada saat bola mengenai dada, dada dilentingkan mengikuti arah bola.

- c) Menggiring Bola (Dribbling)

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan kaki yang dipergunakan untuk menendang bola, yaitu menggiring bola

menggunakan kaki bagian dalam, menggiring bola dengan kaki bagian luar, dan menggiring bola menggunakan punggung kaki.

d) Menyundul Bola (Heading)

Menyundul bola pada hakikatnya adalah memainkan bola dengan menggunakan kepala. Tujuan menyundul bola dalam permainan sepakbola adalah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan/membuang bola.

a) Merampas Bola (Tackling)

Merampas bola merupakan upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan. Merampas bola dapat dilakukan sambil berdiri (standing tackling) dan sambil meluncur (sliding tackling).

b) Lemparan ke dalam (Throw – in)

Lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik dalam permainan sepakbola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan. Selain mudah untuk memainkan bola, dari lemparan ke dalam off side tidak berlaku. Lemparan ke dalam dapat dilakukan dengan atau tanpa awalan, baik dengan posisi kaki sejajar maupun salah satu kaki ke depan.

Selain teknik di atas, terdapat teknik tanpa bola yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola, antara lain adalah :

a. Lari cepat dan mengubah arah

Ketrampilan berlari perlu dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Hal tersebut merupakan ketrampilan dasar tanpa bola yang harus sering dilatih. Kecepatan dan



kelincahan dapat dilatih dengan lari bolak balik (shuttle-run), lari belak-belok (zig-zag), dan jongkok-berdiri (squatthrust).

b. Melompat dan meloncat

Gerakan melompat dan meloncat digunakan ketika seorang pemain menghindari dari teckling dari lawan, maupun saat mengambil bola dengan sundulan.

c. Gerak tipu tanpa bola/gerak tipu badan

Gerakan ini berhubungan dengan kelincahan seorang pemain saat bergerak menempatkan posisi.

d. Gerakan untuk seorang penjaga gawang

Penjaga gawang harus memiliki kelincahan dalam bergerak saat mengantisipasi serangan lawan.

**e. Teknik Dasar Mengumpan Bola dalam Permainan Sepakbola**

Menendang merupakan salah satu teknik yang dominan dalam permainan sepakbola. Salah satu tujuan menendang dalam permainan sepakbola adalah untuk mengumpan (passing), (Sucipto dkk, 2000: 17). Tujuan utama dari mengumpan/passing adalah mengalirkan bola agar tercipta peluang untuk mencetak gol serta agar pemain lawan tidak mudah merebut penguasaan bola karena bola terjauhkan dari lawan dengan passing, Komarudin, (2011: 3). Adapun teknik mengumpan bola dapat dibagi menjadi tiga tahap sebagai berikut:

a. Tahap/Sikap Awal

1) Berdiri siap dengan menghadap sasaran di belakang bola.

2) Kaki tumpu berada di samping bola.

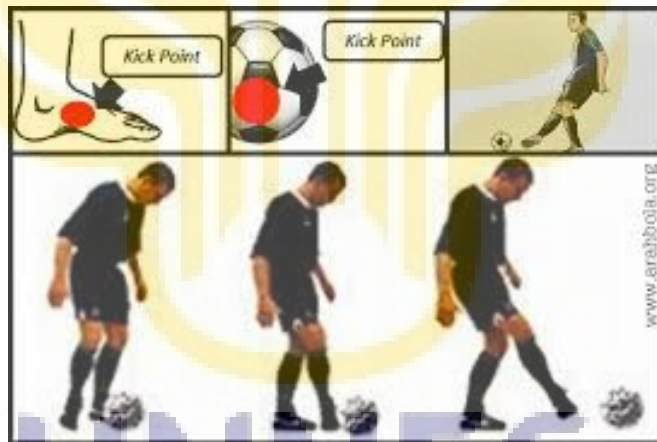
3) Kaki tendang berada di samping belakang bola, (Sucipto dkk, 2000:18).

b. Tahap/Sikap Inti

- 1) Kaki tumpu sedikit ditekuk.
- 2) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke bola.
- 3) Perkenaan kaki pada bola tepat pada depan mata kaki.
- 4) Perkenaan bola pada bagian tengah-tengah bola, (Sucipto dkk, 2000:18)

c. Tahap/Sikap Akhir

- 1) Gerak lanjut kaki tendang diangkat menghadap sasaran.
- 2) Pandangan mengikuti arah jalannya bola
- 3) Kedua lengan terbuka di samping badan, (Sucipto dkk, 2000: 18).



Gambar 2.1 Sikap dan Gerakan Passing Sepakbola

f. Teknik Dasar Menghentikan Bola dalam Permainan Sepakbola

Menghentikan bola salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang bertujuan untuk menerima bola (control), yang termasuk di dalamnya adalah untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk melakukan passing, (Sucipto dkk, 2000: 22). Adapun teknik dalam menghentikan bola dapat dibagi menjadi tiga tahap sebagai berikut:

a. Tahap/Sikap Awal

- 1) Posisi badan siap segaris dengan arah datangnya bola.
- 2) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- 3) Kaki penghenti sedikit kebelakang kaki tumpu, (Sucipto dkk, 2000:22).

b. Tahap/Sikap Inti

- 1) Kaki penghenti diangkat dan dijulurkan ke depan dengan kaki bagian dalam menghadap ke arah datangnya bola.
- 2) Bola menyentuh kaki pada bagian dalam/ depan mata kaki.
- 3) Kaki penghenti mengikuti arah bola.
- 4) Kaki penghenti bersama bola berhenti di bawah badan (terkuasai), (Sucipto dkk, 2000: 22).

c. Tahap/Sikap Akhir

- 1) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- 2) Kedua lengan dibuka menjaga keseimbangan.
- 3) Bola tidak memantul jauh dari kaki, (Sucipto dkk, 2000: 22).

**2.1.6.2 Modifikasi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Sebagai pendekatan pembelajaran, modifikasi untuk mengganti model pengajaran tradisional yang selama ini diterapkan. Pengajaran model ini sama dengan pengajaran efektif yang pada hakikatnya menolak pendekatan secara linier, rutin, dan monoton. Modifikasi dapat dilakukan pada alat, ukuran lapangan, aturan permainan dan sebagainya. Modifikasi artinya adalah merencanakan sesuatu agar lebih sederhana, lebih mudah, lebih efektif dan lebih efisien dalam pelaksanaannya. Berbagai hal yang dapat dimodifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di

antaranya, aturan mainnya, waktu mainnya, gerakannya, jumlah pemainnya, sarana dan prasarananya. Memodifikasi sarana prasarana merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani agar pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa (Siti Safariatun, 2008:4.15).

### **2.1.6.3 modifikasi permainan tradisional *Crossbar Colour***

Modifikasi permainan tradisional adalah untuk menarik minat siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, *Crossbar colour* adalah bahasa Inggris yang berasal dari kata *crossbar* adalah balok dan *colour* adalah warna jadi *crossbar colour* artinya balok warna, Permainan *crossbar colour* adalah permainan tradisional yang pada umumnya sering dimainkan di masyarakat yang dikenal dengan permainan *boy-boyan*, tetapi pada permainan yang biasanya pada permainan *boy-boy* menggunakan menggunakan bola kecil dengan menggunakan gerak lempar tangkap, pada permainan *crossbar colour* di ganti menggunakan bola sepak dan menggunakan kaki untuk melakukan gerak *passing* seperti pada sepakbola. Dan yang dimainkan dua regu yang jumlahnya 10 anak atau lebih, baik laki-laki atau perempuan. Alat menggunakan bola dan sebuah balok kayu yang ditumpuk seperti piramid, untuk ukuran lapangannya tidak ada ukuran yang baku hanya membutuhkan tempat yang luas.

Cara bermainnya: anak yang dibagi menjadi 2 regu, yaitu regu pemain dan regu penjaga, untuk regu pemain yang pertama menendang bola kesasaran sebuah balok kayu yang sudah ditata seperti piramid, kalau kena dan piramidnya

robok, regu pemain berusaha menatanya kembali, tetapi jangan sampai tersentuh bola yang tadi digunakan untuk meroboknya. Regu penjaga berusaha mengenai regu pemain dengan bola tetapi dengan menggunakan cara passing atau menendang bola. Regu penjaga pada saat mendapatkan bola tidak boleh berjalan atau berlari tetapi menggunakan passing ke teman lainnya sesama regu penjaga, apabila bola mengenai regu pemain, maka regu pemain berganti jadi regu penjaga, dan regu penjaga gantian menjadi regu pemain, kemudian permainan di mulai lagi, begitu terus selanjutnya.

Alat Permainan *Crossbar Colour*:

1. Bola Sepak
2. Peluit
3. Balok Kayu



**Gambar 2.2 Alat Permainan *Crossbar Colour***

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas dengan judul “Meningkatkan Pembelajaran Passing Sepakbola Melalui Modifikasi Permainan Crossbar Colour Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kertayasa 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016” menghasilkan kesimpulan sebagai berikut:

Pembelajaran *passing* pada sepakbola melalui modifikasi permainan *crossbar colour* memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat meningkatkan hasil pembelajaran baik dari segi afektif, kognitif, psikomotor siswa maupun keefektifan pembelajaran. Hal ini terlihat dari hasil prestasi belajar siswa yang diperoleh semakin meningkat. Dari 28 siswa, dengan kondisi awal siswa 42,86% dan siklus 1 67,86% meningkat di siklus 2 85,71%.

Pembelajaran *passing* pada sepak bola dengan menggunakan modifikasi permainan *crossbar colour* mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa.

#### 5.2 Saran

Dari hasil penelitian yang di peroleh dan uraian sebelumnya agar proses belajar lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa maka disampaikan saran sebagai berikut:

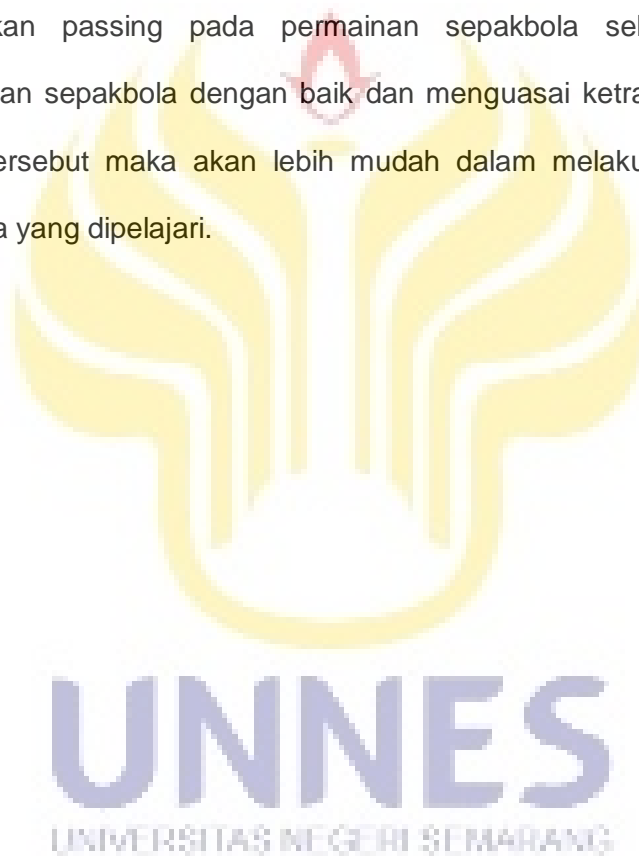
##### 1. Bagi Guru

Untuk melaksanakan pembelajaran memerlukan persiapan yang cukup matang, sehingga guru harus mampu menentukan atau memilih topik dan memodifikasi permainan ataupun alat agar tidak terkesan terlalu monoton

pada pembelajaran, yang benar-benar bisa di terapkan dalam proses belajar mengajar sehingga di peroleh hasil yang maksimal

## 2. Bagi Siswa

Setiap mengikuti kegiatan pembelajaran selalu menjaga ketertiban dan ketenangan. Semua cabang olahraga memiliki ketrampilan-ketrampilan dasar yang harus di kuasai. Sebagai contoh adalah: Siswa harus mampu melakukan passing pada permainan sepakbola sebelum memainkan permainan sepakbola dengan baik dan menguasai ketrampilan-ketrampilan dasar tersebut maka akan lebih mudah dalam melakukan suatu cabang olahraga yang dipelajari.



## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. 2010. Penelitian Tindakan Kelas. (dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olah raga). UPT Penerbit dan Percetakan UNS(UNS press).
- Agus Mahendra. 2008. Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Ali Maksum. 2008. Psikologi Olahraga. Penerbit UNESA.
- Edi Sih Miratmo.2010. Penjas Orkes Kelas IV. Jakarta: Pusat Pembakuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Hariato. 2011. Pengertian Model Pembelajaran. Online. <http://belajarpsikologi.com/pengertian-model-pembelajaran>(diakses 05/05/2013).
- Nurhasanah. 2008. Penilaian pembelajaran penjas. Jakarta: Universitas:Terbuka.
- Siti Safariatun. 2008. Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Toto Subroto. 2008. Strategi Pembelajaran Penjas. Jakarta. Universitas Tenbuka
- Zaenal Aqib,dkk. 2011. Penelitian Tindakan Kelas. Penerbit : CV. Yrama Widya

