

BAB II

TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kerangka Teori

1. Pendekatan Pembelajaran

Pembelajaran adalah suatu usaha yang disengaja, bertujuan, dan terkendali agar orang lain belajar atau terjadi perubahan yang relatif menetap pada diri orang lain.¹ Menurut Smith dan Ragan menyatakan bahwa pembelajaran adalah desain dan pengembangan penyajian informasi dan aktivitas-aktivitas yang diarahkan pada hasil belajar tertentu.² Suparman mengungkapkan bahwa pembelajaran adalah suatu rangkaian peristiwa yang mempengaruhi peserta didik atau pembelajaran sedemikian rupa sehingga perubahan perilaku yang disebut hasil belajar terfasilitasi.³ Pendekatan pembelajaran adalah sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran.⁴

Menurut tim pengembang MKDP pendekatan pembelajaran adalah suatu upaya menghampiri makna pembelajaran melalui suatu cara pandang

¹ Yusufhadi Miarso, *Menyamai benih Teknologi Pendidikan*, (Jakarta:Kencana 2011), h. 545

² Martinis Yamin, *Strategi dan Metode dalam Model Pembelajaran*,(Jakarta:Press Group), h. 16

³ Atwi Suparman,*Desain Intruksional Modern*,(Jakarta:Erlangga 2012), h. 10

⁴ Wina Sanjaya,*Strategi Pembelajaran*,(Jakarta: Kencana 2011), h.127.

dan pandangan tertentu atau aplikasi suatu cara pandang dan pandangan tertentu dalam memahami makna pembelajaran.⁵

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan maka pendekatan pembelajaran adalah jalan atau arah yang ditempuh oleh guru atau siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Dalam hal ini adalah serangkaian proses pembelajaran sepak bola untuk memperoleh hasil belajar *heading*, ditinjau dari pendekatan *drill* dan pendekatan taktis. Tujuan pendekatan dalam pembelajaran permainan sepak bola adalah meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain melalui penerapan teknik yang tepat sesuai dengan masalah atau situasi dalam permainan sepak bola.

Dalam suatu kegiatan pembelajaran dapat dikatakan terjadi belajar, apabila terjadi proses perubahan perilaku pada diri siswa sebagai hasil dari suatu pengalaman. Pendekatan keterampilan proses dapat diartikan sebagai wawasan atau panutan pengembangan keterampilan-keterampilan intelektual, sosial, dan fisik yang bersumber dari kemampuan-kemampuan mendasar yang pada prinsipnya telah ada dalam diri siswa.⁶

Untuk dapat menerapkan pendekatan keterampilan proses dalam pembelajaran, kita perlu mempertimbangkan dan memperhatikan karakteristik siswa dan karakteristik suatu materi.

⁵ Tim pengembang MKDP, *Kurikulum Pembelajaran*, (Jakarta:Rajawali press, 2011), h.190.

⁶ Mudjiono dan Dimiyati, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta:Rineka Cipta, 2006), h.138.

2. Pendekatan Drill

Drill sering disebut juga dengan suatu perlakuan yang dilakukan secara intensif dan berulang-ulang. Metode ini merupakan salah satu bentuk latihan. Semua kegiatan latihan diorganisir oleh pelatih dan siswa mempraktikkannya sesuai dengan instruksi atau petunjuk pelatih.

Pribadi mengatakan pendekatan dan pengulangan biasa disebut juga dengan istilah *drill and practice*, yakni metode yang menekankan pada latihan intensif dan berulang-ulang dengan tujuan agar siswa dapat menguasai keterampilan yang bersifat spesifik.⁷

Dalam pendekatan ini, pelatih menciptakan situasi tertentu untuk memacu siswa berfikir dan berbuat sesuai instruksi dari pelatih. Pelatih secara ketat mengontrol siswa dalam melakukan gerakan *heading* dengan individu dan berpasangan agar benar-benar dilakukan sesuai dengan petunjuk yang diberikan. Segala bentuk kegiatan latihan ditentukan oleh pelatih dan siswa harus melaksanakannya sesuai dengan yang diinstruksikan oleh pelatih.

Keterampilan diperoleh melalui pengulangan penguasaan suatu keterampilan atau pemantapan keterampilan baru diperoleh repetisi dimana setiap fase latihan mengembangkan kekompakan stimulus dan respon.⁸

⁷ Benny. A. Pribadi, *Model Desain Sistem Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Dian Rakyat, 2009), h. 56.

⁸ Rusli Rutan, *Belajar Motorik Keterampilan Pengantar Teori dan Metode*, (Jakarta: Depdikbud, 1999), h. 125.

Dalam proses belajar dengan melalui keterampilan gerak dapat dilihat dari segi tahapan belajar gerak.

Sugiyanto mengemukakan bahwa proses belajar gerak bertujuan untuk menguasai gerakan keterampilan berlangsung dalam tiga tahapan atau fase yaitu sebagai berikut:⁹

a. Fase Kognitif

Fase kognitif merupakan tahap awal dalam belajar gerak keterampilan. Disini siswa berusaha untuk memahami bentuk gerakan yang dipelajari, kemudian mencoba untuk melakukan berulang-ulang. Pada fase ini aktifitas kognitif atau atau aktivitas berfikir masih menonjol karena harus berusaha memahami bagaimana bentuk gerakan dan bagaimana melakukan gerakan, gerakannya masih sangat dipengaruhi oleh fikirannya. Pada fase kognitif, apabila gerakan keterampilan yang dipelajari cukup rumit dan meliputi rangkaian gerakan yang bermacam-macam, dalam mempraktekannya dilakukan dengan cara mempraktekan bagian demi bagian gerakan dengan ini siswa akan lebih mudah menguasainya.

b. Fase Asosiatif

Fase asosiatif ini, dengan cara melakukan rangkaian gerakan secara berulang-ulang, penguasaan atas gerakan akan semakin meningkat. Peningkatan penguasaan atau keterampilan gerak akan nampak dua hal: gerakan semakin lancar, makin sesuai dengan kemauan atau makin sesuai

⁹ Sugiyanto, *Belajar Gerak*, (Jakarta: Koni Pusat, 1993), h.19

dengan bayangan gerakan yang ingin dilakukan, kesalahan gerakan makin berkurang dan makin konsisten, dan pelaksanaanya makin halus.

c. Fase Otonom

Fase otonom merupakan fase akhir dalam belajar gerak keterampilan. Pada fase ini pelajar mencapai tingkat penguasaan tingkat tertinggi. Pelajar bisa melakukan rangkain gerakan keterampilan secara otonom dan secara otomatis. Gerakan bisa dilakukan secara otonom artinya adalah bahwa siswa mampu melakukan gerakan keterampilan tertentu walaupun pada saat yang bersamaan ia harus melakukan aktivitas lainnya. Untuk mencapai fase otonom, diperlukan pemraktekan gerakan berulang-kali secara teratur dalam jumlah ulangan yang banyak sekali dan jangka waktu yang relatif lama. Kemampuan untuk mencapai fase ini untuk setiap individu tidak sama dan untuk mencapai tingkat yang sama, jangka yang diperlakukannyapun berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi faktor bakat dan minatnya.

Sudjana menyatakan prinsip dan petunjuk dari penggunaan pendekatan yaitu:

- a) Siswa harus diberi pengertian yang mendalam sebelum diadakan latihan tertentu.
- b) Latihan untuk pertama kalinya hendaknya bersifat diagnosis, mula-mula kurang berhasil, lalu diadakan perbaikan untuk bisa lebih sempurna.
- c) Latihan tidak perlu lama asal sering dilakukan.

- d) Harus disesuaikan dengan taraf kemampuan siswa.
- e) Proses latihan hendaknya mendahulukan hal-hal yang essensial dan berguna.¹⁰

Berdasarkan uraian beberapa pendapat di atas, maka disimpulkan bahwa pendekatan *drill* adalah metode yang menekankan pada latihan intensif dan berulang-ulang dengan tujuan agar siswa dapat menguasai keterampilan yang bersifat spesifik. Dalam penelitian ini pendekatan *drill* yang dimaksudkan adalah kemampuan siswa melakukan *heading* secara berulang-ulang. Baik secara individu maupun berpasangan.

3. Pendekatan Taktis

Pendekatan taktis adalah salah satu model pembelajaran yang didalamnya menggunakan permainan. Menurut Subroto pendekatan taktis bertujuan agar siswa mampu memadukan penguasaan teknik dasar yang dipelajari dengan kemampuan bermainnya serta sekaligus menanamkan keyakinan dalam diri siswa untuk dapat menerapkan taktik bermainnya sejalan dengan meningkatnya teknik dasar yang dimilikinya.¹¹

Sucipto yang dikutip oleh Aprizal mengemukakan bahwa tujuan pendekatan taktis yaitu agar siswa mampu memadukan penguasaan teknik dasar yang dipelajari dengan kemampuan bermainnya sekaligus

¹⁰ Nana Sudjana, *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2005), h. 87.

¹¹Subroto, Toto, *Belajar dan Pembelajaran Penjas*, (Bandung: FPOK UPI. 2010), h.1

menanamkan keyakinan dalam diri siswa untuk dapat menerapkan taktik bermainnya sejalan dengan meningkatnya teknik dasar yang dimilikinya.¹²

Jadi, pendekatan taktis menekankan pada permainan dan sekaligus dapat meningkatkan teknik dasar yang berkaitan dengan bentuk permainannya, sehingga siswa diharapkan bisa memahami relevansi pembelajaran teknik dasar terhadap situasi-situasi di dalam permainan sebenarnya. Apabila metode pendekatan taktis diterapkan pada pembelajaran pendidikan jasmani seperti yang telah dijelaskan tadi dengan baik, maka besar kemungkinan siswa akan lebih antusias, tertarik, dan termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani disekolah-sekolah. Lebih lanjut dikemukakan bahwa tujuan pendekatan taktis adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain dengan penerapan teknik yang tepat sesuai dengan masalah dalam permainan.

Hal senada dikemukakan pula oleh Hoedaya mengatakan bahwa pendekatan taktis adalah metode yang memadukan penguasaan teknik dasar yang dipelajari dengan kemampuan bermainnya, serta menanamkan

¹² Fauzi Aprizal, *Penerapan Model Pendekatan Taktis dalam Upaya Meningkatkan Penguasaan pada Permainan Sepakbola* (Penelitian Tindakan Kelas di SDN Sirnagalih Kabupaten Bandung), (Skripsi POR UPI: Bandung, 2013), h. 4

keyakinan dalam diri siswa untuk bisa menerapkan taktik bermainnya, sejalan dengan meningkatnya keterampilan yang dimilikinya.¹³

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendekatan taktis adalah salah satu model pembelajaran yang didalamnya menggunakan permainan agar siswa mampu memadukan penguasaan teknik dasar yang dipelajari. Serta kemampuan meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain.

Dalam pembelajaran penjas atau ekstrakurikuler pemilihan metode pembelajaran sangat penting, agar proses pembelajaran berlangsung dengan baik. Salah satu pembelajaran yang sering digunakan yaitu pendekatan taktis. Apa yang guru dan pelatih ajarkan disekolah pada pembelajaran olahraga dihubungkan dengan cara bermain.

Olahraga dan bermain yang dirancang suatu proses pembelajaran yang kondusif diyakini dapat menghasilkan rasa senang siswa, edukatif, menarik atau menantang, dan dapat pula membina kesehatan dan rasa percaya diri. Mengajarkan permainan olahraga harus tetap merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kurikulum pendidikan jasmani. Pendekatan taktis dilakukan dengan memakai pola bermain dalam proses pembelajarannya.

¹³Danu Hoedaya, *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bola Basket: Konsep & Metode* (Jakarta, Depdiknas Dirjen Dikdasmen, 2001), h.4.

Pendekatan taktis dalam rangkaian belajarnya adalah *game drill game*. Jadi dalam penelitian ini siswa tidak sepenuhnya bermain, akan tetapi ada waktu tertentu diberikan penjelasan tentang tehnik pembelajaran yang sedang dilakukan. Pada pendekatan taktis, pembelajaran keterampilan teknik tidak diajarkan secara khusus dalam bagian-bagian yang terpisah, namun sekaligus di dalam suasana bermain yang mirip dengan permainan yang sesungguhnya. Dengan demikian bahwa dalam proses pembelajaran melalui pendekatan taktis tidak sepenuhnya bermain hingga akhir pelajaran melainkan ada selang waktu untuk penyampaian teknik yang relevan untuk dilakukan.

4. Heading

Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang dan seorang kapten tim disetiap regunya. Pemain sepak bola dimainkan hampir seluruhnya menggunakan kaki dan juga dapat juga dimainkan anggota tubuh lain seperti kepala dan dada kecuali tangan, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan seluruh anggota badan manapun pada saat berada di area kotak pinalti. Permainan sepak bola pada umumnya dimainkan 2 x 45 menit, istirahat pertengahan babak pertama 15 menit.

Sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menepak bola kian kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain

yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola¹⁴. Pendapat lain mengatakan sepak bola merupakan olahraga beregu, satu regu terdiri dari sebelas orang pemain, tiap-tiap pemain mempunyai peran masing-masing¹⁵. Dari kedua pendapat di atas, jelas sepak bola merupakan olahraga beregu yang dimainkan dengan jalan menyepak bola untuk memasukkan bola ke gawang lawan demi tercapainya sebuah kemenangan.

Menyundul bola (*heading*) merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola. Pada umumnya bola-bola yang disundul adalah bola-bola atas yang melambung tinggi. Teknik menyundul bola yang bertujuan untuk menghalau serangan lawan, menciptakan gol dan mengontrol bola.

Para pemain bisa melakukan *heading* ketika sedang melompat, menjatuhkan diri, atau dengan tetap diam dan mengarahkan bola ke teman satu tim. Menurut danny Mielke *heading* dalam sepak bola adalah bagian tidak terpisahkan dari permainan sepak bola¹⁶. di kemukakan serupa oleh Jhon D. Tentang sundulan merupakan salah satu skill penting dalam suatu permainan.

¹⁴ Oxlay, "*Pengertian Sepak Bola dan Sejarah Permainan Sepak bola.*"Shvoong (2014), <http://id.shvoong.com/humanities/history/2176057-pengertian-sepak-bola-dan-sejarah/#ixzz1QqU8nFSX> (di akses 21 April 2015).

¹⁵Usli Ling-ling et. al., *Pelatihan Cabang Olahraga Sepak Bola.* (Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2008), h. 18.

¹⁶ Mielke Danny, *Dasar-dasar sepak bola,* (Bandung: pakar raya 2007) h. 49

Menurut eric, bagi mereka yang menjadi pemain belakang, heading ini sudah menjadi teknik dan keterampilan yang mau tidak mau harus mereka kuasai, dan sesungguhnya, heading bukan saja penting bagi pemain belakang dan pemain depan, tetapi juga harus dikuasai oleh pemain tengah.¹⁷

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dikatakan menyundul bola (*heading*) merupakan bagian dari teknik dasar dalam bermain sepak bola. Heading memberikan dimensi yang cukup besar pada permainan sepak bola, para pemain biasa melakukan heading ketika sedang meloncat, melompat, menjatuhkan diri (*diving*), atau tetap diam dan mengarahkan bola ke gawang atau mengoper teman satu tim.

Peraturan sepak bola yang sudah di buat FIFA untuk dunia, dan PSSI untuk di indonesia sudah di jelaskan mulai dari perlengkapan pemain peraturan permainan yang di buat untuk di patuhi oleh setiap pemain, pelatih, dan semua orang yang berkaitan dengan permainan sepak bola. Menggunakan kepala untuk menghalau bola-bola atas adalah keputusan tepat karna dengan kepala merupakan cara efektif.

Teknik dasar *heading* dalam permainan sepabola merupakan salah satu tehnik dasar yang penting dalam bermain sepak bola. Seperti yang diungkapkam Luxbacher, untuk menjadi pemain sepak bola yang sempurna,

¹⁷ Eric C. Batty. *Latihan metode baru Sepak Bola Pertahanan*, (Pionir Jaya Bandung 2008), h. 106

anda harus mengembangkan kemampuan heading yang baik.¹⁸ Sucipto menambahkan bahwa tujuan menyundul bola adalah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan atau membuang bola.¹⁹ Seorang pemain dikatakan mampu menyundul bola apabila menguasai teknik-teknik menyundul bola sebagaimana dijelaskan oleh Richard Alagich sebagai berikut:

- Tubuh melengkung, dagu terlipat
- Otot leher terkuat saat sontak
- Mata tertuju pada bola setiap saat
- Lutut condong, siku dan tangan digunakan untuk keseimbangan dan juga mendorong tolakan ke depan pada saat kepala membenturkan bola secepat mungkin.
- Kontraksi yang tiba-tiba pada bola menggunakan tenaga yang tersedia dalam menyundul bola.²⁰

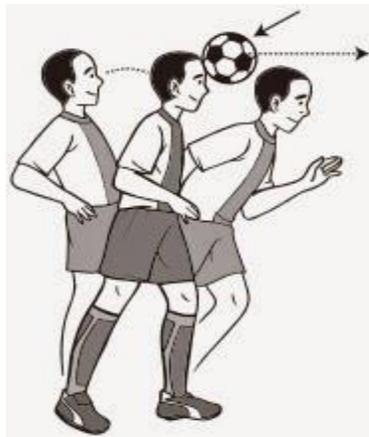
Seorang pemain dalam menyundul bola harus mengetahui dan memperlihatkan teknik dan prinsip dalam menyundul bola serta kesalahan-kesalahan yang terjadi di dalam menyundul bola, sehingga hasilnya akan baik, hasil yang baik bila seorang pemain mampu menyundul bola dengan keras dan terarah sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.

¹⁸ Joseph A. Luxbacher, *Sepak Bola*, (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2012), h. 87

¹⁹ Sucipto, *Sepakbola*, (Jakarta: Depdikbud, 2000),h.32

²⁰ Richard Alagich, *Soccer Winning Technique and Tactics*, (Sidney: Mc Graw Hill, Book Comperi 1995), h. 124

Dalam pelaksanaannya ada keawatiran-keawatiran akan salah melakukannya dan berakibat kepala sangat pusing atau hidung memar, terkadang sudah sangat cukup membuat para pemain bola yang paling potensial pun enggan melaksanakan tanggung jawabnya untuk gebrakan di udara.



Gambar 1. Teknik Dasar Menyundul Tanpa Awalan

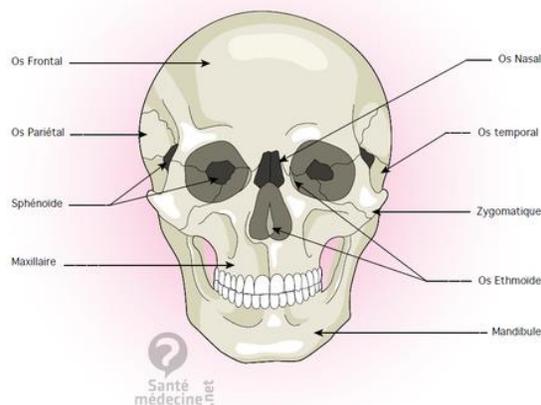
Sumber Gambar: <http://walpaperhd99.blogspot.com/2015/03/teknik-menyundul-bola-heading-dalam.html>

Keterangan gambar:

- Luruskan bahu dengan bola yang datang, tekukan lutut, tahan berat badan pada bantalan telapak kaki, tarik tangan kebelakang, fokuskan perhatian pada bola.
- Sentakkan badan ke depan, kontak bola dengan kening, mata terbuka dan mulut tertutup.

- Gerakan kening pada saat kontak dengan bola, lanjutkan gerakan akhir dengan badan, tangan direntangkan kesamping untuk menjaga keseimbangan.

Pada saat melakukan *heading* (menyundul bola) perkenaan bola dengan kepala yang tepat ialah pada tulang kening (*os. frontalis*) atau kepala bagian depan.



Gambar 2. Anatomi tubuh manusia

Sumber Gambar: <http://www.shutterstock.com/pic-75712057/stock-vector-frontal-aspect-of-the-human-skull.html>

5. Karakteristik Siswa Usia 13-14 Tahun

Remaja usia 13–14 tahun pertumbuhannya sangat pesat, terutama pada anak laki-laki. Kemampuan gerak berkembang sejalan dengan pertumbuhan ukuran tubuh, kemampuan fisik dan perubahan fisiologis.

Pada laki-laki cenderung mengalami peningkatan kemampuan gerak yang lebih besar dibanding perempuan, karena dalam beberapa hal laki-laki kondisinya lebih menguntungkan.²¹

Usia 11-14 tahun merupakan fase menengah dalam latihan, fase ini disebut sebagai intermedite training, di usia inilah anak-anak kini beranjak lebih dewasa dan telah mengenal sepakbola lebih mendalam.²²

Dalam sepakbola usia 11-12 tahun masuk kedalam Junior D, sedangkan 13-14 tahun masuk ke dalam kategori junior C. Berdasarkan pertimbangan bahwa usia Junior D merupakan usia krisis, dimana pemain memasuki masa pubertas, maka pelatih di kelompok usia ini perlu mengerti dan memahami gambaran karakteristik kelompok usia ini sebagai berikut :

Saat berlatih :

1. Pemain memasuki masa pubertas. Saat pubertas, pertumbuhan tubuh pemain sedang cepat. Ini berujung pada penurunan fleksibilitas dan kemampuan koordinasi.
2. Pemain usia ini memiliki antusiasme berlatih tidak stabil. Ini karena saat pubertas, pemain cenderung menurun penampilannya. Grafik menurun membuat pemain kurang

²¹ Sugianto, *Pertumbuhan Dan Perkembangan Gerak*, (Jakarta: KONI Pusat), h.30.

²² Ganesha Putra, *Kutak-Katik Latihan Sepakbola Usia Muda*, (Jakarta: PT VISI GALA 2000, 2010), hlm. 57.

antusias menjalani latihan, meningngat tingkat kesuksesan tidak setinggi biasanya.

3. Pemain Junior C telah memiliki kematangan teknik setelah melewati masa Junior D.
4. Pemain Junior C juga memasuki fase kematangan intelejensinya.²³

Jadi dalam latihan usia 13-14 tahun, siswa harus lebih disiplin dalam melakukan latihan dan pelatih harus mengoreksi apabila ada kesalahan dalam teknik maupun gerakan mereka. Siswa harus memiliki teknik yang baik dan benar sesuai yang diinstruksikan pelatih, latihan *passing* dilakukan secara berulang-ulang agar menghasilkan gerakan otomatisasi.

B. Kerangka Berpikir

- a. *Heading* merupakan salah satu cara penyelesaian akhir dari permainan sepak bola dalam menciptakan gol untuk meraih kemenangan. Ada beberapa cara untuk melatih keterampilan *heading* agar memiliki kualitas menyundul dengan teknik yang benar, diantara dengan pendekatan *drill* dan pendekatan taktis. Latihan ini bisa terlihat hasilnya apabila dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan latihannya masing-masing agar tercipta otomatisasi dalam suatu gerakan *heading*.

²³ *Ibid.*, h. 64.

- b. Pendekatan *drill* adalah salah satu cara dalam latihan meningkatkan keterampilan kemampuan *heading* sepak bola yakni dengan memberikan latihan siap melakukan *heading* dengan cara menendang bola secara berulang-ulang ke arah sasaran, kembali posisi siap untuk mengambil bola untuk melakukan *heading* ke arah sasaran lagi. Pendekatan latihan ini merupakan salah satu bentuk latihan untuk meningkatkan keterampilan kemampuan *heading* dengan melakukan gerakan yang tetap sama sehingga pada saat tertentu gerakan telah menjadi otomatisasi.
- c. Pendekatan taktis adalah pembelajaran keterampilan teknik yang tidak diajarkan secara khusus dalam bagian-bagian yang terpisah, namun sekaligus di dalam suasana bermain yang mirip dengan permainan yang sesungguhnya.

Kelebihan dan kekurangan Pendekatan *Drill* dan Taktis.

Kelebihan Pendekatan <i>Drill</i>	Kelebihan Pendekatan Taktis
1. Umpan bola selalu tepat dan pada satu arah sehingga mudah untuk melakukan gerakan sepak sila.	1. Suasana yang cenderung bebas dan informal memberikan kemungkinan kebebasan dalam membuat keputusan.
2. Faktor kesulitannya lebih sedikit	2. Memberikan kesempatan

<p>3. Tidak adanya gerakan lain selain melakukan sepak sila dengan mandiri dan cara berpasangan.</p> <p>4. Hasil latihan lebih terarah dan tepat pada perkenaanya.</p>	<p>mengembangkan segi-segi sosial siswa yang sesuai dengan adat kebiasaan masyarakat.</p> <p>3. Memberikan ruang gerak luas dan bebas kepada siswa saat bermain.</p>
Kekurangan Pendekatan <i>Drill</i>	Kekurangan Pendekatan Taktis
<p>1. Individu dan berpasangan akan cepat jenuh</p> <p>2. Individu dan berpasangan harus selalu siap untuk melakukan Sepak sila</p>	<p>1. Membutuhkan waktu yang banyak dalam membina keterampilan teknik gerakan.</p> <p>2. Membutuhkan sikap disiplin yang tinggi dalam melakukan latihan</p> <p>3. Kurang fokus dalam melakukan sepak sila.</p> <p>4. Terlalu sempit untuk memberikan ruang gerak untuk membenarkan teknik keterampilan gerakan.</p> <p>5. Kurang terkontrol.</p>

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka teori dan kerangka berfikir, serta memperhatikan kelebihan dan kekurangan dari kedua pendekatan maka hasil penelitian ini dapat dihipotesiskan sebagai berikut :

1. Diduga pendekatan belajar (*drill*) dapat meningkatkan kemampuan *heading* siswa di Sekolah Sepak bola (SSB) Mutiara Cempaka usia 13-14 tahun.
2. Diduga pendekatan belajar (taktis) dapat meningkatkan kemampuan *heading* siswa di Sekolah Sepak bola (SSB) Mutiara Cempaka usia 13-14 tahun.
3. Diduga pendekatan belajar (*drill*) lebih efektif jika dibandingkan pendekatan belajar (taktis) dalam meningkatkan kemampuan *heading* siswa di Sekolah Sepak bola (SSB) Mutiara Cempaka usia 13-14 tahun.