



**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN  
SEPAK BOLA MELALUI PERMAINAN  
*PAK BO TANG* UNTUK SISWA  
SEKOLAH DASAR  
KELAS ATAS**

**SKRIPSI**

**diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang**

**Oleh**

**Rafi Bagus Daffa  
6102416031**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2020**

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini, Saya:

Nama : Rafi Bagus Daffa

NIM : 6102416031

Jurusan/Prodi : PJKR/PGPJSD

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan *Pak Bo Tang* Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, .....  
Yang menyatakan,



**Rafi Bagus Daffa**  
6102416031

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul :

Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan *Pak Bo Tang*  
Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas

Disusun oleh :

Nama : Rafi Bagus Daffa

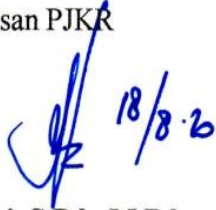
NIM : 6102416031

Jurusan/Prodi : PJKR/PGPJSD

Telah disahkan dan disetujui pada tanggal..... oleh :

Menyetujui,


Ketua Jurusan PJKR



**Dr. Rumini, S.Pd., M.Pd.**

NIP. 1970 0223 1995 12 2001

Pembimbing,



**Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.**

NIP. 1975 0825 2008 12 1001

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Rafi Bagus Daffa NIM 6102416031 Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Judul Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan *Pak Bo Tang* Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari kamis, tanggal 17 September 2020.

### Panitia Ujian

Ketua



**Prof. Dr. Tandiy Rahayu, M.Pd.**  
NIP. 1961 0320 1984 03 2001

Sekretaris

**Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.**  
NIP. 1965 1020 1991 03 1002

### Dewan Penguji

1. **Dr. Tri Rustiadi, M.Kes.**  
NIP. 1964 1023 1990 02 1001

(Penguji I)

2. **Martin Sudarmono, S.Pd., M.Pd.** (Penguji II)  
NIP. 1988 0318 2014 04 1001

3. **Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.**  
NIP. 1975 0825 2008 12 1001

(Penguji III)

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

1. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri (QS Ar-Ra'd ayat: 11).
2. Keberhasilan akan terasa manis ketika kita pernah merasakan pahitnya kegagalan (Rafi Bagus Daffa).

### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya tercinta, bapak Rohadi, S.Pd dan ibu Mahyumiati, Terima kasih atas segala semangat, dukungan, do'a, cinta dan kasih sayang, serta nasihatnya.
2. Kakak dan adik saya tersayang, Lafif Bagus Maulana dan Shynthia Rona Pitaloka.
3. Keluarga besar mbah Soewignyo dan mbah Buchori.

## ABSTRAK

Rafi Bagus Daffa. 2020. **Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan *Pak Bo Tang* Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas**. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi S1, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.

**Kata Kunci** : Pengembangan, Pembelajaran Sepak Bola, Permainan *Pak Bo Tang*.

Latar belakang dalam penelitian ini adalah kurang berkembangnya proses pembelajaran permainan bola besar khususnya permainan sepak bola di sekolah. Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimanakah pengembangan model pembelajaran sepak bola melalui permainan *Pak Bo Tang* untuk siswa sekolah dasar kelas atas? Tujuan dari penelitian ini untuk menghasilkan model permainan *Pak Bo Tang* dalam pembelajaran sepak bola.

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian pengembangan yang mengacu dari Borg & Gall yaitu: (1) Analisa kebutuhan didapat dari hasil pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka. (2) Perencanaan untuk mengembangkan produk awal. (3) Pembuatan produk awal. (4) Uji coba kelompok kecil (10 siswa putra dan 10 siswa putri). (5) Revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli penjas dan ahli pembelajaran. (6) Uji coba kelompok besar (20 siswa putra dan 20 siswa putri), (7) Produk akhir yang dihasilkan adalah model permainan *Pak Bo Tang* bagi siswa sekolah dasar kelas atas.

Berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil diperoleh data evaluasi ahli penjas dan ahli pembelajaran yaitu 87,71% (baik), dan hasil rata-rata keseluruhan respon siswa pada uji coba kelompok kecil didapat persentase sebesar 88,67% (baik). Hasil uji coba kelompok besar diperoleh data evaluasi ahli penjas dan ahli pembelajaran yaitu 93,9% (sangat baik), dan hasil rata-rata keseluruhan respon siswa pada uji coba kelompok besar didapat persentase sebesar 94,75% (sangat baik).

Berdasarkan hasil pengembangan model pembelajaran tersebut, maka dapat disimpulkan : (1) Model permainan *Pak Bo Tang* yang telah dihasilkan dalam penelitian ini layak dan dapat digunakan bagi siswa sekolah dasar kelas atas. (2) Model permainan *Pak Bo Tang* dapat menjadi alternatif model pembelajaran penjasorkes yang efektif dan menyenangkan bagi siswa sekolah dasar kelas atas.

## ABSTRACT

Rafi Bagus Daffa. 2020. ***Pak Bo Tang : A Development Soccer Learning Model For 4<sup>th</sup> to 6<sup>th</sup> Grade Students Of Elementary School***. Essay. Majoring in Physical Education Health And Reaction S1, Faculty Of Sport Science. Semarang State University. Supervisor Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.

**Keywords** : Development, Soccer Learning, *Pak Bo Tang* Game

The background of this research is the lack of development in the learning process of big ball games, especially soccer games in schools. The problem in this research is how to develop a soccer learning model through *Pak Bo Tang* game for high school elementary school students? The purpose of this research is to produce a game model for *Pak Bo Tang* in learning soccer.

The research method used is development research which refers to Borg & Gall, namely: (1) Needs analysis is obtained from the results of gathering information, including field observations and literature reviews. (2) Planning to develop an initial product. (3) Initial product manufacture. (4) Small group trials (10 male students and 10 female students). (5) Product revision based on the results of the evaluation of physical education experts and learning experts. (6) Large group trials (20 male students and 20 female students), (7) The final product is *Pak Bo Tang* game model for upper grade elementary school students.

Based on the results of the small group trial, the evaluation data of physical education experts and learning experts was 87.71% (good), and the overall average result of student responses in the small group trial was 88.67% (good). The results of the large group trial showed that the evaluation data of physical education experts and learning experts was 93.9% (very good), and the average result of the overall response of students in the large group trial was obtained a percentage of 94.75% (very good).

Based on the results of the development of the learning model, it can be concluded that: (1) *Pak Bo Tang* game model that has been produced in this study is feasible and can be used for upper class elementary school students. (2) *Pak Bo Tang* game model can be an alternative model of effective and fun physical education learning for upper grade elementary school students

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan Pak Bo Tang Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas”**. Skripsi ini disusun dalam rangka penyelesaian studi Strata 1 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 adanya bimbingan, motivasi dan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk memperoleh pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membantu menyelesaikan urusan administrasi.
3. Ketua Jurusan PJKR yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
4. Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang selalu menyempatkan waktu untuk membimbing dan memotivasi tersusunnya skripsi ini.
5. Martin Sudarmono, S.Pd., M.Pd. sebagai Ahli Penjas yang membantu dalam penyelesaian penelitian ini.



6. Muhammad Solichin, S.Pd. guru penjasorkes di SD Negeri Jawisari sebagai Ahli Pembelajaran yang membantu dalam penyelesaian penelitian ini.
7. Dosen beserta Staff Tata Usaha Jurusan PJKR FIK UNNES yang telah memberikan bantuan dan bimbingannya.
8. Seluruh warga SD Negeri Jawisari, SD Negeri 1 Tamanrejo dan SD Negeri 1 Purwogondo, yang telah membantu dalam proses pelaksanaan observasi dan penelitian.
9. Nabila Azahra Nura Lutfiani dan Muhammad Rifiansyah yang telah membantu pengambilan data dalam proses penelitian.
10. Semua pihak yang ikut membantu penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan baik serta mendapat pahala yang setimpal dari Allah SWT. Pada akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Penulis

**Rafi Bagus Daffa**  
6102416031

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL .....	i
PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Pengembangan.....	6
1.4 Manfaat Pengembangan.....	6
1.5 Spesifikasi Produk .....	7
1.6 Pentingnya Pengembangan .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR</b>	
2.1 Kajian Pustaka .....	9
2.1.1 Pendidikan Jasmani.....	9
2.1.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	11
2.1.1.2 Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	12
2.1.2 Gerak.....	16
2.1.2.1 Kemampuan Gerak Dasar .....	16
2.1.2.2 Belajar Gerak.....	17
2.1.3 Karakteristik Perkembangan Peserta Didik .....	19
2.1.3.1 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Besar .....	19
2.1.3.2 Perkembangan Gerak Anak SD.....	20
2.1.4 Pembelajaran .....	21
2.1.4.1 Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	21
2.1.5 Pengertian Penelitian Pengembangan.....	22
2.1.6 Modifikasi Pengembangan Pembelajaran .....	23
2.1.7 Bermain .....	24
2.1.7.1 Teori Bermain.....	25
2.1.7.2 Tipe Bermain.....	25
2.1.7.3 Permainan dan Pendidikan Jasmani.....	26
2.1.7.4 Pengaruh Bermain dalam Pendidikan Jasmani .....	28
2.1.8 Karakteristik Permainan Sepak Bola .....	29
2.1.8.1 Pengertian Permainan Sepak Bola.....	29

2.1.8.2 Tujuan Permainan Sepak Bola .....	29
2.1.8.3 Analisis Pola Gerak Dominan dalam Permainan Sepak Bola.....	30
2.1.9 Teknik Dasar Bermain Sepak Bola.....	30
2.1.10 Karakteristik Permainan <i>Boi boian</i> .....	41
2.1.11 Karakteristik Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	41
2.2 Kerangka Berpikir .....	42
<b>BAB III METODE PENGEMBANGAN</b>	
3.1 Model Pengembangan.....	46
3.2 Prosedur Pengembangan .....	47
3.3 Uji Coba Produk.....	52
3.3.1 Desain Uji Coba.....	52
3.3.2 Subjek Uji Coba.....	53
3.4 Rancangan Produk .....	54
3.5 Jenis Data .....	61
3.6 Instrumen Pengumpulan Data .....	61
3.7 Analisis Data .....	66
<b>BAB IV HASIL PENGEMBANGAN</b>	
4.1 Penyajian Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil .....	68
4.2 Hasil Analisis Data Uji Coba Skala Kecil.....	80
4.3 Revisi Produk Setelah Uji Coba Kelompok Kecil.....	87
4.4 Penyajian Data Hasil Uji Coba Kelompok Besar .....	96
4.5 Hasil Analisis Data Uji Coba Kelompok Besar .....	102
4.6 Prototipe Produk .....	109
<b>BAB V KAJIAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kajian Prototipe Produk.....	120
5.2 Saran .....	121
DAFTAR PUSTAKA .....	123
LAMPIRAN .....	129

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.1	Sarana dan Prasarana Pembelajaran Sepak Bola SDN Jawisari .....	4
1.2	Sarana dan Prasarana Pembelajaran Sepak Bola SDN 1 Tamanrejo ...	5
1.3	Sarana dan Prasarana Pembelajaran Sepak Bola SDN 1 Purwogondo	5
3.1	Faktor, Indikator dan Jumlah Butir kuesioner Ahli .....	62
3.2	Butir Kuesioner Ahli .....	62
3.3	Skor Jawaban Kuesioner “Ya” dan “Tidak” .....	63
3.4	Faktor, Indikator dan Jumlah Butir Kuesioner Siswa .....	64
3.5	Butir Kuesioner Faktor Psikomotorik Siswa .....	64
3.6	Butir Kuesioner Faktor Kognitif Siswa.....	65
3.7	Butir Kuesioner Faktor Afektif Siswa.....	65
3.8	Klasifikasi Persentase .....	67
4.1	Hasil Penilaian Kualitas Permainan Uji Coba Kelompok Kecil .....	76
4.2	Hasil Kuesioner Siswa dalam Uji Coba Kelompok Kecil .....	77
4.3	Revisi Permainan dari Ahli Penjas.....	87
4.4	Komentar dan Saran Umum dari Ahli Penjas.....	87
4.5	Revisi Permainan dari Ahli Pembelajaran.....	87
4.6	Komentar dan Saran Umum dari Ahli Pembelajaran.....	88
4.7	Revisi Permainan dari Peneliti .....	88
4.8	Hasil Kualitas Model Permainan Uji Coba Kelompok Besar.....	98
4.9	Hasil Kuesioner Siswa dalam Uji Coba Kelompok Besar .....	99

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Menendang dengan Kaki Bagian Dalam .....	32
2.2 Menendang dengan Kaki Bagian Luar .....	33
2.3 Menendang dengan Punggung Kaki .....	34
2.4 Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Dalam.....	35
2.5 Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Luar.....	36
2.6 Menghentikan Bola dengan Punggung Kaki .....	37
2.7 Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam.....	38
2.8 Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar.....	39
2.9 Menggiring Bola dengan Punggung Kaki .....	40
2.10 Alur pemahaman kerangka berpikir.....	45
3.1 Langkah-langkah Pengembangan Menurut Borg & Gall dalam Punaji Setyosari .....	47
3.2 Langkah-langkah Pengembangan Model Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	48
3.3 Lapangan Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	55
3.4 Bola Plastik atau Alternatif lain .....	56
3.5 Kaleng Susu Bekas .....	56
3.6 Lakban .....	56
3.7 Serbuk Kapur .....	56
4.1 Lapangan Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	69
4.2 Bola Plastik atau Alternatif lain .....	70
4.3 Kaleng Susu Bekas .....	70
4.4 Lakban .....	71
4.5 Serbuk Kapur .....	71
4.6 Diagram Persentase Model Permainan <i>Pak Bo Tang</i> Uji Coba Kelompok Kecil .....	81
4.7 Diagram Persentase Respon Produk atau Model Permainan <i>Pak Bo Tang</i> Uji Coba Kelompok Kecil .....	86
4.8 Lapangan Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	90
4.9 Bola Plastik atau Alternatif lain .....	91
4.10 Kaleng Bekas .....	91
4.11 Serbuk Kapur .....	91
4.12 Diagram Persentase Model Permainan <i>Pak Bo Tang</i> Uji Coba Kelompok Besar .....	103
4.13 Diagram Persentase Respon Produk atau Model Permainan <i>Pak Bo Tang</i> Uji Coba Kelompok Besar.....	108
4.14 Lapangan Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	110
4.15 Bola Plastik atau Alternatif lain .....	111
4.16 Kaleng Bekas .....	111
4.17 Serbuk Kapur .....	111

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Usulan Topik dan Judul Skripsi .....	129
2. Surat Keterangan Dosen Pembimbing .....	130
3. Surat Ijin Observasi Penelitian SDN Jawisari .....	131
4. Surat Ijin Observasi Penelitian SDN 1 Tamanrejo .....	132
5. Surat Ijin Observasi Penelitian SDN 1 Purwogondo .....	133
6. Surat Keterangan Observasi SDN Jawisari .....	134
7. Surat Keterangan Observasi SDN 1 Tamanrejo .....	135
8. Surat Keterangan Observasi SDN 1 Purwogondo .....	136
9. Surat Ijin Penelitian SDN Jawisari.....	137
10. Surat Keterangan Penelitian SDN Jawisari .....	138
11. Lembar Evaluasi Ahli.....	139
12. Lembar Kuesioner Siswa.....	143
13. Jadwal Penelitian Skala Kecil.....	147
14. Daftar Siswa kelas VI SDN Jawisari Skala Kecil.....	148
15. Jadwal Penelitian Skala Besar .....	149
16. Daftar Siswa kelas V dan VI SDN Jawisari Skala Besar .....	150
17. Jawaban Kuesioner Siswa Skala Kecil.....	152
18. Jawaban Kuesioner Siswa Skala Besar .....	155
19. Hasil Rekapitulasi Jawaban Kuesioner Skala Kecil.....	159
20. Hasil Rekapitulasi Jawaban Kuesioner Skala Besar .....	162
21. Rekapitulasi Hasil Kuesioner Skala Kecil.....	167
22. Rekapitulasi Hasil Kuesioner Skala Besar .....	168
23. Analisis Data Uji Coba Skala Kecil .....	170
24. Analisis Data Uji Coba Skala Besar.....	175
25. Analisis Hasil Evaluasi Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran Skala Kecil.....	180
26. Analisis Hasil Evaluasi Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran Skala Besar .....	182
27. Dokumentasi Penjelasan Permainan <i>Pak Bo Tang</i> .....	184
28. Dokumentasi Pemanasan Sebelum Melakukan Permainan .....	184
29. Dokumentasi Uji Coba Permainan <i>Pak Bo Tang</i> Siswa Putra.....	185
30. Dokumentasi Uji Coba Permainan <i>Pak Bo Tang</i> Siswa Putri .....	185
31. Dokumentasi Pengisian Koesioner.....	186

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2008:2).

Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dalam melakukan aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik, meningkatkan kemampuan berfikir, meningkatkan ketrampilan gerak dasar secara efektif, efisien, dan dapat mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri serta demokratis melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Oleh karena itu pembelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah harus memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar sehingga dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah yaitu fisik, psikomotor, kognitif, dan afektif pada setiap siswa.

Salah satu masalah utama dalam pendidikan jasmani di Indonesia yaitu belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Kondisi kualitas pengajaran pendidikan jasmani yang memprihatinkan di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) telah menjadi dikemukakan dan di telaah dalam berbagai forum oleh beberapa pengamat pendidikan jasmani olahraga.

Melihat dari kebiasaan anak-anak usia SD, SMP bahkan SMA yang masih cenderung senang bermain, kurang berkembangnya proses pembelajaran di sekolah-sekolah salah satunya yaitu kurangnya penerapan model-model pembelajaran penjasorkes dalam bentuk permainan, sehingga banyak siswa yang merasa jenuh dan tidak bersemangat saat mengikuti pembelajaran.

Melalui permainan yang menarik, siswa akan mengikuti pembelajaran penjasorkes dengan perasaan yang senang, bersemangat dan tidak jenuh. Oleh karena itu guru penjas harus lebih kreatif dalam menciptakan permainan-permainan bagi siswa dalam pembelajarannya. Untuk menciptakan permainan yang menarik, dapat dilakukan dengan cara memodifikasi peraturan dan alat, bahkan menggabungkan permainan olahraga yang sudah ada.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan termasuk dalam mata pelajaran yang diajarkan di tingkat sekolah dasar (SD) sesuai dengan kurikulum yang ada. Dan juga dengan menggunakan Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar yang sesuai dengan pembelajaran tersebut. Kompetensi Inti : Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis, dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak. Kompetensi Dasar : Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*

Dalam pembelajaran penjasorkes sering ditemui permasalahan-permasalahan yang dapat menghambat keberhasilan pada proses dan hasil belajar siswa.



Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah dasar khususnya pada mata pelajaran sepak bola selama ini berorientasi pada pengajaran yang sifatnya mengarah pada pembelajaran dengan menggunakan aturan baku. Paradigma yang demikian selalu mempengaruhi persepsi dan pola pikir guru penjasorkes. Kenyataan ini dapat dilihat di lapangan, dari hasil pengamatan dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar belum dikelola dengan tepat sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik dari segi kognitif, afektif, maupun motorik.

Berdasarkan uraian diatas, penulis mencoba melakukan observasi secara langsung pada tiga sekolah, yaitu SD Negeri Jawisari, SD Negeri 1 Tamanrejo, dan SD Negeri 1 Purwogondo untuk mengetahui sarana dan prasarana dalam pembelajaran sepak bola, mengetahui proses belajar mengajar penjasorkes khususnya pembelajaran sepak bola, serta permasalahan apa saja yang dihadapi saat pembelajaran sepak bola, dan dapat ditemukan beberapa data sebagai berikut:

- 1) Kurang berkembangnya pembelajaran permainan sepak bola di sekolah, sehingga diperlukan alternatif pengembangannya.
- 2) Sarana dan prasarana untuk permainan sepak bola masih terbatas baik dari segi kualitas maupun kuantitas, sehingga akan berdampak pada kurang efektifnya pembelajaran.
- 3) Materi pembelajaran sepak bola belum dikemas ke dalam materi permainan-permainan yang dimodifikasi, sehingga banyak siswa yang terlihat bosan dan kurang bersemangat dalam pembelajaran.

- 4) Guru lebih mementingkan materi yang berorientasi pada prestasi atau olahraga yang menjadi unggulan di sekolah tersebut.
- 5) Guru beranggapan bahwa siswa putri banyak mengalami hambatan dalam pembelajaran sepak bola, sehingga materi sepak bola menjadi jarang diajarkan di sekolah tersebut.
- 6) Permainan sepak bola masih kurang diminati oleh siswa putri.

Oleh karena itu, perlu dilakukan adanya sebuah pengembangan model pembelajaran sebagai strategi pelaksanaan pembelajaran bagi siswa yang harus dikembangkan dan dikemas dengan menarik untuk mengatasi masalah tersebut. Selain itu, secara teoritis pengembangan model pembelajaran memang perlu dilakukan untuk meningkatkan efektifitas dan kualitas pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Dengan adanya modifikasi dan pengembangan permainan sepakbola ini, diharapkan siswa menjadi lebih aktif untuk mengikuti mata pelajaran penjasorkes di sekolah.

Salah satu faktor penentu keberhasilan dalam pembelajaran adalah adanya sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana merupakan alat yang sangat penting dalam pembelajaran. Berikut adalah sarana dan prasarana pembelajaran sepak bola yang ada di SD Negeri Jawisari, SD Negeri 1 Tamanrejo dan SD Negeri 1 Purwogondo.

Tabel 1.1 Sarana dan Prasarana Pembelajaran Sepak Bola SD Negeri Jawisari

No	Sarana dan Prasarana	Pengadaan		Kategori			Jumlah
		Ada	Tidak	Sangat layak	Layak	Tidak Layak	
1	Lapangan	√			√		1
2	Bola Sepak	√				√	2
3	Gawang		√	-	-	-	0

4	Papan Skor		√	-	-	-	0
5	Tiang Bendera		√	-	-	-	0
6	Cone	√		√			25
7	Peluit	√			√		2
8	Stopwatch	√			√		1

Tabel 1.2 Sarana dan Prasarana Pembelajaran Sepak Bola SD Negeri 1 Tamanrejo

No	Sarana dan Prasarana	Pengadaan		Kategori			Jumlah
		Ada	Tidak	Sangat layak	Layak	Tidak Layak	
1	Lapangan	√			√		1
2	Bola Sepak	√			√		2
3	Gawang		√	-	-	-	0
4	Papan Skor		√	-	-	-	0
5	Tiang Bendera		√	-	-	-	0
6	Cone	√		√			25
7	Peluit	√			√		1
8	Stopwatch	√			√		1

Tabel 1.3 Sarana dan Prasarana Pembelajaran Sepak Bola SD Negeri 1 Purwogondo

No	Sarana dan Prasarana	Pengadaan		Kategori			Jumlah
		Ada	Tidak	Sangat layak	Layak	Tidak Layak	
1	Lapangan	√			√		1
2	Bola Sepak	√			√		2
3	Gawang		√	-	-	-	0
4	Papan Skor		√	-	-	-	0
5	Tiang Bendera		√	-	-	-	0
6	Cone	√		√			20
7	Peluit	√			√		1
8	Stopwatch	√			√		1

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik mengadakan penelitian yang berkonsep pengembangan dari permainan yang sudah ada menjadi lebih baik di SD Negeri Jawisari dengan judul “Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan *Pak Bo Tang* Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas”. Pengembangan model permainan sepak bola ini diharapkan dapat digunakan dan

membantu guru pendidikan jasmani dalam memberikan pembelajaran permainan sepak bola, sehingga kualitas pembelajaran dapat meningkat dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis merumuskan masalah: “Bagaimanakah Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan *Pak Bo Tang* Untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas?”

## **1.3 Tujuan Pengembangan**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menghasilkan produk berupa model pembelajaran sepak bola melalui permainan *Pak Bo Tang* untuk siswa sekolah dasar kelas atas.

## **1.4 Manfaat Pengembangan**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

- 1) Penelitian ini dapat menjadi bahan pengetahuan yang nyata bila kelak peneliti menjadi seorang guru atau sebagai seorang yang ahli dalam bidang olahraga.
- 2) Lebih mengerti jika dalam pembelajaran penjas itu dibutuhkan suatu pengembangan model permainan dalam pembelajaran.
- 3) Dapat memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian, sehingga dapat menjadi pertimbangan peneliti dalam pengembangan metode pembelajaran pada masa yang akan datang.

### **1.4.2 Bagi Guru Penjasorkes**

- 1) Sebagai dasar dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di sekolahnya masing-masing.
- 2) Sebagai dorongan dan motivasi kepada guru penjasorkes untuk menciptakan terobosan-terobosan baru dan variasi mengajar dengan cara memodifikasi permainan olahraga sehingga siswa lebih aktif bergerak dan tidak merasa cepat bosan.
- 3) Sebagai bahan pertimbangan dalam mengajar bidang studi penjasorkes.

### **1.4.3 Bagi Siswa**

- 1) Memberikan pemahaman bagi siswa bahwa dalam proses pembelajaran penjasorkes tidak harus menggunakan aturan yang baku dalam suatu permainan, namun dapat dimodifikasi sesuai dengan keadaan lingkungan sekitar.
- 2) Dengan adanya pengembangan model permainan sepak bola, siswa dapat merasa lebih senang dan lebih menikmati suatu permainan sepak bola dengan cara yang baru.

## **1.5 Spesifikasi Produk**

Produk yang akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini adalah model permainan sepak bola berupa pembelajaran *control*, *passing* dan *dribbling* yang sudah dimodifikasi sesuai dengan karakteristik siswa SD, yaitu permainan *Pak Bo Tang* yang dapat mengembangkan semua aspek pembelajaran (*kognitif*, *afektif* dan *psikomotor*) pada hasil penelitian yang efektif, efisien dan dapat meningkatkan

intensitas fisik sehingga kebugaran jasmani dapat terwujud serta dapat mengatasi kesulitan dalam mengajar sepak bola.

### **1.6 Pentingnya Pengembangan**

Pengembangan model pembelajaran sepak bola melalui permainan *Pak Bo Tang* ini sangat penting dilakukan, mengingat pembelajaran permainan sepak bola yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani selama ini masih jauh dari yang diharapkan, ini dikarenakan pembelajaran permainan sepak bola yang diberikan belum dikemas dalam konsep modifikasi untuk menarik minat siswa dalam mengikuti pembelajaran, serta pembelajaran yang diberikan lebih cenderung materi yang sudah dikenal siswa pada sekolah dasar.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR**

#### **2.1 Landasan Teori**

Kajian pustaka dalam penelitian ini adalah sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka untuk pemecahan masalah, pada kajian pustaka ini dimuat beberapa pendapat para pakar dan ahli.

##### **2.1.1 Pendidikan jasmani**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik (Samsudin, 2008:2).

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, 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 (Depdiknas, 2006: 204). Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan. Tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat.

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

Pendidikan Jasmani menurut Adang Suherman (2000:17-22) dapat dibedakan berdasarkan sudut pandang, yaitu:

- 1) Pandangan tradisional, yang menganggap bahwa manusia itu terdiri dari dua komponen utama yang dapat dipilah-pilah, yaitu jasmani dan rohani. Pandangan ini menganggap bahwa penjas semata-mata hanya mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbang atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Dengan kata lain penjas hanya sebagai pelengkap saja; dan
- 2) Pandangan modern yang sering disebut pandangan holistik, menganggap bahwa manusia bukan suatu yang terdiri dari bagian-bagian yang terpilah-pilah. Dengan pandangan tersebut pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Hubungan antara tujuan umum pendidikan, tujuan pendidikan jasmani dan penyelenggaraan harus terjalin dengan baik. Dengan demikian akan nampak bahwa pendidikan jasmani sangat penting bagi pengembangan manusia secara utuh dan merupakan dari pendidikan secara keseluruhan.



### 2.1.1.1 Tujuan pendidikan jasmani

Menurut Samsudin (2008:3) mengemukakan beberapa tujuan pendidikan jasmani diantaranya:

- 1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani;
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama;
- 3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani;
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani;
- 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta setrategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*);
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani;
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain; dan
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.

Menurut Adang Suherman (2000:23), secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu :

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

#### **2.1.1.2 Fungsi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan**

Menurut Samsudin (2008:3-5), mengemukakan bahwa fungsi pendidikan jasmani dibagi menjadi enam aspek, yaitu:

- 1) Aspek organik
  - a. Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk perkembangan keterampilan;
  - b. Meningkatkan kekuatan, yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot;

- c. Meningkatkan daya tahan, yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama;
  - d. Meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individu untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus-menerus dalam waktu relatif lama; dan
  - e. Meningkatkan fleksibilitas, yaitu rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cedera.
- 2) Aspek neomuskuler
- a. Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot;
  - b. Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti berjalan, berlari, melompat, meluncur, melangkah, mendorong, menderap atau mencongklang, bergulir dan menarik;
  - c. Mengembangkan keterampilan *non-locomotor*, seperti mengayun, mengelok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung;
  - d. Mengembangkan keterampilan dasar manipilatif, seperti memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, merubah arah, memvoli;
  - e. Mengembangkan faktor-faktor gerak, seperti ketepatan, irama, rasa gerak, power, waktu reksi, kelincahan;
  - f. Mengembangkan keterampilan olahraga, seperti sepak bola, softball, bola voli, bola basket, baseball, atletik, beladiri dan lainnya; dan
  - g. Mengembangkan keterampilan rekreasi, seperti menjelajah, mendaki, berkemah, berenang dan lainnya.

- 3) Aspek perseptual
  - a. Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat;
  - b. Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat atau ruang, yaitu kemampuan mengenali obyek yang didepan, belakang, bawah, sebelah kanan atau sebelah kiri;
  - c. Mengembangkan koordinasi gerak visual yaitu, kemampuan mengkoordinasi pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh dan kaki;
  - d. Mengembangkan keseimbangan tubuh (statis, dinamis) yaitu, kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis;
  - e. Mengembangkan dominasi (*dominancy*), yaitu konsistensi dengan menggunakan tangan dan kaki kanan/kiri dalam melempar atau menendang;
  - f. Mengembangkan lateralis (*laterality*) yaitu, kemampuan membedakan antara sisi kanan atau sisi kiri tubuh dan diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri; dan
  - g. Mengembangkan image tubuh (*body image*) yaitu, kesadaran bagian tubuh atau seluruh tubuh dan hubungannya dengan tempat atau ruang.
- 4) Aspek kognitif
  - a. Mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan, dan membuat keputusan;
  - b. Meningkatkan pengetahuan permainan, keselamatan dan etika;

- c. Mengembangkan kemampuan penggunaan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisir;
  - d. Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani;
  - e. Menghargai kinerja tubuh, penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, ruang, waktu, bentuk, kecepatan dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dalam dirinya; dan
  - f. Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan problema-problema perkembangan melalui gerak.
- 5) Aspek sosial
- a. Menyesuaikan diri dengan orang lain dan dimana berada;
  - b. Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok;
  - c. Belajar berkomunikasi dengan orang lain;
  - d. Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok;
  - e. Mengembangkan kepribadian, sikap dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat;
  - f. Mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima dalam masyarakat;
  - g. Mengembangkan sifat-sifat yang positif;
  - h. Belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif; dan
  - i. Mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral yang baik.

- 6) Aspek emosional
  - a. Mengembangkan respon yang sehat terhadap aktivitas jasmani;
  - b. Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton;
  - c. Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat;
  - d. Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas; dan
  - e. Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

### **2.1.2 Gerak**

Gerak (*motor*) sebagai istilah umum untuk berbagai perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor digunakan khusus pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Jadi, gerak (*motor*) ruang lingkupnya lebih luas dari pada psikomotor. Meskipun secara umum sinonim digunakan dengan istilah *motor* (gerak), sebenarnya psikomotor mengacu pada gerakan-gerakan yang dinamakan alih getaran elektronik dari pusat otot besar (Amung Ma'mun, 2000:20).

#### **2.1.2.1 Kemampuan gerak dasar**

Menurut Amung Ma'mun (2000:20-21) kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori, yaitu:

##### 1) Kemampuan *Locomotor*

Kemampuan *locomotor* digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti, lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, *skipping*, meluncur;

## 2) Kemampuan *Non-locomotor*

Kemampuan *non-locomotor* dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan *non-locomotor* terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan, dan lain-lain; dan

## 3) Kemampuan Manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan.

Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari:

- a. Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang);
- b. Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat bantalan karet; dan
- c. Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

### **2.1.2.2 Belajar gerak**

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000:3), belajar gerak merupakan studi tentang proses keterlibatan dalam memperoleh dan menyempurnakan keterampilan gerak (*motor skill*). Keterampilan gerak sangat terkait dengan latihan dan pengalaman individu yang bersangkutan. Belajar gerak khusus dipengaruhi oleh berbagai bentuk latihan, pengalaman atau situasi belajar gerak pada manusia. Ada tiga tahapan belajar gerak (*motor learning*) yaitu:

1) Tahapan Verbal Kognitif

Pada tahapan ini, tugasnya adalah memberikan pemahaman secara lengkap pada bentuk gerak baru pada peserta didik. Sebagai pemula, mereka belum memahami apa, kapan dan bagaimana gerak itu dilakukan. Oleh karena itu, kemampuan gerak pada tahapan verbal kognitif sangat mendominasi tahapan ini.

2) Tahapan gerak (Motorik)

Pada tahapan ini, fokusnya adalah membentuk organisasi pola gerak yang lebih efektif dalam menghasilkan gerakan. Biasanya yang harus dikuasai peserta didik pertama kali dalam belajar motorik adalah kontrol dan konsistensi sikap berdiri serta rasa percaya diri.

3) Tahapan Otomatisasi

Pada tahapan ini, peserta didik banyak melakukan latihan secara berangsur-angsur memasuki tahapan otomatisasi. Disini motor program sudah berkembang dengan baik dan dapat mengontrol gerak dalam waktu singkat. Peserta didik sudah lebih menjadi terampil dan setiap gerakan yang dilakukan lebih efektif dan efisien.

Tujuan pembelajaran gerak pada umumnya memiliki harapan dengan munculnya hasil tertentu, hasil tersebut biasanya adalah berupa penguasaan keterampilan. Keterampilan siswa yang tergambar dalam kemampuannya menyelesaikan tugas gerak tertentu akan terlihat mutunya dari seberapa jauh siswa tersebut mampu menampilkan tugas yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Semakin tinggi tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas gerak tersebut maka semakin baik keterampilan siswa tersebut (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000:57).



### **2.1.3 Karakteristik perkembangan peserta didik**

Karakteristik anak yang terbagi dalam tiga tahap pertumbuhan dan perkembangan, dapat diketahui sifat khas anak-anak pada tiap tahap pertumbuhan dan perkembangan anak mengenai keadaan jasmani, psikis, dan sosial anak. Dari keadaan ini dapat diketahui oleh guru pendidikan jasmani tentang keadaan anak, kemampuan gerak anak, kesenangan anak yang juga akan menumbuhkan motif anak, yang sangat berguna dalam proses pembelajaran, dan apa yang dibutuhkan anak yang berkaitan dengan tujuan-tujuan yang harus dicapai. Dengan demikian guru pendidikan jasmani dapat menentukan metode dan bentuk penyajian yang tepat (Sukintaka, 2004:73).

#### **2.1.3.1 Karakteristik perkembangan gerak anak besar (*after childhood*)**

After childhood atau masa anak besar merupakan tahapan lebih lanjut dari periode perkembangan setelah anak kecil. Kemampuan fungsional tubuh sudah dapat dilihat pada masa anak-anak, khususnya pada masa anak besar yaitu pada rentangan umur 6-12 tahun. Pada periode ini kecenderungan anak untuk tumbuh ke tipe tubuh tertentu mulai terlihat. Setiap tipe tubuh memiliki karakteristik tertentu yang ada hubungannya dengan kemungkinan kesesuaian menekuni cabang olahraga tertentu (Sugiyanto, 2008:133).

Perkembangan fisik pada anak besar menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibanding masa sebelumnya dan juga masa sesudahnya. Kecenderungan yang terjadi adalah dalam hal kepesatan dan pola pertumbuhan yang berkaitan dengan proporsi ukuran bagian-bagian tubuh. Kemampuan fisik mengalami perkembangan yang jelas terutama dalam hal kekuatan, fleksibilitas,

keseimbangan, dan koordinasi. Selain itu, perkembangan penguasaan gerak dasar juga mengalami peningkatan yang ditandai dengan peningkatan kualitas atau mengalami penyempurnaan (Sugiyanto, 2008:101).

### **2.1.3.2 Perkembangan gerak anak SD**

Tahap perkembangan anak pada masa sekolah dasar masuk dalam pertumbuhan tahap III, yaitu dengan karakteristik:

- 1) Karakteristik Jasmani
  - a. Laki-laki ataupun putri ada pertumbuhan fisik;
  - b. Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik;
  - c. Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi yang tidak terbatas;
  - d. Mudah lelah, tetapi tidak dihiraukan;
  - e. Mengalami pertumbuhan dan perkembangan;
  - f. Anak laki-laki mempunyai kecepatan dan kekuatan otot yang lebih baik dari pada putri; dan
  - g. Kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik.
- 2) Karakteristik Psikis atau Mental
  - a. Banyak mengeluarkan energi untuk fantasinya;
  - b. Ingin menentukan pandangan hidupnya; dan
  - c. Selalu terlihat senang dan hidup tanpa beban.
- 3) Karakteristik Sosial
  - a. Ingin diakui oleh kelompoknya;
  - b. Mulai mengetahui moral dan etik dari kebudayaannya; dan
  - c. Persekawanan yang makin berkembang.

Keterampilan gerak telah siap diarahkan kepada permainan besar atau olahraga prestasi. Bentuk penyajian pembelajaran sebaiknya dalam bentuk bermain beregu, komando, tugas dan lomba.

Perlu diketahui, bahwa untuk keperluan fantasi dan imajinasinya, kecepatan tumbuh serta kematangan sejenisnya banyak dibutuhkan energi dalam jumlah besar, maka terjadilah kemerosotan jasmani atau psikis. Keadaan anak pada masa pertumbuhan dan kematangan terjadi kemurungan dan fantasi yang berlebihan. Keadaan ini menyebabkan rasa tidak mampu, enggan bergerak dan mengelak terhadap pelajaran pendidikan jasmani. Oleh sebab itu, perlu dipikirkan pemberian jenis permainan yang rekreatif (Sukintaka, 2004:45).

#### **2.1.4 Pembelajaran**

Pembelajaran mengandung pengertian bagaimana mengajarkan sesuatu kepada anak didik, tetapi juga ada sesuatu pengertian bagaimana anak didik mempelajarinya. Dalam suatu kejadian pembelajaran terjadi suatu peristiwa, ialah ada suatu pihak yang memberi dan satu pihak yang menerima. Oleh sebab itu pada peristiwa tersebut dapat dikatakan terjadi proses interaksi edukatif (Sukintaka, 2004:70).

##### **2.1.4.1 Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan**

Materi mata pelajaran penjas yang meliputi: pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga; aktivitas pengembangan; uji diri/senam; aktivitas ritmik; akuatik (aktivitas air); dan Pendidikan luar kelas (*out door*) disajikan untuk membantu siswa agar memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif.

Adapun implementasinya perlu dilakukan secara terencana, bertahap, dan berkelanjutan, yang pada gilirannya siswa diharapkan dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri dan menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi meningkatkan kualitas hidup seseorang (Samsudin, 2008:6).

### **2.1.5 Pengertian Penelitian Pengembangan**

Menurut Sugiyono (2009: 297), penelitian pengembangan atau research and development (R&D) adalah aktifitas riset dasar untuk mendapatkan informasi kebutuhan pengguna (needs assessment), kemudian dilanjutkan kegiatan pengembangan (development) untuk menghasilkan produk dan mengkaji keefektifan produk tersebut. Penelitian pengembangan terdiri dari dua kata yaitu research (penelitian) dan development (pengembangan). Kegiatan pertama adalah melakukan penelitian dan studi literatur untuk menghasilkan rancangan produk tertentu, dan kegiatan kedua adalah pengembangan yaitu menguji efektifitas, validasi rancangan yang telah dibuat, sehingga menjadi produk yang teruji dan dapat dimanfaatkan masyarakat luas.

Menurut Puslitjaknov-Balitbang Depdiknas (2008) metode penelitian dan pengembangan memuat tiga komponen utama, yaitu 1) model pengembangan, 2) prosedur pengembangan, 3) uji coba produk. Sedangkan menurut Anik Ghufon (2007: 2), penelitian dan pengembangan adalah model yang dipakai untuk meningkatkan mutu pendidikan dan pembelajaran yang mampu mengembangkan berbagai produk pembelajaran. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian pengembangan atau research and development (R&D) adalah model penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan produk yang diawali

dengan riset kebutuhan kemudian dilakukan pengembangan untuk menghasilkan sebuah produk yang telah teruji. Hasil produk pengembangan antara lain: media, materi pembelajaran, dan sistem pembelajaran. Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian research and development (R&D).

### **2.1.6 Modifikasi pengembangan pembelajaran**

Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pengembangan pembelajaran mencerminkan developmentally appropriate practice (DAP). Oleh karena itu, DAP termasuk didalamnya “body scaling” atau ukuran tubuh siswa, yang harus selalu menjadi prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran penjas. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar potensi yang dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak biasa menjadi bisa, dari tingkat yang tadinya lebih rendah menjadi memiliki tingkat yang lebih tinggi (Adang Suherman, 2000:1).

Menurut Yoyo Bahagia dan Adang Adang Suherman (2000:7-8), modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajaran. Modifikasi lingkungan pembelajaran ini dapat menjadi beberapa klasifikasi seperti:

#### 1) Peralatan

Guru dapat mengurangi atau menambah kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralat yang digunakan untuk melakukan skill itu. Misalnya: berat-ringan, besar-kecil, tinggi-rendah, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan.

## 2) Penetapan Ruang Gerak dalam Berlatih

Guru dapat mengurangi atau menambah kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara menata tugas ruang gerak siswa dalam pembelajaran. Misalnya: bermain lob diruang kecil ataupun besar, tinggi atau rendah.

## 3) Jumlah Siswa yang Terlibat

Guru dapat mengurangi atau menambah kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara mengurangi atau menambah jumlah siswa yang terlibat dalam melakukan tugas ajar. Misalnya: belajar servis sendiri, berpasangan.

## 4) Organisasi atau Formasi Belajar

Formasi belajar juga dapat dimodifikasi agar lebih berorientasi pada curahan waktu aktif belajar. Usahakan agar informasi formasi belajar tidak banyak menyita waktu, namun masih memperhatikan produktivitas belajar dan perkembangan siswa. Formasi formal, kalau belum dikenal siswa, biasanya menyita banyak waktu sehingga waktu aktif belajar berkurang. Formasi dalam pembelajaran sangat banyak ragamnya hanya tergantung dari kekreatifitasan seseorang guru dalam pembelajaran.

### **2.1.7 Bermain**

Bermain (play) merupakan istilah yang digunakan secara bebas sehingga arti utamanya mungkin hilang, arti yang paling tepat ialah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Menurut Diana (2010:2) Bermain adalah kegiatan yang sangat penting bagi perkembangan dan pertumbuhan anak. Bermain harus dilakukan atas inisiatif anak dan keputusan anak itu sendiri, serta bermain harus dilakukan dengan rasa senang.

### **2.1.7.1 Teori bermain**

Menurut Diana (2010:93), berpendapat tentang beberapa teori bermain antara lain:

- 1) Teori relaksasi menyatakan bahwa kegiatan manusia yang mengharuskan kerja optimum, harus diusahakan relaksasi setelah kerja berat;
- 2) Teori kontak sosial menjelaskan bahwa seorang anak akan melakukan permainan masyarakat di sekitarnya.
- 3) Teori kelebihan tenaga menyatakan bahwa tenaga manusia makin lama makin menumpuk, yang akan berakhir sampai titik yang mengharuskan tenaga dilepaskan;
- 4) Teori instink menjelaskan bahwa kegiatan manusia yang instingtif cenderung berdasarkan periode perkembangan; dan
- 5) Teori rekapitulasi menyatakan bahwa orang bermain merupakan ulangan dari kehidupan nenek moyang;

### **2.1.7.2 Tipe bermain**

Menurut Hurlock, Elizabeth B (2004:320), tipe bermain dapat dibagi menjadi beberapa jenis, antara lain:

- 1) Tipe bermain pasif

Seseorang yang memperoleh kesenangan dengan menonton pemain-pemain yang aktif bermain atau yang sedang melakukan permainan olahraga tetapi tidak terlibat atau tidak sering bergerak sebagai anggota tim yang aktif bermain. Kesenangan, ketenangan, dan lain-lain nilai akan dapat diperoleh dari kegiatan seperti ini.

2) Tipe bermain aktif

Dalam tipe bermain aktif meliputi gerakan fisik yang dilakukan oleh seseorang dan ikut sertanya dalam bermacam-macam kegiatan seperti senam, berenang, dan kejar-kejaran. Anak-anak akan mendapatkan keuntungan baik dari segi fisik, mental, sosial, dan emosional.

3) Tipe bermain intelektual

Bermain dengan tipe intelektual ini memerlukan pemikiran yang dalam serta konsentrasi yang terpusat, misalnya permainan catur. Akan tetapi hal ini bukan berarti bentuk bermain yang lainnya tidak memerlukan intelektual.

### **2.1.7.3 Permainan dan pendidikan jasmani**

Permainan merupakan bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. Oleh sebab itu, permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan jasmani.

Jika anak bermain atau diberi permainan dalam rangka pendidikan jasmani, maka anak akan melakukan permainan itu dengan rasa senang. Karena rasa senang inilah maka anak mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli pada saat mereka bermain, baik itu berupa watak asli, maupun kebiasaan yang membentuk kepribadiannya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dengan bermain dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap dan perilaku. Dari situasi yang timbul ini maka seorang guru pendidikan jasmani dapat melaksanakan kewajibannya. Sebab dari situasi itu, bilamana perlu, guru dapat memberi pengarahan, koreksi, saran, latihan atau dorongan yang tepat agar anak didiknya berkembang lebih baik dan dapat mencapai kedewasaan yang diharapkan.



Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dengan bermain kita dapat meningkatkan kualitas anak sesuai dengan aspek pribadi manusia (Sukintaka, 2004:11-12).

Bermain mempunyai peranan dalam aspek jasmani pribadi manusia. Sasaran jasmani tersebut sebagai berikut:

1) Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

Aktivitas bermain pada anak-anak banyak dilakukan dengan aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini sangat penting bagi anak-anak dalam masa pertumbuhannya. Gerak mereka berarti berlatih tanpa disadarinya. Dasar gerak mereka menjadi lebih baik karena kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskuler menjadi lebih baik. Disamping itu bertambah panjang dan bertambah besar otot-otot mereka. Dari pertumbuhan mereka, berarti semakin baik pula fungsi organ tubuh mereka, sehingga dapat dikatakan, bahwa dari pertumbuhan mereka, akan terjadi perkembangan yang lebih baik (Sukintaka, 2004:12).

2) Kemampuan gerak

Kemampuan gerak sering juga disebut gerak umum (*general motor ability*). Kemampuan gerak merupakan kemampuan seseorang melakukan tugas gerak yang spesifik yang agak luas terhadap keterampilan gerak (*motor skill*) yang banyak.

Kemampuan gerak dalam berolahraga biasanya juga akan memberi pengaruh kepada gerak dan sikap gerak sehari-hari. Kemampuan gerak akan didasari oleh gerak dasar yang baik. Adapun gerak dasar itu adalah, kekuatan otot, kelentukan otot, dan daya tahan kardiovaskuler (Sukintaka, 2004:16).

3) Kesegaran jasmani

Anak yang bermain secara terus menerus, dalam jangka waktu yang lama, merupakan keadaan yang dapat diharapkan berkembang kesegaran jasmaninya. Sehingga dapat melaksanakan tugas sehari-hari dengan baik dan kuat, tanpa kelelahan yang berarti dan dengan energi yang besar mendapatkan kesenangan dalam menggunakan waktu luang (Sukintaka, 2004:27).

#### 4) Kesehatan

Dalam batasan kesegaran jasmani, dapat disimpulkan bahwa anak yang bermain tidak menjadi sakit, yang berarti bahwa mereka bahkan menjadi baik. Kegiatan jasmani yang dilakukan anak dengan rasa senang ini, akan menjadikan anak lebih tahan dari beberapa penyakit (Sukintaka, 2004:27).

### **2.1.7.4 Pengaruh bermain dalam pendidikan jasmani**

Menurut Hurlock, Elizabeth B (2004:323) pengaruh bermain dalam pendidikan dibagi menjadi beberapa jenis, antara lain:

#### 1) Perkembangan Fisik

Setiap Bermain aktif penting bagi anak untuk mengembangkan otot dan melatih seluruh bagian tubuhnya. Bermain juga berfungsi sebagai penyalur tenaga yang berlebihan yang bila terpendam terus akan membuat anak tegang, gelisah, dan mudah tersinggung.

#### 2) Dorongan Berkomunikasi

Agar dapat bermain dengan baik bersama yang lain, anak harus belajar berkomunikasi dalam arti mereka dapat mengerti dan sebaliknya mereka harus belajar mengerti apa yang dikomunikasikan anak lain.

#### 3) Penyaluran bagi energi emosional yang terpendam

Bermain merupakan sarana bagi anak untuk menyalurkan ketegangan yang disebabkan oleh pembatasan lingkungan terhadap perilaku mereka.

4) Penyaluran bagi kebutuhan dan keinginan

Kebutuhan dan keinginan yang tidak dapat dipenuhi dengan cara lain seringkali dapat dipenuhi dengan bermain. Anak yang tidak mampu mencapai peran pemimpin dalam kehidupan nyata mungkin akan memperoleh pemenuhan keinginan itu dengan menjadi pemimpin tentara mainan.

### **2.1.8 Karakteristik permainan sepak bola**

#### **2.1.8.1 Pengertian permainan sepak bola**

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

#### **2.1.8.2 Tujuan permainan sepak bola**

Menurut Sucipto (2000:7), mengatakan bahwa tujuan permainan sepak bola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukkan. Suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gawang lawannya, lalu apabila terjadi skor sama maka permainan dinyatakan seri/*draw*.

### **2.1.8.3 Analisis pola gerak dominan dalam permainan sepak bola**

Menurut Sucipto (2000:8-9), jika dilihat dari kemampuan dasar gerak seperti yang sudah dijelaskan, maka analisis gerak pada permainan sepakbola adalah sebagai berikut :

#### 1) Lokomotor

Pada keterampilan bermain sepakbola terdapat banyak gerakan yang mampu dihasilkan oleh tubuh. Diantaranya adalah gerakan berpindah tempat, seperti lari ke segala arah, meloncat/melompat, dan meluncur. Gerakan tersebut merupakan gerakan yang termasuk dalam gerakan *lokomotor*.

#### 2) Nonlokomotor

Dalam bermain sepakbola ada gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat, seperti menjangkau, melenting, membungkuk, dan meliuk. Gerakan-gerakan tersebut tergolong ke dalam rumpun gerak *nonlokomotor*.

#### 3) Manipulatif

Gerakan-gerakan yang termasuk ke dalam rumpun gerak *manipulatif* dalam permainan sepakbola, meliputi gerakan menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, dan menangkap bola bagi penjaga gawang atau lemparan ke dalam untuk memulai permainan setelah bola keluar lapangan.

### **2.1.9 Teknik dasar bermain sepak bola**

Menurut Sucipto (2000:17-36), teknik dasar dalam permainan sepakbola terbagi menjadi beberapa bagian, yaitu :

1) Menendang (*Kicking*)

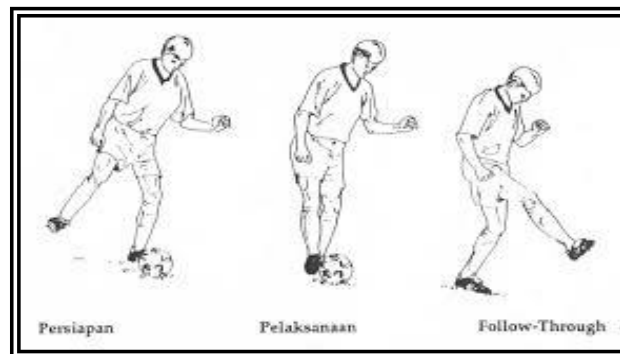
Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik, akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the gol*) dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*).

Dilihat dari perkenaan bagian kaki pada bola, menendang dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu:

a) Menendang dengan kaki bagian dalam

Tahapan gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- Badan menghadap sasaran di belakang bola;
- Kaki tumpu berada disamping bola  $\pm 15$  cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk;
- Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola;
- Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola;
- Pergelangan kaki ditegangkan pada saat mengenai bola;
- Gerak lanjut kaki tendang diangkat menghadap sasaran;
- Pandangan ditujukan ke bola dan mengikuti arah jalannya bola terhadap sasaran;
- Kedua lengan terbuka disamping badan; dan
- Untuk lebih jelasnya lihat gambar dibelakang.



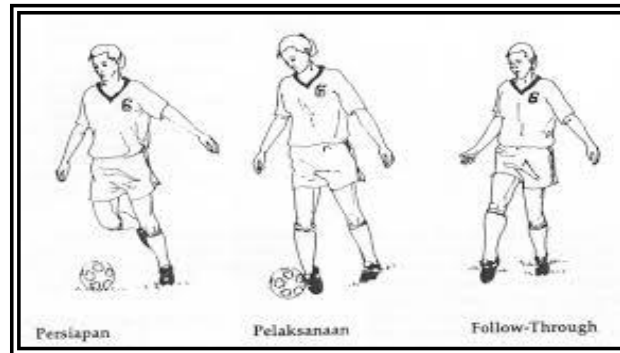
Gambar 2.1 Menendang dengan kaki bagian dalam

Sumber: Sucipto (2000:18)

b) Menendang dengan kaki bagian luar

Tahapan gerak menendang dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- Posisi badan di belakang bola, kaki tumpu di samping belakang bola  $\pm 25$  cm, ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit ditekuk;
- Kaki tendang brada di belakang bola, dngan ujung kaki menghadap ke dalam;
- Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola;
- Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki bagian luar dan tepat pada tengah-tengah bola, pada saat perkenaan dengan bola pergelangan kaki ditegangkan;
- Gerak lanjut kaki tendang diangkat serong  $\pm 45^0$  menghadap sasaran;
- Pandangan ke bola dan mengikuti jalannya bola ke sasaran;
- Kedua lengan terbuka menjaga keseimbangan di samping badan; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar dibelakang.



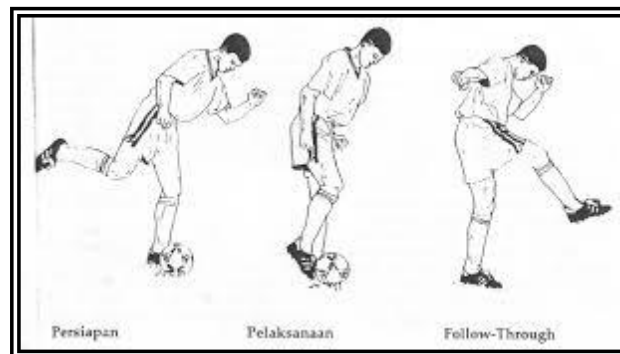
Gambar 2.2 Menendang dengan kaki bagian luar

Sumber: Sucipto (2000:19)

c) Menendang dengan punggung kaki

Tahapan gerak menendang dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit ditekuk;
- Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke depan/sasaran;
- Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola;
- Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola pergelangan kaki ditegangkan;
- Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran;
- Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.3 Menendang dengan punggung kaki

Sumber: Sucipto (2000:20)

2) Menghentikan Bola (*Stopping*)

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk di dalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk mengumpan. Menghentikan bola dengan cara yang salah akan mempersulit gerakan kombinasi selanjutnya, seperti mengumpan bola.

Dilihat dari perkenaan bagian kaki pada bola, menghentikan bola dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu:

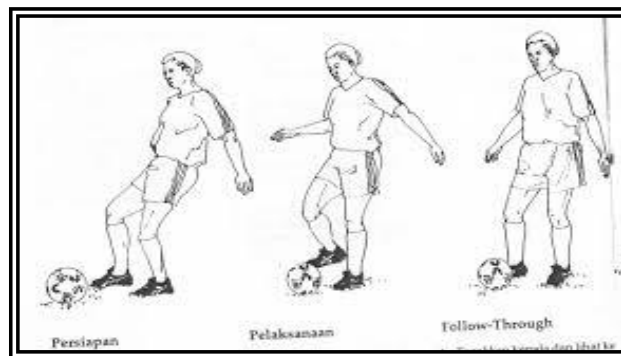
a) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

Tahapan gerak menghentikan bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- Posisi badan segaris dengan datangnya bola;
- Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk;
- Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola;



- Bola menyentuh kaki persis dibagian dalam/mata kaki;
- Kaki penghenti mengikuti arah bola;
- Kaki penghenti bersama bola berhenti di bawah badan (terkuasai);
- Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti;
- Kedua lengan dibuka di samping badan menjaga keseimbangan; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.4 Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

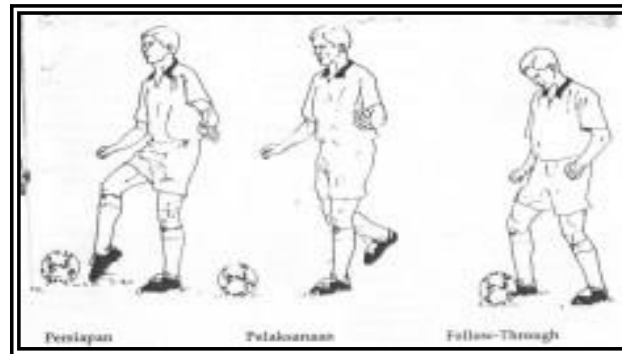
Sumber: Sucipto (2000:23)

b) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Tahapan gerak menghentikan bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- Posisi badan menghadap ke datangnya bola;
- Kaki tumpu berada di samping  $\pm 30$  cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk;
- Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola;
- Bola menyentuh kaki persis di permukaan kaki bagian luar;

- Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berada di bawah badan/terkuasai;
- Posisi lengan berada di samping badan untuk menjaga keseimbangan; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.5 Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Sumber: Sucipto (2000:24)

c) Menghentikan bola dengan punggung kaki

Tahapan gerak menghentikan bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- Posisi badan menghadap datangnya bola;
- Kaki tumpu berada di samping  $\pm 15$  cm dari garis datangnya boladengan lutut sedikit ditekuk;
- Kaki penghenti diangkat sedikit dan dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola;
- Bola menyentuh kaki persis di puunggung kaki;
- Pada saat kaki menyentuh bola, kaki pennghent mengikuti arah bola sampai berhenti di bawah badan/terkuasai;
- Posisi lengan berada di samping badan untuk menjaga keseimbangan; dan

- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.6 Menghentikan bola dengan punggung kaki

Sumber: Sucipto (2000:25)

### 3) Menggiring Bola (*Dribbling*)

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

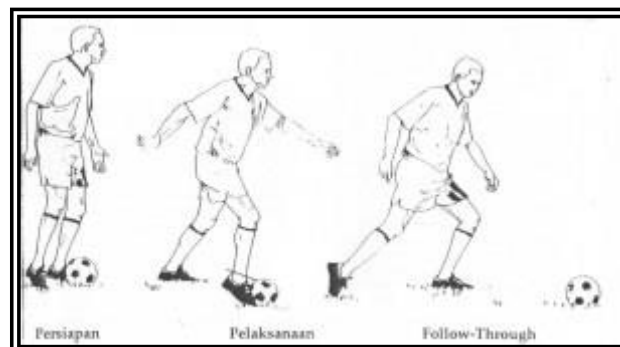
Dilihat dari perkenaan bagian kaki pada bola, menggiring bola dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu:

#### a) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Tahapan gerak menggiring bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- Posisi kaki mmenggiring bola samma dengan posisi menendang bola;
- Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik ke belakang hanya diayunkan ke depan;

- Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/didorong bergulir ke depan;
- Bola bergulir harus selalu daket dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai;
- Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola;
- Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan;
- Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.7 Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

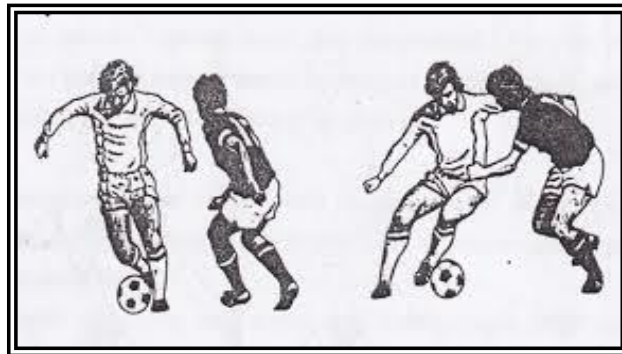
Sumber: Sucipto (2000:29)

b) Menggiring bola dengan kaki bagian luar

Tahapan gerak menggiring bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki bagian luar;

- Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh/mendorong bola bergulir ke depan;
- Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola;
- Bola selalu dekat dengan kaki agar bola tetap dikuasai;
- Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola;
- Pada saat kaki menyentuh bola pandangan ke arah bola, selanjutnya melihat situasi;
- Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.8 Menggiring bola dengan kaki bagian luar

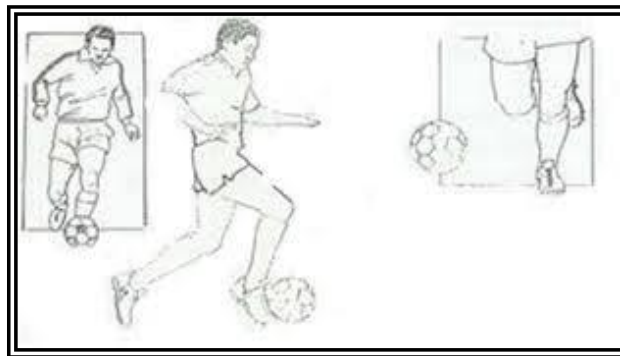
Sumber: Sucipto (2000:30)

c) Menggiring bola dengan punggung kaki

Tahapan gerak menggiring bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki;
- Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh/mendorong bola tanpa terlebih dahulu ditarik ke belakang dan di ayun ke depan;

- Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola;
- Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai;
- Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah menguasai bola;
- Pandangan melihat bola pada saat kaki menyentuh, kemudian lihat situasi dan kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan; dan
- Untuk lebih jelasnya, lihat gambar di bawah ini.



Gambar 2.9 Menggiring bola dengan punggung kaki

Sumber: Sucipto (2000:31)

4) Menyundul bola (*Heading*)

Menyundul bola pada hakekatnya memainkan bola dengan kepala. Tujuan menyundul bola dalam permainan sepakbola adalah untuk mengumpan (*passing*), mencetak *gol*, dan mematahkan serangan lawan/membuang bola.

5) 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*). Namun khusus untuk *sliding tackling*, pemain harus lebih berhati-hati dalam melakukannya agar tidak dianggap membahayakan.

#### 6) Lemparan Ke Dalam (*Throw-in*)

Lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik permainan sepakbola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan. Lemparan ke dalam bertujuan untuk memulai permainan kembali setelah bola keluar dari lapangan. Dalam permainan modern lemparan ke dalam dapat dijadikan umpan untuk menyerang dan menciptakan peluang menjadi sebuah *gol*.

#### **2.1.10 Karakteristik permainan Boi boian**

Permainan boi boian merupakan permainan dari Jawa Barat khususnya di daerah Sunda. Sebenarnya, permainan ini memiliki nama yang berbeda-beda di setiap daerahnya. Misal, di daerah Pati, Jawa Tengah, permainan ini dikenal dengan nama Gaprek Kempung. Di daerah Sunda, ada yang menyebutnya boy-boyan, ada juga yang menyebutnya bebencaran. Dan di beberapa daerah lainnya permainan ini disebut Gebokan, karena katanya suara yang biasa ditimbulkan apabila bola kertas yang digunakan dalam permainan mengenai anggota badan dari pemain akan menimbulkan suara "*Gebok*". Jumlah anggota tiap kelompok minimal 2 orang, semakin banyak anak yang ikut bermain, maka bertambah seru permainannya. Permainan ini biasanya dimainkan oleh anak-anak pedesaan di waktu sore setelah salat asar, permainan tradisional boi-boian bukan permainan yang hanya dimainkan untuk anak laki-laki, anak perempuan pun bisa bermain boi boian, permainan ini sebagai hiburan di waktu kosong.

#### **2.1.11 Karakteristik permainan Pak Bo Tang**

Permainan *Pak Bo Tang* adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan, dimana masing-masing tim berjumlah 5 orang pemain. Dalam

permainan ini ada tim yang “main” dan ada tim yang “jaga”. Tim yang “main” bertugas untuk menyusun kaleng seperti menara untuk mendapatkan poin, dan menghindari bola agar tidak “mati”. Tim yang “jaga” bertugas mematikan lawan dengan cara menendang bola mengenai bagian kaki dari lawan, sampai semua tim lawan “mati” dan akan mendapatkan poin.

Permainan ini diawali dengan juggling yang diwakili oleh satu orang didalam tim, dan tim yang dapat melakukan juggling terbanyak dapat melakukan tendangan pada bola terlebih dahulu dengan menggunakan ujung kaki dan diarahkan pada kaleng yang tersusun seperti menara dengan jarak tertentu agar kaleng tersebut rubuh dengan tujuan untuk menentukan tim mana yang akan dapat giliran “main” atau “jaga”, tim yang dapat merubuhkan kaleng tersebut akan mendapatkan giliran “main”.

## **2.2 Kerangka Berfikir**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Sesuai dengan kompetensi dasar dan kurikulum pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar, siswa diharapkan mampu mempraktikkan gerakan dasar dari permainan bola besar dengan pembelajaran yang dikembangkan dan dimodifikasi. Sehingga tujuan pendidikan jasmani yang



mencakup aspek kognitif, aspek afektif dan psikomotor dapat tercapai.

Berdasarkan karakteristik pada usia siswa Sekolah Dasar (SD), maka dalam membelajarkan suatu keterampilan olahraga disesuaikan dengan karakteristik perkembangannya. Pendekatan bermain merupakan suatu metode pembelajaran yang dikonsepsi dalam bentuk permainan. Dengan bermain hasrat gerak anak terpenuhi, namun di dalamnya terkandung unsur pembelajaran.

Bermain merupakan dunia anak. Mereka haus akan gerak. Dengan bermain mereka menjadi tangkas. Bukan hanya itu, melalui bermain mereka dapat mengeksplorasi lingkungan sekitarnya. Karena itu pula, keterampilan mereka menjadi berkembang. Mereka akan kuasai dengan baik aneka keterampilan dasar, seperti melompat, melempar, menggantung, berlari dan lain-lain.

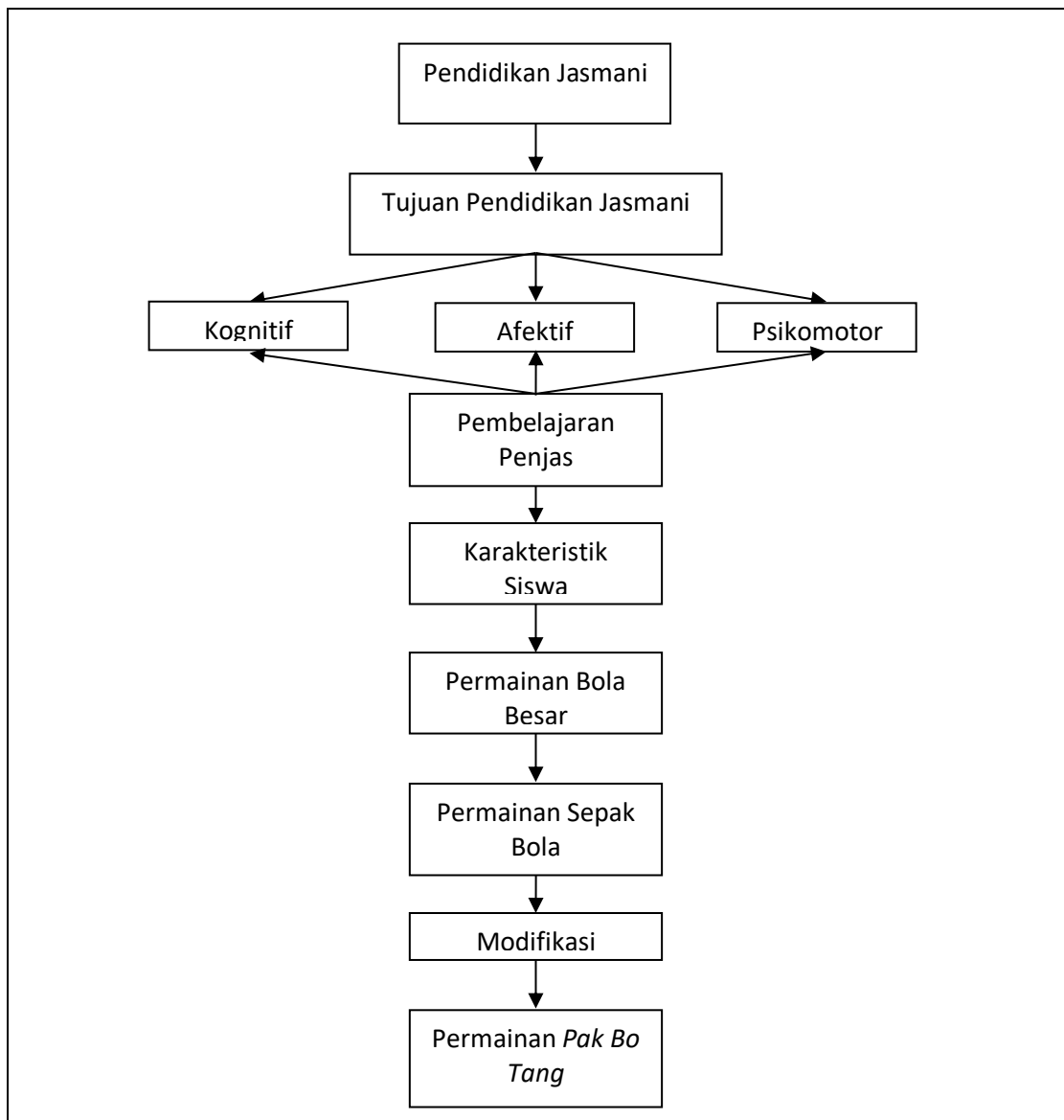
Keterampilan mereka bertambah kaya. Kelak kesemua inilah yang akan menjadi landasan kuat bagi keterampilan dalam hidup sehari-hari, termasuk keterampilan olahraga.

Melalui permainan yang menarik, siswa akan mengikuti pembelajaran penjasorkes dengan perasaan yang senang, bersemangat dan tidak jenuh. Oleh karena itu guru penjas harus lebih kreatif dalam menciptakan permainan-permainan bagi siswa dalam pembelajarannya. Untuk menciptakan permainan yang menarik, dapat dilakukan dengan cara memodifikasi peraturan, alat bahkan menggabungkan permainan olahraga yang sudah ada.

Pada kenyataannya dalam proses pembelajaran permainan bola besar khususnya sepak bola di sekolah masih menggunakan peraturan baku, dan belum menggunakan model pembelajaran melalui permainan yang menarik, sehingga

masih banyak dijumpai anak-anak yang merasa tidak senang, bosan dan kurang aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Oleh karena itu perlu adanya pengembangan model pembelajaran yang sesuai yaitu pembelajaran yang efektif, kreatif dan menyenangkan. Selain itu guru harus bisa lebih peka terhadap sarana dan prasarana yang kurang lengkap sehingga guru harus sebisa mungkin memodifikasi permainan agar proses belajar mengajar tetap berjalan.

Pengembangan model permainan *Pak Bo Tang* diharapkan mampu membuat anak menjadi lebih aktif bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan dan memberikan adanya minat belajar yang tinggi pada siswa ketika mengikuti pembelajaran sepak bola di sekolah.



Gambar 2.10 Alur pemahaman kerangka berpikir

## BAB V

### KAJIAN DAN SARAN

#### 5.1 Kajian Prototipe Produk

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah produk model permainan *Pak Bo Tang* yang berdasarkan data saat uji coba produk kelompok kecil (10 siswa putra dan 10 siswa putri) pada siswa kelas VI SD Negeri Jawisari dan uji coba kelompok besar (20 siswa putra dan 20 siswa putri) pada siswa kelas V dan VI SD Negeri Jawisari.

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

- 1) Produk model permainan *Pak Bo Tang* diuji cobakan pada uji coba produk kelompok kecil sebagai uji coba produk awal sebelum diuji cobakan pada uji coba kelompok besar. Berdasarkan kriteria penilaian uji ahli dan respon siswa terhadap produk permainan *Pak Bo Tang* maka produk permainan ini telah memenuhi kriteria **baik** sesuai dengan peraturan yang telah ditetapkan sehingga aspek ini dapat dikatakan **layak** dan memenuhi kriteria untuk dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran untuk siswa kelas VI SD Negeri Jawisari.
- 2) Setelah produk model permainan *Pak Bo Tang* diujicobakan pada uji coba kelompok kecil, kemudian diujicobakan pada uji coba kelompok besar. Berdasarkan kriteria penilaian uji ahli dan respon siswa yang ada maka produk permainan *Pak Bo Tang* ini telah memenuhi kriteria **sangat baik**

sesuai dengan peraturan yang telah ditetapkan sehingga aspek ini dapat dikatakan **layak**. Sehingga dapat di simpulkan bahwa permainan *Pak Bo Tang* layak digunakan sebagai produk modifikasi permainan bola besar pada siswa kelas V dan VI SDN Jawisari.

- 3) Faktor yang menjadikan model permainan *Pak Bo Tang* dapat diterima sebagai modifikasi permainan bola besar dilihat dari hasil uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Disimpulkan berdasarkan penilaian ahli dan respon siswa terhadap produk permainan pada semua tahap penelitian, berada pada kriteria **sangat baik**. Baik dalam peraturan permainan, penerapan sikap dalam permainan dan respon siswa terhadap permainan *Pak Bo Tang*. Produk permainan *Pak Bo Tang* ini layak dijadikan sebagai alternatif permainan bola besar bagi siswa kelas atas SDN Jawisari dan semoga bisa dikembangkan lagi di SD lain di Kecamatan Limbangan.

## 5.2 Saran

Beberapa saran yang dapat disimpulkan berkaitan dengan pemanfaatan dan pengembangan produk permainan *Pak Bo Tang* adalah:

- 1) Model pengembangan permainan *Pak Bo Tang* merupakan produk yang dihasilkan dalam penelitian ini, sehingga dapat digunakan sebagai alternatif dalam penyampaian materi pembelajaran permainan bola besar dalam bentuk permainan *Pak Bo Tang* untuk siswa SD.
- 2) Bagi guru penjasorkers di SD, diharapkan dapat menggunakan model pengembangan permainan *Pak Bo Tang* karena permainan ini sangat disenangi siswa dan dapat menambah keaktifan siswa dalam mengikuti

pembelajaran penjasorkes khususnya permainan bola besar.

- 3) Permainan *Pak Bo Tang* diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu referensi bagi guru untuk dapat mengembangkan produk lain dalam ruang lingkup materi pembelajaran penjasorkes.
- 4) Bagi peserta didik, kebingungan dan kesalahan dalam menerapkan permainan *Pak Bo Tang* dalam pembelajaran khususnya bagi para pemula diharapkan tidak mengurangi motivasi dalam belajar.
- 5) Peneliti mengharapkan berbagai masukan bagi para pengguna, untuk penyempurnaan produk lebih lanjut apabila masih diperlukan perbaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Dekdikbud
- Amung Ma'mun, dan Yudha M. Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud
- Hurlock, Elizabeth B. 2004. *Developmental Psychology*. Jakarta: Erlangga
- Martin, Sudarmono. 2010. Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola Melalui Permainan SepakBola Gawang Ganda Bagi Siswa SMP N 3 Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2009 / 2010. Skripsi, Semarang: Tidak Diterbitkan.
- Mutiah, Diana. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Punaji Setyosari. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta: Kencana
- Puslitjaknov. 2008. *Metode Penelitian Pengembangan*. Jakarta: Depdiknas
- Rusli Lutan. 2000. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS*. Jakarta: Litera
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepakbola*. Jakarta : Depdikbud.
- Sugiyanto.2008. *Perkembangan dan Belajar Motorik (22<sup>nd</sup>)*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Alfabeta,cv
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta,cv
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sukintaka. 2004. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud
- Yoyo Bahagia dan Adang Suherman. 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdikbud

- Adi Permono, I., & Hartiawan, U. (2013). Model Pengembangan Permainan Bola Basket Dengan Tiga Ring Pada Siswa Kelas VIII SMP N 1 Leksono. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(5).
- Andrian, B. B., & Yuwono, C. (2015). Pengembangan Model Pembelajaran Sepakbola dengan Permainan “Balangka”. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(10).
- Ammar, S. (2014). Meningkatkan Hasil Belajar Menendang Bola Melalui Permainan Sepi Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Ngadirgo 02 Kecamatan Mijen Kota Semarang Tahun 2013. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(6).
- Anisah, H. (2015). Model Pengembangan Permainan Jumpgoso Dalam Penjasorkes Pada Siswa Kelas III SD Negeri Sukodadi 2 Kecamatan Bandongan Kabupaten Magelang Tahun 2013/2014. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(6).
- Ardiyanto, H., & Fajaruddin, S. (2019). Tinjauan atas artikel penelitian dan pengembangan pendidikan di Jurnal Keolahragaan. *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 83-93.
- Arif, M. (2014). Peningkatan Hasil Belajar Passing Pada Permainan Sepak Bola Melalui Permainan Gawang Beralih Untuk Pembelajaran Penjasorkes Siswa SD Negeri Candirejo 01 Kab. Batang Tahun 2013. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(9).
- Astuti, N. S. W. (2016). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Tradisional Bolgrang Siswa Kelas V SDN Gedong 03 UPTD Pendidikan Kecamatan Banyubiru Semester II Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Profesi Keguruan*, 2(1), 10-16.
- Astuti, Y., & Mardius, A. (2017). Pengembangan permainan kolaboratif dalam pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah dasar untuk optimalisasi pembentukan karakter. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 79-86.
- Atradinal, A., Syahputra, R., Oktarifaldi, O., Mardela, R., Putri, L. P., Oktavianus, I., & Bakhtiar, S. (2020). Dissemination and Training of Identification and Development of Sport Talent for Physical Education Teachers and Sports Trainers in the Province of West Sumatra. *Jurnal Humanities Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 112-125.
- Belhaj, M. M. S., & Hidayah, T. (2015). Pengembangan Model Permainan Sepakbola Empat Gawang Dalam Pembelajaran Pendidikan



- Jasmani. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(2).
- Bhakti, R. Y., & Yuwono, C. (2016). Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Colorful Balls Run Untuk Reaksi Gerak Pada Anak Tunagarhita. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 5(1), 18-23.
- Deviantony, F., Lestari, P., Anggalia, N., & Handayani, W. (2020). LEGO Sebagai Permainan Tradisional Berbasis Kelompok Pada Anak Domino (Disorder Of Gaming And Internet Addiction): A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(1).
- Donny Setiawan, S. (2018). Plagiasi Hubungan Antara Motivasi Latihan Dan Kemampuan Menendang Bola Dalam Permainan Sepakbola Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Pakusari. *Bravo's Jurnal*, 5(4).
- Esa, A. K. (2013). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Sepak Bola Mini Melalui Permainan Bola Holahop Pada Siswa Kelas V SD Negeri 01 Bojongbata Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(10).
- Fahrizal, H. (2015). Penerapan Media Pembelajaran Pokok Bahasan Aktivitas Pengembangan Di Kelas X SMA Negeri 6 Banda Aceh. *Jurnal Administrasi Pendidikan: Program Pascasarjana Unsyiah*, 3(1).
- Fatoni, N. (2014). Upaya Peningkatan Pembelajaran Sepak Bola Menggunakan Modifikasi Permainan Gol Injak Kelas V Semester II SD Negeri 3 Langenharjo Kec. Kendal Kab. Kendal Tahun 2013. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(9).
- Febrianto, F. (2017). Analisis Teknik Dasar Permainan Sepakbola Klub Sinar Harapan Tulangan Sidoarjo pada Liga 3 Regional Jatim. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(1).
- Heriyanto, T., & Akhiruyanto, A. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Shooting Dalam Sepakbola Melalui Pendekatan Permainan Bola Inovatif. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(11).
- In'aam, M., Wahadi, W., & Budianto, K. S. (2015). Pengaruh Latihan Dribble Menggunakan Satu Kaki Dominan Dan Dua Kaki Bergantian Terhadap Kecepatan Dribbling. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 4(2).
- Jurgensen, S. C. I. (2017). *The Government Intervention Towards Indonesia's Football Association (Pssi): The Impact Of Indonesia's Participation In International Football Competition (2015-2016)* (Doctoral dissertation, President University).

- Lestariyanto, D. (2014). Pengembangan Model Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Permainan Lompat Bambu Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 4 Wulung Kecamatan Randublatung Kabupaten Blora Tahun 2013. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(12).
- Ma'amun, A., & Setiawan, I. (2015). Pembelajaran Kebugaran Jasmani Melalui Permainan BOI. *Active : Journal of Physhical Education, Sport, Health, and Recreation*, 4(10)
- Munendra, A. W., & Lumintuarso, R. (2015). Pengembangan model pembelajaran lempar lembing untuk siswa sekolah menengah pertama (SMP). *Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 127-138.
- Ngolo, H., & Abdul, M. N. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Passing Permainan Sepak Bola di SMP Negeri 7 Wasilei Halmahera Timur. *Jp. jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 2(1), 30-41.
- Nurmas, Y. R. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Dasar Sepak Bola Melalui Pendekatan Bermain Komgirbol (Kompetisi Giring Bola) Di Kelas V Sd Salaman Mloyo Semarang. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(1).
- Nururi, A. N., & Sulaiman, S. (2015). Permainan Sepak Bola (Dora) Dalam Pembelajaran Penjasorkes Kelas VI SD Negeri Palebon 02 Kec. Pedurungan Kota Semarang Tahun 2013. *Active: Journal Of Physical Education, Sport, Health And Recreation*, 4(7).
- Putri, S. A. R. (2017). Peranan Motivasi Terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motorik Peserta Didik Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Rokania*, 2(1), 119-129.
- Rangga, G. (2016). Peningkatan Hasil Belajar Sepak Bola Melalui Pendekatan Scientific Dalam Pembelajaran Penjasorkes. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 5(3), 158-164.
- Rizky, L., & Setiawan, I. (2013). Pengembangan Pembelajaran Lempar Lembing Menggunakan Media Roket Pada Siswa Kelas IX SMP N 2 Pemalang Tahun Pelajaran 2012/2013. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(7).
- Rosianah, D. R., & Setiawan, I. (2013). Model Pengembangan Permainan Gobak Sodor Bola Pada Pembelajaran Bola Tangan Dalam Penjasorkes Siswa Kelas V Pada Sekolah Dasar. *ACTIVE : Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(3).

- Rossyandika, R. S. (2013). Pengembangan Model Permainan Soccer Raket Dalam Pembelajaran Sepak Bola Pada Siswa Kelas 6 SD Negeri 01 Tempelrejo Kecamatan Mondokan Kabupaten Sragen. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(9).
- Santosa, G. A. (2017). China's Soft Power: The Making Of Football Superpower ('Soft Power'cina: Menuju Kekuatan Adidaya Dalam Sepakbola). *Jurnal Pertahanan & Bela Negara*, 7(1), 73-90.
- Santoso, E. W. (2014). Persepsi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Prodi PGPJSD Universitas Negeri Semarang Terhadap Prestasi Sepakbola Timnas Indonesia Dari Tingkatan Junior Sampai Senior. *Jurnal Unnes*.
- Sermaxhaj, S., Popovic, S., Bjelica, D., Gardasevic, J., & Arifi, F. (2017). Effect of recuperation with static stretching in isokinetic force of young football players. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(3), 1948-1953.
- Setiawan, I., Triyanto, H. (2014). Pengembangan Permainan Tradisional Gobak Sodor Bola Dalam Pembelajaran Penjas Pada Siswa SD. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 4(1).
- Sinurat, R., & Rahayu, R. (2019). Analisis Pembangunan Olahraga Kabupaten Rokan Hulu Provinsi Riau Ditinjau Dari Sport Development Indeks (SDI). *Penjaskesrek Journal*, 6(2), 182-192.
- Solikh, A. (2013). *Penerapan Permainan Sepak Bola Mini dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas V SDN 1 Purwogondo Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Sujana, D. (2018). The Influence of Infrastructure Management on Sports Development at State Polytechnics in Bandung. *Soshum: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 8(1), 23-32.
- Supriadi, A. (2015). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiirng Bola Pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(1), 1-14.
- Suryansah, S., Dinata, K., & Daniyantara, D. (2019). Model Pengembangan Permainan Peresean Dalam Meningkatkan Minat Olahraga Tradisional Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 1 Praya Timur. *Jp. jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 3(1), 27-42.
- Sutoro, S., & Kurdi, K. (2020). Development of Learning Model "Chair Grounds Ring" Made from Environmentally Friendly Raw Materials. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(1), 42-47.

- Tarigan, B. S., Sugiyanto, S., & Purnama, S. K. (2018). Result of Government Public Policies Related to Development of Sports in the Metro City Based on the Sport Development Index. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 5(5), 49-57.
- Widiyatmoko, F. A., & Hudah, M. (2017). Evaluasi Implementasi Pendidikan Nilai Dalam Pembelajaran Penjas. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, 3(2).
- Wijaya, W. H., & Soegiyanto, K. S. (2015). Permainan Bokingan Untuk Pembelajaran Permainan Bola Besar Penjasorkes Sekolah Dasar. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(1).
- Yoland, S., & Komaini, A. (2019). Pengaruh Latihan Model Shadow Untuk Meningkatkan Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Stamina*, 2(7), 1-11.