

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR DRIBBLING SEPAKBOLA  
MELALUI METODE PENEMUAN TERPIMPIN PADA SISWA  
KELAS VIII SMPN 220 JAKARTA**





**RAMADHAN ANDY A  
6135083515  
PENDIDIKAN JASMANI**

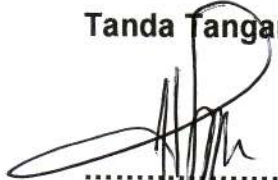



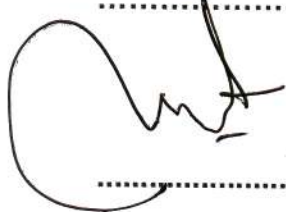
Skripsi Ini Disusun Sebagai Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2014**

**LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI  
PERSETUJUAN KOMISI DOSEN PEMBIMBING**

Komisi Dosen Pembimbing	Tanda Tangan	Tanggal
Dosen Pembimbing I		21 / 2014 / 01
<u>Muchtar Hendra Hasibuan, S.Pd</u> NIP. 19751009 200501 1002	.....	.....
Dosen Pembimbing II		23 / 2014 / 1
<u>Drs. Sudarso, M.Pd</u> NIP. 19560121 198703 1001	.....	.....

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI**

Komisi Dosen penguji	Tanda Tangan	Tanggal
KETUA		27 / 14 / 1
<u>Dr. Johansyah Lubis, M.Pd</u> NIP. 19670508 199303 1001	.....	.....
SEKRETARIS		24 / 2014 / 01
<u>Eka Fitri Novita Sari, S.Pd</u> NIP. 19790825 200501 2002	.....	.....
ANGGOTA I		21 / 2014 / 01
<u>Muchtar Hendra Hasibuan, S.Pd</u> NIP. 19751009 200501 1002	.....	.....
ANGGOTA II		23 / 2014 / 1
<u>Drs. Sudarso, M.Pd</u> NIP. 19560121 198703 1001	.....	.....
ANGGOTA III		22 / 14 / 1
<u>Drs. Mustafa, M.Pd</u> NIP. 19620105 198803 1001	.....	.....

Tanggal Lulus: 15 Januari 2014

## Ringkasan

**RAMADHAN ANDY AFRIANTO. Peningkatan Hasil Belajar *Dribbling* Sepakbola Melalui Metode Mengajar Penemuan Terpimpin Pada Siswa Kelas VIII SMPN 220 Jakarta. Skripsi. Jakarta: Olahraga Pendidikan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Januari 2013.**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam melalui metode penemuan terpimpin. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 220 Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan (*Action Research*). Teknik pengambilan data dengan pengambilan data kuantitatif dan kualitatif. Pelaksanaan penelitian tindakan melibatkan ahli dalam bidang-bidang pendidikan jasmani khususnya cabang olahraga sepakbola sebagai kolaborator. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus yaitu siklus I dan siklus II dan diawali dengan kegiatan observasi dan tes awal. Pelaksanaan penelitian ini bersamaan dengan pembelajaran mata pelajaran penjaskes di SMPN 220 Jakarta.

Kegiatan observasi dan tes awal disimpulkan siswa belum memahami konsep *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan tahapan gerak *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang tidak sesuai dengan tahapan gerak yang benar.

Kegiatan siklus I yang direalisasikan dalam bentuk tindakan I memberikan hasil sebagai berikut: 1) Pemahaman konsep *dribbling* dengan kaki bagian dalam mulai terlihat adanya peningkatan. 2) Siswa belum dapat melakukan tahapan persiapan dengan sempurna yaitu pada penempatan

posisi kaki tumpu. 3) Siswa belum dapat melakukan gerakan perkenaan dengan sempurna dikarenakan posisi kaki masih jauh dari bola. 4) Siswa belum dapat melaksanakan tahap gerakan akhir dengan sempurna dikarenakan bola jauh dari kaki. 5) Siswa sudah menunjukkan sikap yang positif khususnya kerja sama dan keberanian yang meningkat.

Kegiatan siklus II yang direalisasikan dalam bentuk tindakan II memberikan hasil sebagai berikut: 1) Siswa sudah memahami konsep *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang benar. 2) Siswa mampu melakukan tahapan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan benar. 3) Siswa memiliki motivasi dan semangat dalam melaksanakan pembelajaran dan menunjukkan sikap-sikap yang positif.

Hasil penelitian ini adanya peningkatan hasil belajar *dribbling* dengan kaki bagian dalam melalui metode penemuan terpimpin. Peningkatan tersebut terlihat dari nilai rata-rata tes awal Siswa = 61.12, siklus I = 74.12 dan siklus II = 81.83. Untuk kelulusan belajar Siswa hasil tes awal siswa yang dinyatakan lulus sejumlah 26 siswa (63%) dengan mendapatkan nilai C, siklus I siswa yang dinyatakan lulus sejumlah 41 siswa (100%) dengan keterangan 1 orang mendapat nilai B (2%) dan 40 orang mendapat nilai C (98%), dan siklus II siswa yang dinyatakan lulus sejumlah 41 siswa (100%) yaitu 11 siswa mendapat nilai C (27%), 28 siswa mendapatkan nilai B (68%), dan 2 siswa mendapat nilai A (5%).

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat-Nya, skripsi yang berjudul Dengan " Peningkatan Hasil Belajar *Dribbling* Sepakbola Melalui Metode Penemuan Terpimpin Pada Siswa Kelas VIII SMPN 220", dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Pada kesempatan ini tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT dalam memberikan nikmat sehat wal afiat dan memberikan segala kemudahan. Kepada yang terhormat: Bapak Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Bapak Drs. Iman Sulaiman, M.Pd selaku Pembantu Dekan III. Kepada yang terhormat Bapak Muchtar Hendra Hasibuan, S.pd selaku Dosen ahli Sepakbola Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Pembimbing I. Kepada yang terhormat Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Ketua Jurusan Olahraga Pendidikan. Kepada yang terhormat Ibu Dr. Yusmawati, M.Pd selaku Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Kepada yang terhormat Bapak Drs. Sudarso, M.pd selaku Pembimbing II.

Terimakasih kepada Kepala Sekolah dan Guru Sekolah Menengah Pertama Negeri 220 Jakarta yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian, terutama ucapan terima kasih ini saya berikan kepada Ayahanda Dhohiri S , yang selalu memberikan nasehat maupun motivasi agar semangat untuk terus berjuang dalam menyelesaikan kuliah serta skripsi ini, serta atas dukungan material maupun moril. Kakakku Ahmad Zainul Malik, dan Adikku Otaviani Tri Rahayu. Juga terima kasih kepada teman-teman PENJASKES REG 08 yang selalu memberi semangat dalam menyelesaikan skripsi.

Dengan segala kelebihan dan kekurangannya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Jakarta, 30 Desember 2013

R A A

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Perumusan Masalah .....	8
E. Manfaat Penelitian .....	9
F. Dasar Penelitian Menggunakan Metode Penelitian Tindakan .....	10

### **BAB II PENYUSUNAN KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR DAN PENYUSUNAN HIPOTESIS**

A. Kerangka Teoritis .....	11
1. Hakikat Belajar dan Hasil Belajar .....	11
a. Hakikat Belajar .....	11
b. Hakikat Hasil Belajar .....	16
2. Hakikat Pembelajaran Dribbling Sepakbola .....	20
3. Hakikat Dribbling .....	25
4. Hakikat Metode Penemuan Terpimpin .....	32
5. Hakikat Karakteristik Siswa .....	40

B. Kerangka Berpikir .....	45
C.Hipotesis Tindakan .....	46

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	47
C. Metode Penelitian .....	48
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	49
E. Langkah Umum Penelitian .....	50
F. Teknik Pengambilan Data .....	53
G. Teknik Analisis Data .....	53
H. Keabsahan Data Penelitian .....	56
I. Instrumen Penelitian.....	57

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Proses Pelaksanaan Penelitian Tindakan.....	67
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	80

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	90
B. Saran .....	90

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>92</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>94</b>
-----------------------	-----------



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Anatomi Metode Penemuan Terpimpin.....	35
Tabel 2. Penjelasan keuntungan Gaya Mengajar Penemuan Terpimpin ..	37
Tabel 3. Periodisasi Perkembangan Berdasarkan Umur .....	40
Tabel 4. Kisi-kisi Penilaian Gerak Dribbling Kaki Bagian Dalam.....	58
Tabel 5. ‘Distribusi Hasil Tes Awal Dribbling Kaki Bagian Dalam .....	68
Tabel 6. Penilaian Aspek Kognitif .....	70
Tabel 7. Penilaian Aspek Afektif .....	71
Tabel 8. Distribusi Hasil Tes Siklus I Dribbling Dengan Kaki Bagian dalam .....	81
Tabel 9. Penilaian aspek Kognitif Siklus I .....	84
Tabel 10. Distribusi Hasil Tes Siklus II Dribbling Dengan Kaki Bagian Dalam .....	85

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan.....	52
Gambar 2. Tes Kemampuan Dribbling / kemampuan Bola.....	66
Gambar 3. Diagram Histogram Hasil Tes awal Kemampuan Dribbling ....	69
Gambar 4. Diagram Pie Hasil Tes Awal Kemampuan Dribbling .....	69
Gambar 5. Diagram Histogram Hasil Tes Siklus I Kemampuan Dribbling.....	82
Gambar 6. Diagram Pie Hasil Tes Siklus I Kemampuan Dribbling .....	83
Gambar 7. Diagram Histogram Hasil Tes Siklus II Kemampuan Dribbling.....	86
Gambar 8. Diagram Pie Hasil Tes Siklus II kemampuan Dribbling .....	87

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penilaian aspek Kognitif Siklus I .....	94
Lampiran 2. Diagram Pie Hasil Tes Siklus II kemampuan Dribbling ...	97
Lampiran 3. Catatan Lapangan No 1 .....	102
Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran II.....	104
Lampiran 5. Catatan Lapangan No 2.....	109
Lampiran 6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran III.....	112
Lampiran 7. Catatan Lapangan No 3.....	117
Lampiran 8. Form penilaian Gerak Dribbling .....	120
Lampiran 9. Daftar Nilai Tes Awal Dribbling .....	123
Lampiran 10. Daftar Nilai Tes Siklus I .....	124
Lampiran 11. Daftar Nilai Tes Siklus II .....	125
Lampiran 12. Hasil Tes Dribbling Keseluruhan.....	126
Lampiran 13. Tabulasi Data Tes awal .....	127
Lampiran 14. Simpangan Baku Tes Awal.....	128
Lampiran 15. Tabulasi Data Siklus I .....	129
Lampiran 16. Simpangan Baku Siklus I.....	130
Lampiran 17. Tabulasi Data Siklus II.....	131
Lampiran 18. Simpangan Baku Siklus II.....	132
Lampiran 19. Foto Pelaksanaan Dribbling Kaki Bagian Dalam Siswa SMPN 220 Jakarta .....	133
Lampiran 20. Surat Keterangan Uji Validitas .....	141
Lampiran 21. Surat Izin Penelitian Universitas Negeri Jakarta .....	142
Lampiran 22. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian .....	145

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pengajaran pendidikan jasmani belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran pendidikan jasmani cenderung tradisional, yaitu pembelajaran dengan guru yang menjadi peran utama dan siswa hanya mengikuti segala yang diinstruksikan oleh guru. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh guru pendidikan jasmani.

Pengertian pendidikan jasmani sering dikaburkan dengan konsep lain. Konsep itu menyamakan pendidikan jasmani dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada perkembangan organ – organ tubuh manusia ( body building ), kesegaran jasmani ( physical fitness ), kegiatan fisik

( physical activities ), dan pengembangan keterampilan ( skill development ). Pengertian itu memberikan pandangan yang sempit dan menyimpangkan arti pendidikan jasmani yang sebenarnya. Walaupun memang benar aktivitas fisik itu mempunyai tujuan tertentu, namun karena tidak dikaitkan dengan tujuan pendidikan, maka kegiatan itu tidak mengandung unsur – unsur pedagogik.

Pendidikan jasmani bukan hanya merupakan aktivitas pengembangan fisik secara terisolasi, akan tetapi harus berada dalam konteks pendidikan secara umum ( general education ). Sudah barang tentu proses proses tersebut dilakukan dengan sadar dan melibatkan interaksi sistematis antar pelakunya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. 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. Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang unik karena merupakan kesatuan dari segala unsur yang dimiliki manusia. Keberhasilan pendidikan jasmani sangat ditentukan kompetensi dari guru pendidikan jasmani. Khususnya bagaimana seorang guru dalam menyampaikan materi hingga dapat diserap dan diaplikasikan oleh siswa. Kemampuan yang harus dimiliki oleh guru pendidikan jasmani salah satunya adalah menentukan metode mengajar yang tepat dan efektif.

Melihat pembelajaran yang lalu pada salah satu teknik dasar dalam sepakbola bertempat di SMPN 220 Jakarta, yaitu pada pembelajaran dribbling terlihat siswa banyak yang belum benar mengerti konsep bagaimana pelaksanaan dribbling yang benar dan dalam pelaksanaan tahapan gerakan siswa melewatkan point – point yang penting dalam melakukan tahapan gerakan. Point tersebut antara lain bagaimana meletakkan kaki tumpu sebelum melaksanakan dribbling, bagaimana posisi badan saat akan melaksanakan gerakan dan pandangan pada saat perkenaan dengan bola. Dalam pelaksanaan pembelajaran guru tidak membiasakan siswa untuk melihat dan mengetahui setiap detail gerakan yang benar dan salah. Peneliti melihat metode mengajar yang digunakan kurang efektif terhadap hasil belajar siswa keseluruhan.

Peneliti berusaha mencari metode yang tepat yang sesuai dengan karakteristik siswa dan dapat mengembangkan kemampuan siswa lebih maksimal khususnya dalam pencapaian hasil belajar disegala aspek. Dalam pendidikan jasmani ada 4 aspek yang menjadi penilaian dan tujuan dari pendidikan jasmani yaitu aspek kognitif, afektif, psikomotorik dan kebugaran. Aspek penilaian pendidikan jasmani ini merupakan hasil belajar yang harus didapat siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Bagaimana membuat siswa melakukan melakukan gerakan dengan benar dan sempurna dengan penanaman nilai pendidikan merupakan tugas guru

pendidikan jasmani. Namun, tidak semua siswa dapat melakukan sesuai dengan apa yang diinginkan. Kesalahan melakukan gerakan dan dilakukan terus – menerus dapat menjadi otomatisasi gerak dan akhirnya sulit untuk melakukan gerakan yang benar. Pemecahan masalah ini salah satunya dengan menetapkan metode mengajar yang tepat yang dapat memotivasi siswa dan meningkatkan kemampuan siswa.

Ada banyak metode mengajar yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan dribbling. Bentuk metode mengajar untuk menguasai teknik dribbling diantaranya adalah metode mengajar penemuan terpimpin yang ditekankan kepada perkembangan kognitif. Pendekatan metode ini berorientasi pada anggapan dasar bahwa yang menjadi pusat proses belajar mengajar adalah siswa, dalam hal ini para siswa. siswa dituntut dapat menemukan sendiri pemecahan masalah namun dengan arahan dan tuntunan dari pengajar.

Dapat dikatakan bahwa gaya penemuan terpimpin merupakan suatu proses interaksi antara guru dengan siswanya atau antara siswa dengan pengajarnya dalam mencari alternatif pemecahan masalah yang direncanakan oleh guru.

Pengertian gaya mengajar metode penemuan terpimpin dapat didefinisikan sebagai berikut :

Guru menentukan tugas pembelajaran yang memiliki target atau kriteria yang berbeda tingkat kesulitannya, dan siswa diberi keleluasaan untuk menentukan tingkat tugas mana yang sesuai.<sup>1</sup>

Gaya mengajar penemuan terpimpin ini cocok di gunakan pada siswa peserta olahraga dikarenakan mereka memiliki aspek kognitif yang cukup baik. Dengan memberikan arahan serta motivasi dalam proses belajar mengajar, siswa akan lebih ingin mencoba dan melakukan.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan dan mementingkan suatu proses dan hasil. Sebagai seorang pengajar kita harus mengetahui karakter, watak peserta didik karena dengan kita mengetahui karakter dan watak kita akan mengetahui perlakuan apa yang akan diberikan kepada peserta didik.

Tugas siswa disini adalah memperhatikan paparan yang dijelaskan oleh guru, serta mencari jawaban atas pertanyaan yang dikemukakan oleh guru dan menemukan jawaban yang tepat menurut konsep gerak yang benar. Sedangkan tugas pengajar disini adalah mendesain pertanyaan, menyajikan pertanyaan kepada siswa, serta memberikan umpan balik dan menjelaskan konsep gerak yang tepat.

---

<sup>1</sup> Samsudin, pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, (Jakarta : Litera, 2008), h.34



Dengan adanya gaya mengajar penemuan terpimpin ini akan membuktikan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai aktivitas atau kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Pengertian diatas jelas bahwa pendidikan jasmani adalah bagian dari otot, otak dan nalar.

Melalui metode dan strategi, materi disajikan dan siswa dibimbing untuk mengalami perubahan. Perubahan merupakan sesuatu yang sulit dan memerlukan banyak waktu, tapi karena yang diharapkan bukan saja dari segi keterampilannya melainkan juga penguasaan pengetahuan, penalaran serta sikap dan mentalnya. Salah satu hambatan pengajar dalam mengajarkan dribbling adalah pengajar lebih terbawa arah pelatihan bukan sebagai pembelajaran.

Berdasarkan kenyataan diatas inilah, peneliti bermaksud meneliti tentang Peningkatan Hasil Belajar Dribbling Sepakbola Melalui Metode Penemuan Terpimpin Pada siswa Kelas VIII SMPN 220 Jakarta.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu :

1. Faktor apa yang mempengaruhi keberhasilan dalam proses belajar mengajar?
2. Apakah pemilihan metode mengajar yang tepat dapat mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran?
3. Bagaimana memilih metode mengajar yang tepat untuk pembelajaran pendidikan jasmani?
4. Apakah melalui metode mengajar penemuan terpimpin siswa mampu menerima dan mengaplikasikan pembelajaran dribbling dengan benar?
5. Apakah dengan metode mengajar penemuan terpimpin membuat siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran?
6. Apakah dengan metode mengajar penemuan terpimpin siswa memperoleh manfaat dari pendidikan jasmani?
7. Apakah metode mengajar penemuan terpimpin dapat meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, agar penelitian tidak terlalu meluas, maka peneliti membatasi permasalahan yang ada, yaitu :

“ Peningkatan hasil belajar dribbling dengan kaki bagian dalam melalui metode mengajar penemuan terpimpin pada siswa kelas VIII SMPN 220 Jakarta “.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka diharapkan peneliti dapat merumuskan :

Bagaimana peningkatan hasil belajar belajar dribbling sepakbola melalui metode mengajar penemuan terpimpin pada siswa kelas VIII SMPN 220 Jakarta?

### **E. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Meningkatkan kreativitas dan keberanian diri siswa untuk memberikan umpan balik terhadap pembelajaran yang berlangsung.
2. Siswa mampu membangun kerjasama antar siswa dalam pembelajaran dengan baik.
3. Siswa dapat meningkatkan hasil belajar baik dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor pada pembelajaran dribbling sepakbola.

4. Pengajar dapat menerapkan metode yang tepat untuk menerapkan materi pembelajaran yang diberikan kepada siswa.
5. Pengajar dapat melihat kemampuan yang dimiliki siswa.
6. Pengajar dapat dengan mudah memberikan pembelajaran dan siswa mampu menyerap dan mengaplikasikan dengan baik.
7. Sebagai informasi yang penting untuk aplikasi saat pembelajaran dalam hal pembelajaran *dribbling*.

#### **F. Dasar Pemikiran Menggunakan Metode Penelitian Tindakan**

Latar belakang peneliti memilih penelitian tindakan untuk menyelesaikan masalah yang ada, diduga bahwa dengan penelitian tindakan mampu mengungkapkan jawaban dan memberikan penyelesaian terhadap permasalahan yang ada. Dengan penelitian tindakan dalam hal ini peneliti dituntut untuk melihat segala kemungkinan yang akan terjadi selama penelitian berlangsung. Dalam penelitian tindakan yang dilakukan peneliti yaitu membuat perencanaan, melakukan tindakan, pemecahan suatu masalah, kemudian mengevaluasi.

Peneliti sebelumnya harus mengetahui karakteristik siswa yang menjadi sampel penelitian dan pada saat penelitian sangat diperlukan adanya dorongan atau motivasi dari peneliti kepada siswa agar penelitian dapat berjalan dengan baik sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran *dribbling*. Selama penelitian berlangsung peneliti

bersama kolaborator mendiskusikan mengenai masalah dan hal apa saja yang mungkin terjadi. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan perbaikan atas semua permasalahan yang ada baik untuk peneliti, kolaborator dan siswa.

**BAB II**

**KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR,  
DAN PENGAJUAN HIPOTESIS**

**A. Kerangka Teoritis**

**1. Hakikat Belajar dan Hasil Belajar**

**a. Hakikat Belajar**

Belajar merupakan sebuah proses yang kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup, sejak dalam kandungan, masih bayi, dewasa, hingga ke liang lahat nanti. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah adanya perubahan tingkahlaku dalam dirinya. Belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dan berperan penting dalam pembentukan pribadi dan perilaku individu. Perubahan dari individu yang tadinya memiliki tingkah laku kurang baik lalu berubah menjadi seorang individu yang baik merupakan tanda dari seseorang telah belajar. Belajar itu sendiri sering dibataskan sebagai upaya mengadakan perubahan pada diri seseorang yang berupa tambahan pengetahuan atau keterampilan.

Sumadi Suryabrata menyatakan bahwa belajar merupakan upaya yang disengaja untuk memperoleh perubahan tingkah laku baik yang berupa pengetahuan maupun keterampilan. Singer (1968) lebih lanjut mengatakan bahwa belajar adalah perubahan yang relatif tetap yang disebabkan praktek atau pengalaman yang lampau. Bigge (1982) mendefinisikan belajar sebagai suatu perubahan yang bertahan dalam kehidupan individu dan tidak dibawa sejak lahir atau oleh warisan keturunan.<sup>1</sup>

Walker (1969) merumuskan belajar sebagai suatu proses perubahan perilaku hasil pengalaman<sup>2</sup>. Evans (1978) mengemukakan belajar sebagai proses penyerapan informasi ke dalam organisme yang dijadikan bakal bagi organisme untuk memodifikasi tingkah lakunya kemudian hari.<sup>3</sup>

Menurut Skinner dalam buku Dimiyati dan Mujiono bahwa belajar adalah suatu perilaku. Pada saat orang belajar, maka responnya menjadi lebih baik. Sebaliknya bila tidak belajar maka responnya akan menurun. Dalam belajar ditemukan adanya dua hal yaitu: (1) kesempatan terjadinya peristiwa yang

---

<sup>1</sup>James Matakupan, Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, (Jakarta: Dinas Pendidikan, 1991/1992), h.2

<sup>2</sup> Singgih D. Gunarsa, Monty P. Satyadarma, Myrna Hardjolukito, Psikologi Olahraga: Teori dan Praktek, (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1996), h.20

<sup>3</sup> *Ibid*, h.20

menimbulkan respons pembelajaran, (2) respons si pembelajar, dan (3) konsekuensi yang bersifat menguatkan respons tersebut.<sup>4</sup>

Di bawah ini disampaikan tentang pengertian belajar dari para ahli :

- Moh. Surya (1997) : “belajar dapat diartikan sebagai suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya”.
- Witherington (1952) : “belajar merupakan perubahan dalam kepribadian yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respons yang baru berbentuk keterampilan, sikap, kebiasaan, pengetahuan dan kecakapan”.
- Crow & Crow dan (1958) : “ belajar adalah diperolehnya kebiasaan-kebiasaan, pengetahuan dan sikap baru”.
- Hilgard (1962) : “belajar adalah proses dimana suatu perilaku muncul atau berubah karena adanya respons terhadap sesuatu situasi”
- Di Vesta dan Thompson (1970) : “ belajar adalah perubahan perilaku yang relatif menetap sebagai hasil dari pengalaman”.
- Gage & Berliner : “belajar adalah suatu proses perubahan perilaku yang yang muncul karena pengalaman”.<sup>5</sup>

Dari beberapa pengertian belajar tersebut diatas, kata kunci dari belajar adalah perubahan perilaku. Perubahan tingkah laku sebagai proses dari belajar dapat dilakukan oleh individu sebagai upaya untuk merubah tingkah laku dari sikap yang kurang baik menuju kearah yang lebih baik. Belajar untuk membentuk tingkah laku yang baru dapat diambil dari hasil pengalaman di lingkungan sekitar tempat individu itu melakukan aktivitas.

---

<sup>4</sup> Dimiyati, Mujiono, Belajar dan Pembelajaran, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h.9

<sup>5</sup>[www.wordpress.com./2008/09/11/pengertian-belajar-dan-perubahan-perilaku-dalam-belajar](http://www.wordpress.com./2008/09/11/pengertian-belajar-dan-perubahan-perilaku-dalam-belajar)



Pengertian belajar dapat didefinisikan sebagai berikut:

“ Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”.<sup>6</sup>

Weinstein dan Mayer (1999) mengemukakan bahwa “ Dalam pembelajaran harus memperhatikan empat hal, yaitu bagaimana siswa belajar, mengingat, berpikir, dan memotivasi diri “.<sup>7</sup>

Dari keempat hal ini individu harus dapat menyelaraskan dari satu hal ke hal lainnya secara berkesinambungan dan sesuai dengan prosesnya agar empat hal tersebut dapat mempengaruhi dari pembelajaran.

Salah satu definisi belajar yang cukup simple namun mudah diingat adalah yang dikemukakan oleh Gagne: “ *Learning is relatively permanent change in behavior that result from past experienceor purposeful instruction*”. ( Belajar adalah suatu perubahan perilaku yang relatif menetap yang dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang bertujuan / direncanakan ).<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> Slameto, Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), h.2

<sup>7</sup> Weinstein, Meyer, ([www.sman1kesamben.com](http://www.sman1kesamben.com))

<sup>8</sup> Eveline Siregar, Hartini Nara, Buku Ajar Teori Belajar Dan Pembelajaran, (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2007), h.2

Belajar dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun, tidak hanya dilakukan di sekolah atau di kampus saja, akan tetapi belajar dapat dilakukan di rumah, di kantor, di terminal, dan di berbagai tempat lainnya. Belajar juga tidak hanya berasal dari pengalaman pribadi saja, belajar juga didapat dari pengalaman orang lain.

Pengalaman diperoleh individu dalam interaksinya dengan lingkungan, baik yang tidak direncanakan maupun direncanakan, sehingga menghasilkan perubahan yang bersifat relatif menetap. Pengalaman inilah yang dapat menjadi awal proses dalam belajar.

Dalam teorinya, Gagne “ Belajar sebagai suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman”.<sup>9</sup> Proses belajar mengajar yang menempatkan peserta didik harus aktif untuk belajar menjadi cenderung lebih efektif dari keadaan sebaliknya. Keberhasilan proses belajar mengajar lebih ditentukan oleh bagaimana partisipasi peserta didik dalam belajar, serta proses dan kegiatan interaksi peserta didik belajar, karena semakin aktif ambil bagian dalam setiap kegiatan interaksi tersebut semakin tercapai tujuan proses belajar mengajar.

Sebaliknya, semakin besar peran pendidik mendominasi kegiatan interaksi tersebut, tidak ada dasar yang pasti untuk mengatakan bahwa

---

<sup>9</sup> Ratna Wilis, Teori-Teori Belajar, (Bandung: Erlangga, 1989), h.11

proses belajar mengajar telah tercapai. Proses belajar mengajar merupakan suatu proses yang dinamis dan juga kompleks. Dari beberapa pengertian belajar dapat diatas maka dapat disimpulkan bahawa belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan individu atau seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

### **b. Hakikat Hasil Belajar**

Berdasarkan pemikiran sistem, hasil belajar itu dapat menjadi umpan balik terhadap masukan dan proses belajar. Artinya hasil belajar itu merupakan informasi yang menjadi indikator masukan dari proses belajar mengajar.

Hasil belajar pada hakekatnya adalah perubahan tingkah laku yang meliputi kongnitif, afektid dan psikomotorik. Semua aktifitas dan prestasi adalah hasil belajar. Hasil belajar tersebut dapat diukur dengan angka-angka yang bersifat pasti, tetapi mungkin juga dapat diamati karena perubahan tingkah laku. Hasil belajar yang diharapkan adalah hasil belajar yang dapat digunakan untuk proses belajar selanjutnya. Adapun hasil belajar yang diperoleh dapat diamati pada akhir proses belajar mengajar.

Menurut Nasution, hasil belajar adalah suatu perubahan pada individu yang belajar, perubahan tidak hanya mengenai pengetahuan yang

membentuk kecakapan juga kebiasaan, sikap, pengertian, sikap dan penghargaan dalam diri individu yang belajar.<sup>10</sup> Hasil belajar yang dimiliki individu diharapkan mampu membantu dalam menghadapi situasi yang baru dan mampu menyelesaikan permasalahan yang timbul.

Fungsi hasil belajar adalah siswa dapat mengetahui sejauh mana prestasi belajarnya sehingga mereka dapat merasakan kepuasan dan ketenangan. Hasil belajar juga berfungsi untuk membantu guru dalam menempatkan anak didik pada kelompok tertentu, mengetahui kemampuan anak diantara teman-temannya, setra dapat membantu tugas guru dalam rangka menentukan kenaikan tingkat maupun studi lanjutan.<sup>11</sup>

Hasil belajar merupakan kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Hasil belajar mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran. Proses penilaian terhadap hasil belajar dapat memberikan informasi kepada guru tentang kemajuan siswa dalam upaya mencapai tujuan-tujuan belajarnya melalui kegiatan belajar. Selanjutnya dari informasi tersebut guru dapat menyusun dan membina kegiatan-kegiatan siswa lebih lanjut, baik untuk keseluruhan kelas maupun individu.

Gagne membagi hasil belajar menjadi 5 kategori yaitu :

1. Informasi verbal adalah kapasitas untuk mengungkapkan pengetahuan dalam bentuk bahasa.

---

<sup>10</sup> S.Nasution, *Didaktif Azas-Azas Mengajar* (Bandung: Remaja Karya, 1982), h.7

<sup>11</sup> Zainal Arifin, *Evaluasi Instruksional* (Bandung: Remaja Karya, 1988), h.7

2. Keterampilan intelektual adalah kecakapan yang berfungsi untuk berhubungan dengan lingkungan hidup serta mempersentasikan konsep dan lambang.
3. Keterampilan motorik adalah kemampuan melakukan serangkaian gerakan jasmani dalam urusan dan koordinasi, sehingga terjadi otomatisisme gerak.
4. Strategi kongnitif adalah kemampuan penggunaan konsep dan kaidah dalam pemecahan masalah.
5. Sikap adalah kemampuan menerima atau menolak obyek berdasarkan penilaian terhadap obyek tersebut.<sup>12</sup>

Menurut Dimiyati dan Mudjiono, hasil belajar merupakan hal yang dapat dipandang dari dua sisi yaitu sisi siswa dan dari sisi guru. Dari sisi siswa, hasil belajar merupakan tingkat perkembangan mental yang lebih baik bila dibandingkan pada saat sebelum belajar. Tingkat perkembangan mental tersebut terwujud pada jenis-jenis ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Sedangkan dari sisi guru, hasil belajar merupakan saat terselesikannya semua bahan pelajaran.<sup>13</sup>

Berdasarkan teori Taksonomi Bloom hasil belajar dalam rangka studi dicapai melalui tiga kategori ranah antara lain kognitif, afektif, psikomotor. Perinciannya adalah sebagai berikut:

---

<sup>12</sup> Dimiyati, Mujiono, *Op. Cit.*, h. 11

<sup>13</sup> <http://indramunawar.blogspot.com/2009/06/hasil-belajar-pengertian-dan-definisi.html>

### **1.Ranah Kognitif**

Berkeaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari 6 aspek yaitu pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis dan penilaian.

### **2.Ranah Afektif**

Berkeaan dengan sikap dan nilai. Ranah afektif meliputi lima jenjang kemampuan yaitu menerima, menjawab atau reaksi, menilai, organisasi dan karakterisasi dengan suatu nilai atau kompleks nilai.

### **3.Ranah Psikomotor**

Meliputi keterampilan motorik, manipulasi benda-benda, koordinasi neuromuscular (menghubungkan, mengamati).

Dari tiga kategori ranah tersebut, tipe hasil belajar kognitif lebih dominan daripada afektif dan psikomotor karena lebih menonjol, namun hasil belajar psikomotor dan afektif juga harus menjadi bagian dari hasil penilaian dalam proses pembelajaran di sekolah.<sup>14</sup>

Berdasarkan berbagai pendapat dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah perubahan yang didapat setelah melalui pengalaman belajar yang melalui tiga aspek yaitu kongnitif, afektif dan psikomotorik. Hasil belajar merupakan suatu penilaian akhir dari proses dan pengenalan yang telah

---

<sup>14</sup> <http://bloggings.blogspot.com/2010/10/proses-dan-hasil-belajar.html>

dilakukan berulang-ulang. Serta akan tersimpan dalam jangka waktu lama atau bahkan tidak akan hilang selama-lamanya karena hasil belajar turut serta dalam membentuk pribadi individu yang selalu ingin mencapai hasil yang lebih baik lagi sehingga akan merubah cara berpikir serta menghasilkan perilaku kerja yang lebih baik.

## **2. Hakikat pembelajaran Dribbling Sepakbola.**

Belajar merupakan sebuah proses yang didalamnya terdapat banyak hal yang mungkin terjadi pada setiap diri seorang individu. Ciri khas belajar adalah perubahan. Belajar menghasilkan perubahan perilaku didalam diri peserta didik. Untuk memperoleh pengertian obyektif tentang belajar terutama belajar disekolah, perlu dirumuskan secara jelas pengertian belajar. Pengertian belajar sudah banyak dikemukakan oleh para ahli psikologi termasuk ahli psikologi pendidikan. Menurut pengertian secara psikologis belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan – perubahan tersebut nyata dalam seluruh aspek tingkah laku.

Pengertian belajar dapat didefinisikan sebagai berikut :

“ Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan,

sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya".<sup>15</sup>

Weinsten & Meyer ( 1999 ) mengemukakan bahwa " Dalam pembelajaran harus memperhatikan empat hal, yaitu bagaimana siswa belajar, mengingat, berpikir, dan motivasi diri <sup>16</sup>".

Perubahan yang terjadi dalam diri seseorang banyak sekali baik sifat maupun jenisnya karena itu sudah tentu tidak setiap perubahan dalam diri seseorang merupakan perubahan dalam arti belajar. Kalau tangan seorang anak menjadi bengkok karena patah tertabrak mobil, perubahan semacam itu tidak dapat digolongkan perubahan dalam arti belajar. Demikian pula perubahan tingkah laku seseorang yang berada dalam keadaan mabuk, perubahan yang terjadi dalam aspek – aspek kematangan, pertumbuhan, dan perkembangan tidak termasuk perubahan dalam pengertian belajar. Bagi orang awam, istilah belajar dipahami sebagai pemilikan pengetahuan atau kemampuan baru. Namun definisi ini sudah barang tentu tak memadai.

Pembelajaran bertujuan untuk mempromosikan pengetahuan; kondisi lingkungan membuat untuk menjadi aktif. Mendorong dan mempertahankan proses didalam belajar merupakan kegiatan pembelajaran.

---

<sup>15</sup> Slameto, Belajar dan Faktor – faktor yang Mempengaruhinya, ( Jakarta : Rineka Cipta, 2003 ), hlm.2

<sup>16</sup> Weinsten. Meyer , ([www.sman1ksamben.com](http://www.sman1ksamben.com))



Berdasarkan teori dari beberapa ahli, disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan usaha penidikan yang dilaksanakan secara sengaja dengan tujuan yang telah ditetapkan terlebih dahulu sebelum proses dilaksanakan, serta dengan pelaksanaan yang terkendali.

Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan masing – masing oleh sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Berbeda dengan permainan bolavoli atau bolabasket dimana pemain selalu menggunakan kedua tangan pada waktu bermain, maka sepakbola hampir seluruhnya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun. Lapangan yang rata berbentuk segi empat panjang diperlukan untuk bermain dimana lebar dan panjang lapangan kurang lebih berbanding 3 dan 4. Sebuah bola dari kulit dibutuhkan pula oleh kedua regu untuk main bersama sedangkan permainan dipimpin oleh seorang wasit, kadang – kadang dibantu oleh seorang pengawas garis.

Sejarah sepakbola di dunia tidak diketahui pasti kapan dimulainya permainan sepakbola. Pada abad 11 di Inggris mengenal permainan sepak – sepakan dengan bola terbuat dari usus lembu. Pada zaman itu asal mulanya oleh penggali tanah diketemukan tengkorak manusia yang diduga berasal dari tengkorak bangsa viking dari denmark yang pernah menjajah inggris. Karena kebencian rakyat terhadap penjajah Menurut sejarahnya, maka

tengkorak itu disepak – sepak oleh banyak orang. Karena tengkorak terlalu keras, lalu diganti dengan usus lembu. Pada zaman Yunani purba mengenal permainan sepakbola dinamakan “Espiskiros”. Sedangkan pada zaman Romawi dinamakan “Harpastum”. Permainan sepakbola modern di Indonesia mulai kapan dan siapa yang mengembangkannya tidak diketahui pula. Tetapi banyak orang berpendapat bahwa sepakbola dibawa ke Indonesia oleh penjajah Belanda.

Unsur – unsur untuk dapat bermain sepakbola secara baik sangat kompleks, karena unsur satu dengan yang lain sangat erat hubungannya dan sukar untuk dipisah – pisahkan. Namun demikian dalam mempelajari teknik sepakbola dapat memberikan pada salah satu saja tanpa melupakan unsur.

Yang lain. Teknik sepakbola secara garis besar dapat dibagi menjadi dua bagian:

1. Teknik badan, ( body technics ), ialah gerakan – gerakan dalam sepakbola tetapi tanpa bola, yang meliputi cara lari dan merubah arah, cara melompat dan gerak tipu badan tanpa bola. Teknik badan ditujukan pada perkembangan kemampuan fisik untuk mencapai kesegaran fisik ( physical fitness ), agar dapat bermain dengan sebaik – baiknya. Unsur – unsur kemampuan fisik yang mendukung antara lain, (a) kecepatan (speed) ialah kecepatan lari, kecepatan bereaksi,

dan kecepatan bergerak, (b) kekuatan (strength) ialah untuk menguatkan otot – otot yang diperlukan dalam permainan sepakbola, misalnya otot – otot kaki untuk menendang, otot – otot bahu untuk body charge, (c) daya tahan (endurance) ialah daya tahan umum atau stamina (general endurance), (d) kelincahan (agility) ialah kecepatan merubah arah, untuk merubah arah gerak tipu dalam sepakbola, latihan ini dapat dengan melakukan lari bolak – balik (shuttle run), (e) kelentukan (flexibility) ialah kelentukan badan, gerakan yang mudah dan luwes.

2. Teknik dengan bola ialah gerakan – gerakan dalam sepakbola dengan bola. Unsur – unsur teknik dengan bola terdiri dari menendang bola, menerima bola, menyundul bola, menggiring bola, gerak tipu dengan bola, merampas bola, melempar bola, dan teknik penjaga gawang.<sup>17</sup>

Dari pengelompokan teknik sepakbola secara garis besar masih terdapat beberapa teknik dasar yang merupakan unsur yang penting dalam mempelajari olahraga sepakbola.

### **3. Hakikat Dribbling**

Dalam sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai antara lain: menendang bola, menerima bola, menyundul bola, menggiring

---

<sup>17</sup> Arma Abdoelah, Op. Cit , h. 416

bola, gerak tipu dngan bola, merampas bola, melempar bola dari teknik penjaga gawang.<sup>18</sup>

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dalam sepakbola adalah menggiring bola atau *dribbling*. Teknik dasar dribbling merupakan teknik dasar yang penting dan mutlak harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola.

Menurut Marta Dinata, kemahiran menggiring bola merupakan tuntutan utama dalam teknik perorangan. Pelaksanaan menggiring bola adalah membawa bola dengan cepat ke depan dengan passing pendek dengan kedua kaki silih berganti.<sup>19</sup>

Dribbling atau menggiring bola adalah suatu usaha memindahkan bola dari satu daerah ke daerah lain atau dengan berliku-liku untuk menghindari lawan, harus kita usahakan agar bola tetap bergulir dekat dengan kita, jauh dari kaki lawan pada saat permainan berlangsung.<sup>20</sup>

Khusus dalam teknik dribbling (menggiring bola) pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik, karena teknik dribbling sangat berpengaruh terhadap permainan. Teknik dribbling (menggiring bola) terbagi menjadi empat macam :

---

<sup>18</sup> Arma Abdoelah, Loc. Cit,

<sup>19</sup> Marta Dinata, Dasar-Dasar Mengajar Sepakbola, (Bandar Lampung, 2003), h. 31

<sup>20</sup> *Ibid*, h. 31

1. Teknik dribbling dengan kura-kura bagian dalam.
2. Teknik dribbling dengan kura-kura penuh (punggung kaki).
3. Teknik dribbling dengan kura-kura bagian luar.
4. Teknik dribbling dengan sol sepatu atau telapak kaki.<sup>21</sup>

Disamping itu, kecepatan dalam dribbling (menggiring bola) sangat dibutuhkan untuk menunjang penguasaan teknik tersebut. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berurutan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Teknik dribbling merupakan keterampilan penting dan mutlak yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Dribbling merupakan kemampuan di mana setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Yang perlu diketahui dalam teknik dribbling yaitu:

- Kuasai bola serta menjaga jarak dengan lawan.
- Jaga keseimbangan badan pada saat dribbling.
- Sentuhan bola harus menggunakan telapak kaki secara berkesinambungan.
- Fokuskan pandangan setiap kali sentuhan dengan bola.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> <http://www.dickybelajar.co.cc/2010/05/cara-bermain-sepak-bola.html>

Menggiring bola atau dribbling adalah salah satu gerakan yang menarik dan elemen kreatif dalam sepakbola. Maksudnya adalah mendorong bola dari satu daerah lapangan ke daerah lain tanpa bantuan teman satu team.<sup>23</sup> Robert Koger mengatakan menggiring bola atau dribbling adalah suatu metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik yang lain di lapangan.<sup>24</sup>

Yang perlu diketahui dalam menggiring bola atau dribbling adalah :

1. Tempatkan kaki tumpu disamping bola.
2. Sentuhan bola harus dapat menggunakan telapak kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar, atau punggung kaki (situasional) secara berkesinambungan.
3. Fokuskan pandangan setiap kali dengan bola.
4. Gulirkan bola kearah depan tubuh.
5. Jaga keseimbangan pada saat menggiring bola.
6. Atur jarak dengan bola sedekat mungkin dengan kaki.<sup>25</sup>

Menurut Sukatamsi (1984:159-161) ada beberapa macam cara menggiring bola yaitu:

- 1) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam
  - a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam.

---

<sup>22</sup> <http://nrSaadi.blogspot.com/2010/10/pengertian-futsal.html>

<sup>23</sup> Walter Chyzowych, The Official Soccer Book Of The United States Soccer Federation, (United States Of America: Rand McNally & Company, 1978), h. 64

<sup>24</sup> Robert Koger, Latihan Dasar Andar Sepakbola Remaja, (Klaten: Macanan Jaya Cemerlang, 2007), h. 51

<sup>25</sup> Andri Irawan, *Loc. Cit*

- b. Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, tetapi tiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. Dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut lawan.
  - c. Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola, mata melihat pada bola, selanjutnya melihat situasi di lapangan.
- 2) Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh
- a. Posisi kaki sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki penuh.
  - b. Kaki yang digunakan untuk menggiring bola sesuai dengan irama langkah lari tiap langkah dengan kura-kura kaki penuh bola didorong di depan dekat kaki.
- 3) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar
- a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar.
  - b. Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan, dan bola harus selalu dekat dengan kaki.
  - c. Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, dan selanjutnya melihat situasi lapangan.<sup>26</sup>

Ada beberapa teknik menggiring bola, diantaranya :

- Menggiring bola dengan kura-kura kaki
  - Hal ini dilakukan apabila pemain bergerak ke depan
  - Kaki yang digunakan menggiring bola ditarik ke bawah pada pergelangan kakinya
  - Usahakan agar bola tetap dekat dengan kaki dan disentuh dengan kura-kura kaki
- Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
  - Posisi kaki sesuai dengan posisi kaki yang digunakan untuk menendang bola dengan kaki bagian dalam
  - Kaki yang digunakan untuk menggiring bola di tarik ke bawah dan diputar ke dalam pada pergelangan kakinya

---

<sup>26</sup> [www.unes.ac.id](http://www.unes.ac.id)

- Menggiring bola dengan kaki bagian luar
  - Posisi kaki yang digunakan untuk menggiring bola sesuai dengan kaki pada waktu digunakan untuk menendang bola dengan kaki bagian luar
  - Kaki diputar ke dalam pada pergelangan kakinya ke arah kaki tumpu
  - Bola disentuh pada titik pusatnya dengan kura-kura kaki bagian luar
  - Teknik ini digunakan oleh pemain apabila bergerak maju atau apabila lintasannya melengkung, hal ini menyebabkan pemain dapat bergerak dengan lebih cepat.<sup>27</sup>

Penunjang keberhasilan para pemain dalam dribbling dengan baik dan tepat, menurut Tim Burns dalam bukunya ada lima prinsip umum untuk dapat melakukan dribbling dengan baik :

1. *Control* / kontrol
2. *Balance* / keseimbangan
3. *Rhythm* / irama
4. *Vision* / pandangan
5. *Faking* / tipuan<sup>28</sup>

Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan.

---

<sup>27</sup> *Ibid*, h.63

<sup>28</sup> Tim Burns, Holistic Futsal a Total Mindbody, Spirit Approach, (United Kingdom: Lightning Source UK ltd, 2003), h. 32



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. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Menggiring bola (dribbling) memiliki beberapa kegunaan yaitu sebagai berikut :

1. Untuk melewati lawan
2. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.
3. Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.<sup>29</sup>

Untuk bisa menggiring bola dengan baik harus terlebih dahulu bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik. Dengan kata lain, seorang pemain tidak akan bisa menggiring bola dengan baik apabila belum bisa menendang dan mengontrol bola dengan baik.

---

<sup>29</sup> <http://www.dickybelajar.co.cc>

Dari beberapa teori *dribbling* di atas, maka dapat diambil kesimpulan kalau *dribbling* atau menggiring bola adalah suatu usaha yang dilakukan oleh pemain untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat lainnya yang masih dalam permainan untuk menghindari dari lawan untuk merebut bola. Menggiring bola atau *dribbling* sangat penting untuk pemain maupun untuk permainan tim dalam olahraga sepakbola. Karena dengan adanya *dribbling* maka dapat menciptakan peluang untuk terciptanya sebuah gol.

#### **4. Hakikat Metode Penemuan Terpimpin**

Aspek pendidikan yang dikembangkan melalui penelitian adalah proses pengajaran, serta upaya untuk menerapkan gaya mengajar yang tepat. Dalam proses pembelajaran seorang guru tidak bisa menggunakan satu gaya mengajar saja, karena siswa mempunyai sifat dan karakter yang berbeda. Dalam kegiatan belajar mengajar sekurang-kurangnya guru harus menerapkan dua gaya mengajar dengan tujuan agar informasi atau materi pembelajaran yang disampaikan guru dapat diterima oleh siswa dengan mudah dan benar. Mengajar yaitu memberikan bimbingan dan arahan kepada siswa agar terciptanya proses belajar, arah yang dituju oleh proses belajar adalah tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan guru dan diketahui oleh siswa.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Sukinta, Teori Pendidikan Jasmani, (Bandung : Penerbit Nuansa, 2004) h.21

Mengajar merupakan suatu proses penyampaian informasi dari Guru kepada siswa, tapi bukan hanya itu guru juga harus berusaha agar siswa mau belajar sendiri. Karena mengajar merupakan upaya yang disengaja, maka Guru harus terlebih dahulu mempersiapkan bahan ajar yang akan disajikan kepada siswa, termasuk metode atau gaya mengajarnya.

Metode atau gaya mengajar sebagai alat motivasi sebagai strategi pengajaran, dan sebagai alat untuk mencapai tujuan. Gaya mengajar didefinisikan sebagai cara yang digunakan guru dalam menjalankan fungsinya merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Tetapi pelaksanaan sesungguhnya, gaya mengajar dan teknik memiliki perbedaan. Gaya mengajar lebih bersifat prosedural yang berisi tahapan-tahapan tertentu, sedangkan teknik adalah cara yang digunakan, yang bersifat implementatif.<sup>31</sup>

Sebagai guru pendidikan jasmani, menurut B. E. Rahantoknam, harus memproses tiga kompetensi untuk mengubah tingkah laku, yaitu : (1) pengetahuan dan keterampilan dalam pendidikan jasmani, mencakup memahami tubuh manusia, mampu melakukan berbagai aktivitas pendidikan jasmani dan bagaimana belajar keterampilan motorik, (2) kemampuan

---

<sup>31</sup> Siregar Evelin dan Nara Hartini, Teori Belajar dan Pembelajaran (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2007), h. 69

mengajar atau gaya mengajar, dan (3) hubungan pribadi atau interaksi yang bermakna.<sup>32</sup>

Salah satu gaya mengajar yaitu Gaya Mengajar Penemuan Terpimpin atau disebut juga The Guided Discovery Style. Gaya mengajar penemuan terpimpin dapat digunakan untuk mencari alternatif jawaban dalam bentuk gerak yang ditanyakan oleh guru. Sebagai contoh, guru atau pengajar bertanya bagaimana cara melakukan gerakan dribbling futsal.

Sasaran dari metode atau gaya Penemuan Terpimpin ini adalah siswa, siswa dilibatkan secara langsung dalam proses penemuan dengan mengembangkan hubungan yang serasi dan tepat antara jawaban siswa dengan pertanyaan yang telah disusun oleh guru juga mengembangkan keterampilan untuk menemukan jawaban yang berurut yang akan menuju pada penemuan konsep.<sup>33</sup>

Metode Penemuan Terpimpin ini penekanannya terpusat pada perkembangan kognitif siswa yaitu dengan cara guru menyusun serangkaian pertanyaan untuk siswa dan pertanyaan tersebut hanya satu jawaban yang

---

<sup>32</sup>Rahantoknam Bernard Edward, Guru Pendidikan Jasmani sebagai Fasilitator, Semlok Pola Sistem Operasional Pendidikan Jasmani, sebagai Basis Pembinaan Prestasi Olahraga Indonesia Menjelang Era Globalisasi (Jakarta: 1997), h. 8-9.

<sup>33</sup><http://www.google.co.id/metode+atau+gaya+mengajar+dalam+penjas>.

dianggap benar dan menghasilkan jawaban yang mengarah pada konsep, prinsip, dan atau gagasan.

Metode penemuan terpimpin adalah teknik mengajar yang mendorong siswa untuk mengambil peran lebih aktif dalam proses pembelajaran mereka dengan menjawab serangkaian pertanyaan atau memecahkan masalah dirancang untuk memperkenalkan konsep umum (Mayer 2003). Jerome S. Bruner , seorang psikolog kognitif sangat berpengaruh , dikreditkan untuk perkembangannya menjadi sebuah teknik instruksional diterima.<sup>34</sup>

Salah satu metode yang akhir-akhir ini banyak digunakan di sekolah adalah metode discoveri, hal itu disebabkan karena metode discoveri ini:

- a. Merupakan suatu cara untuk mengembangkan cara belajar siswa aktif,
- b. Dengan menemukan sendiri, menyelidiki sendiri, maka hasil yang diperoleh akan setia dan tahan lama dalam ingatan, tidak akan mudah dilupakan siswa,
- c. Pengertian yang ditemukan sendiri merupakan pengertian yang betul-betul dikuasai dan mudah digunakan dalam situasi lain.
- d. Dengan menggunakan strategi penemuan anak belajar menguasai metode ilmiah yang akan dapat dikembangkannya sendiri,

---

<sup>34</sup> ([http://wik.ed.uiuc.edu/index.php/Discovery\\_method](http://wik.ed.uiuc.edu/index.php/Discovery_method))

- e. Dengan metode penemuan ini juga, anak belajar berpikir analisis dan mencoba memecahkan problema yang dihadapi sendiri, kebiasaan ini akan ditrasfer pada kehidupan di masyarakat.

Dengan demikian diharapkan metode discoveri atau penemuan terpimpin ini lebih dikenal dan digunakan dalam proses belajar mengajar yang memungkinkan.

**Tabel 1. Anatomi Gaya Mengajar Penemuan Terpimpin**

<b>Proses Belajar</b>	<b>Nominasi</b>
Pra Pertemuan	G
Dalam Pertemuan	S
Pasca Pertemuan	S

Keterangan; G : Guru

S : Siswa

a. Prapertemuan : Keputusan oleh guru

Pengajar sangat dominan membuat tugas dalam berbagai tindakan kesulitan yang memungkinkan siswa untuk beranjak dari tugas yang mudah ke tugas yang lebih sulit dalam melakukan Gerakan Dribbling.

b. Dalam pertemuan : Keputusan oleh siswa

Peserta didik diberi kebebasan memilih sesuai dengan kemampuannya, siswa mencoba tugas melakukan gerakan dribbling.

Apabila siswa memberikan respon yang salah, maka guru dapat mengajukan pertanyaan seperti : “Sudahkah kau pikirkan kembali jawabanmu ?”. Dalam hal ini guru sudah mengembangkan proses kognitif siswa.<sup>35</sup>

c. Pasca pertemuan : Keputusan oleh siswa

Semua hasil tugas diserahkan pada siswa, umpan balik kepada siswa, evaluasi semuanya datang dari siswa, guru hanya sebagai pihak pembimbing.<sup>36</sup>

Penerapan dalam Gaya Penemuan Terpimpin adalah dengan menyusun pertanyaan yang mengenali prinsip, konsep, dan atau gagasan.

1). Prosedur dalam mengajar yaitu :

- a. Guru menyampaikan pertanyaan sesuai dengan susunan.
- b. Guru memberi waktu kepada siswa untuk menjawab.
- c. Memberikan umpan balik (netral atau menilai).
- d. Mengajukan pertanyaan berikutnya.

---

<sup>35</sup> Mosston Musska, Teaching Physical Education, (Terjemahan kedua Howell Company Colombus, Ohio 43216., 1994), h.16

<sup>36</sup> Supandi. Strategi Belajar Mengajar Penjas, (DEPDIKBUD, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan, 1992), h. 39

- e. Guru jangan memberikan jawaban.
  - f. Bersikap sabar dan menerima.
- 2). Merencanakan :
- a. Mengenali materi yang khusus.
  - b. Menentukan urutan langkah-langkah.
- 3). Yang harus dilakukan jika jawaban salah :
- a. Ulangi pertanyaan atau petunjuknya, apabila masih salah ajukan pertanyaan yang lain yang menguatkan atau menjabarkannya.
  - b. Berikan waktu kepada siswa untuk berfikir.

**Tabel 2. Penjelasan Keuntungan dan Kerugian Gaya Mengajar Penemuan Terpimpin<sup>37</sup>**

KEUNTUNGAN	KERUGIAN
<p>1. Melibatkan aspek kognitif sehingga memberikan kemungkinan untuk berkembang secara harmonis.</p> <p>2. Memberikan kesempatan pada siswa memahami hubungan antara proses dengan hasil belajarnya</p> <p>3. Meningkatkan keterampilan proses dalam pengajaran gerak fisik</p> <p>4. Mendorong siswa</p>	<p>1. Nampak sangat bertele-tele sering menimbulkan kebosanan atau frustrasi bila tidak segera menemukan jawabannya.</p> <p>2. Memerlukan banyak waktu untuk membimbing</p> <p>3. Sangat menekankan pada laju kecepatan belajar siswa</p> <p>4. Siswa sering menimbulkan keengganan guru membuat</p>

<sup>37</sup> Supandi, *Op. Cit.*, h.40



<p><b>membentuk citra dirinya dan membangkitkan perhatian serta keterlibatannya pada pokok bahasan yang sedang dipelajari</b></p>	<p><b>persiapan yang cermat</b></p> <p><b>5. Guru sering kehilangan kendali terhadap proses belajar siswa karena karakteristik siswa yang berbeda</b></p>
---	---

Implikasi gaya penemuan terpimpin menuntut guru untuk menyediakan waktu dalam menyusun pertanyaan yang memaksa siswa berfikir serta bertanggung jawab untuk menemukan merupakan kegiatan utama siswa, oleh karena itu guru harus memberikan waktu kepada siswa untuk menyesuaikan diri dengan tanggung jawab barunya tersebut. Jenis-jenis informasi yang perlu ditemukan oleh siswa adalah konsep, prinsip, kaidah, hubungan, bagaimana, mengapa, dan batasan-batasan. Pokok bahasan materi tidak boleh diketahui terlebih dahulu dan apabila episode yang paling pendek adalah yang paling baik serta pertanyaan harus dikerjakan melalui kegiatan fisik.<sup>38</sup>

Metode discoveri atau penemuan terpimpin merupakan komponen dari praktek pendidikan yang meliputi metode mengajar yang memajukan cara belajar aktif dan pada proses mengarahkan sendiri dan mencari sendiri. Penemuan merupakan suatu strategi yang unik dapat diberikan oleh guru dengan berbagai cara, termasuk mengajarkan keterampilan, menyelidiki dan

<sup>38</sup> <http://nhowitzer.multiply.com/jurnal/item/2>

memecahkan masalah sebagai alat bagi siswa untuk mencapai tujuan pendidikannya.

Jadi dapat dikatakan bahwa metode penemuan terpimpin adalah suatu metode dimana dalam proses belajar mengajar guru memperkenalkan siswa siswinya menemukan sendiri informasi secara tradisional biasa diberitahukan atau diceramahkan saja. Metode penemuan terpimpin merupakan komponen dari praktek pendidikan yang meliputi metode mengajar yang memajukan cara belajar aktif, berorientasi pada proses, mengarahkan sendiri, mencari sendiri dan reflektif.

## **5 . Hakikat Karakteristik Siswa SMP Kelas VIII ( anak usia 13 – 14 )**

Perkembangan selalu berarti differensiasi. Artinya pada setiap tahap dari seluruh perkembangan anak, berarti mulai adanya differensiasi baru pada anak itu, baik jasmani maupun rohaninya. Hal ini nampak jelas bila kita memperhatikan gerakan anak. Mula – mula anak kecil menerima sesuatu dengan kedua tangannya, tetapi dalam perkembangannya ia dapat menerima sesuatu itu hanya dengan satu tangan dan dalam perkembangan selanjutnya malah hanya menggunakan beberapa jarinya saja. Hal yang kedua dalam perkembangan anak yaitu setiap fase yang dialami oleh anak merupakan masa peralihan atau masa persiapan bagi masa selanjutnya. Hal yang ketiga dalam perkembangan anak yaitu adalah perkembangan jasmani dan rohani.

Siswa SMP kelas VIII adalah :

Anak usia 13 – 14 tahun yang dalam tabel periodisasi perkembangan berdasarkan umur termasuk ke dalam adolesensi. Adolesensi atau remaja adalah individu – individu yang berusia 10 sampai 18 tahun untuk perempuan atau berusia 12 sampai 20 tahun untuk laki – laki.

**Tabel.3**

**Periodisasi Perkembangan Berdasarkan Umur**

<b>Fase perkembangan</b>	<b>Batasan umur</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fase sebelum lahir               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Awal</li> <li>2. Embrio</li> <li>3. Janin</li> </ol> </li> </ul>	<p>Selama 9 bulan 10 hari</p> <p>Saat pembuahan sampai 2 minggu</p> <p>2 sampai 8 minggu</p> <p>8 minggu sampai saat lahir</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bayi               <ul style="list-style-type: none"> <li>Neonatal</li> </ul> </li> </ul>	<p>Saat lahir sampai 1 atau 2 tahun</p> <p>Saat lahir sampai 4 minggu</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anak – anak               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anak kecil</li> <li>2. Anak besar perempuan</li> <li>3. Anak besar laki – laki</li> </ol> </li> </ul>	<p>1 atau 2 sampai 10 atau 12 tahun</p> <p>1 atau 2 sampai 6 tahun</p> <p>6 sampai 10 tahun</p> <p>6 sampai 12 tahun</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adolesensi               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perempuan</li> <li>2. Laki – laki</li> </ol> </li> </ul>	<p>10 sampai 18 tahun</p> <p>12 sampai 20</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dewasa               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dewasa muda</li> <li>2. Dewasa madya</li> <li>3. Dewasa tua ( lanjut usia )</li> </ol> </li> </ul>	<p>10/20 sampai 18 tahun</p> <p>40 sampai 60 tahun</p> <p>60 tahun lebih</p>

Masa adolesensi merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak – anak untuk menjadi dewasa. Masa ini merupakan masa pertumbuhan yang pesat, yang ditandai dengan perkembangan biologis yang kompleks.

Gejala – gejala pertumbuhan dan perkembangan yang menonjol pada masa adolesensi ( remaja ) adalah ;

### 1. Pertumbuhan ukuran tubuh.

Pertumbuhan ukuran fisik mengalami percepatan pada tahun – tahun awal dan kemudian melambat, yang akhirnya pertumbuhan memanjang akan berhenti setelah mencapai usia dewasa. Pada awal masa adolesensi ada kecenderungan anak perempuan lebih tinggi dibandingkan anak laki – laki, namun kemudian anak laki – laki menjadi lebih tinggi dan lebih besar pada saat pencaian usia maksimalnya.

### 2. Perkembangan jaringan tubuh.

Perkembangan jaringan tubuh pada masa adolesensi ditandai dengan semakin cepatnya perkembangan jaringan otot terutama pada laki – laki, sedangkan pada perempuan semakin cepatnya perkembangan jaringan lemak.

### 3. Perkembangan seksual.

Perkembangan seksual berlangsung sejalan dengan perkembangan organ – organ reproduksi. Pada masa adolesensi terjadi proses pematangan organ reproduksi. Masa ini disebut puber, di mana individu mulai menampakkan perkembangan gairah seksualnya dan menampakkan saling ketertarikan dengan lawan jenisnya.

#### 4. perubahan fisiologis.

Pada masa adolesensi terjadi gejala perubahan fisiologis yang nyata yaitu, penurunan denyut nadi basal, penurunan temperatur tubuh basal, peningkatan tekanan darah sistolik, peningkatan volume pernafasan, kapasitas vital, dan kapasitas pernafasan maksimum.

Karakteristik sosial dan emosional :

1. Perkembangan ke arah kejantanan untuk anak laki – laki, dan feminim untuk anak wanita.
2. Membentuk kelompok dengan teman sejenis.
3. Usaha keras untuk menjadi orang terbaik di dalam permainan bertujuan untuk diakui atau dikagumi oleh teman – temannya.
4. Memiliki ketakutan pribadi yang sederhana. Kadang – kadang berfikir untuk melarikan diri.
5. Jarang mau bersikap rendah hati.

Karakteristik mental :

- 1 . Ruang lingkup perhatian bertambah
2. Kemampuan berfikir bertambah karena anak – anak telah memiliki pengalaman – pengalaman.

- 3 . Minat terhadap macam – macam permainan yang terorganisir bertambah.
- 4 . Sangat berhasrat ingin menjadi dewasa.
- 5 . Kuat berimajinasi dan dapat mengekspresikan dirinya.

Berdasarkan penjabaran diatas mengenai karakteristik siswa SMP kelas VIII ( usia 13 -14 tahun ) disimpulkan bahwa pada masa ini, siswa berada pada masa peralihan dari masa anak - anak ke masa dewasa yang sering disebut masa remaja dan didalamnya terjadi perubahan baik dari segi fisik, emosional, dan mental.

### **B. Kerangka Berpikir**

Berdasarkan kerangka teori diatas bahwa pendidikan jasmani mempunyai tujuan kepada keselarasan antara tubuh maupun perkembangan jiwa siswa atau peserta didik. Pendidikan jasmani dalam belajar dan mengajar adalah suatu proses kegiatan antara guru/pengajar dengan murid/anak didik untuk mencapai tujuan pengajaran yang telah ditetapkan. Dalam proses pembelajaran dibutuhkan cara atau metode yang tepat agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotorik. Aspek yang paling dominan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah aspek psikomotorik dimana siswa dapat mengaplikasikan berbagai macam gerak

yang menjadi tuntutan dengan benar. Namun, tidak dapat dipungkiri aspek kognitif dan aspek afektif mendukung keberhasilan pembelajaran.

Kesalahan yang sering terjadi saat proses belajar berlangsung adalah siswa banyak yang merasa kurang percaya diri saat melakukan gerakan dribbling jadi seperti terlihat kaku atau bergerak tidak sesuai teori sama sekali, saat bergerak kedepan gerakan kaki dengan bola masih terlalu jauh sehingga setiap kali sentuhan dengan bola, bola tersebut terpental jauh dari kaki.

Dari beberapa kesalahan yang siswa lakukan diatas terdapat suatu pemecahan masalah antara lain : memberikan motivasi yang lebih kepada siswa agar lebih semangat melakukan gerakan dribbling dengan maksimal, diberikan latihan untuk dapat meningkatkan kualitas dribbling agar sesuai dengan maksud dan tujuan dari peneliti.

Gaya mengajar penemuan terpimpin ini dapat meningkatkan daya pikir siswa sekaligus membuat para siswa menjadi lebih kreatif dalam berfikir. Pengajar atau Guru mendisain materi yang akan disajikan sedemikian rupa agar siswa dalam penemuan berpikir dan belajarnya masih dalam bimbingan pengajar atau guru, demikian juga dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani akan membantu dalam meningkatkan motivasi dan penguasaan materi dribbling dengan baik.



### **C. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan penjabaran kajian teori dan kerangka berpikir tersebut di atas maka dapat diajukan hipotesis tindakan sebagai berikut :

Melalui metode penemuan terpimpin dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* sepakbola pada siswa kelas VIII SMPN 220 Jakarta.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah di uraikan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran dribbling melalui gaya mengajar atau metode penemuan terpimpin.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### 1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di SMPN 220 Jakarta.

##### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 2 bulan, dimulai pada bulan Oktober sampai dengan Desember 2013. Pelaksanaan pengambilan data atau pengamatan dilakukan selama 3-4 minggu dimulai pada tanggal 18 Oktober 2013.

### C. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan (Action Research). Penelitian tindakan adalah suatu bentuk penelitian reflektif yang dilakukan oleh peserta-pesertanya dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran dan keadilan praktik pendidikan dan praktik sosial mereka.<sup>1</sup>

Penelitian tindakan juga diartikan sebagai suatu penyelidikan atau penelitian dalam konteks usaha yang berfokus pada peningkatan kualitas organisasi serta kinerjanya.<sup>2</sup>

Penelitian tindakan dilakukan sekurang-kurangnya dalam dua siklus tindakan yang berurutan. Informasi dari siklus terdahulu sangat menentukan bentuk siklus berikutnya. Penelitian tindakan terjadi secara wajar dan tidak mengubah jadwal yang berlaku.

Ada beberapa ciri-ciri khusus pada penelitian tindakan seperti yang dijelaskan oleh McNiff, Whitehead dan Lomax yang menyoroti dari segi komitmen, maksud, jenis tindakan, pemantauan, deskripsi otentik tindakan dan penjelasannya serta perlunya validitas pernyataan yang dibuat peneliti.<sup>3</sup> Ciri utama pada penelitian tindakan adalah tujuannya untuk memperoleh

---

<sup>1</sup> Suwarsih Madya, Penelitian tindakan, (Bandung: CV. Alfabeta bandung, 2006), h.9

<sup>2</sup> Rufmania. *Multiply.com/journal/item/14*

<sup>3</sup> Suwarsih Madya, *Op. Cit.*, h.12

penemuan yang signifikan secara operasional sehingga dapat digunakan kebijaksanaan dilakukan.<sup>4</sup>

#### **D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel**

##### **1. Populasi Penelitian**

Populasi yang diteliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII olahraga atau mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan ( PENJASORKES ) SMPN 220 Jakarta Semester Gassal 2013 / 2014 yang berjumlah 283 orang dengan jumlah kelas 7, yang mengikuti pelajaran pendidikan jasmani.

##### **2. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *cluster random sampling*. Yaitu siswa kelas VIII A hari kamis sebanyak 41 siswa.

---

<sup>4</sup> M. Nazir, Metode Penelitian, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2003), h.79

## E. Langkah Umum Penelitian

Pada Penelitian ini menggunakan siklus, setiap siklus terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut :

1. Perencanaan
  - a. Peneliti dan kolabor melihat kondisi awal dari kemampuan siswa dalam pembelajaran *dribbling*. Dapat dilakukan dengan tes awal *dribbling*. Hal ini dilakukan untuk mengukur kemampuan siswa dengan memberikan tes awal kemampuan *dribbling*.
  - b. Peneliti dan kolabor mendiskusikan hasil dari kemampuan awal siswa dalam pembelajaran *dribbling*.
  - c. Peneliti dan kolabor menyiapkan materi pembelajaran *dribbling* yang akan di berikan kepada siswa.
  - d. Peneliti dan kolabor menyiapkan srategi pembelajaran.
  - e. Peneliti membuat instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung.

## 2. Tindakan

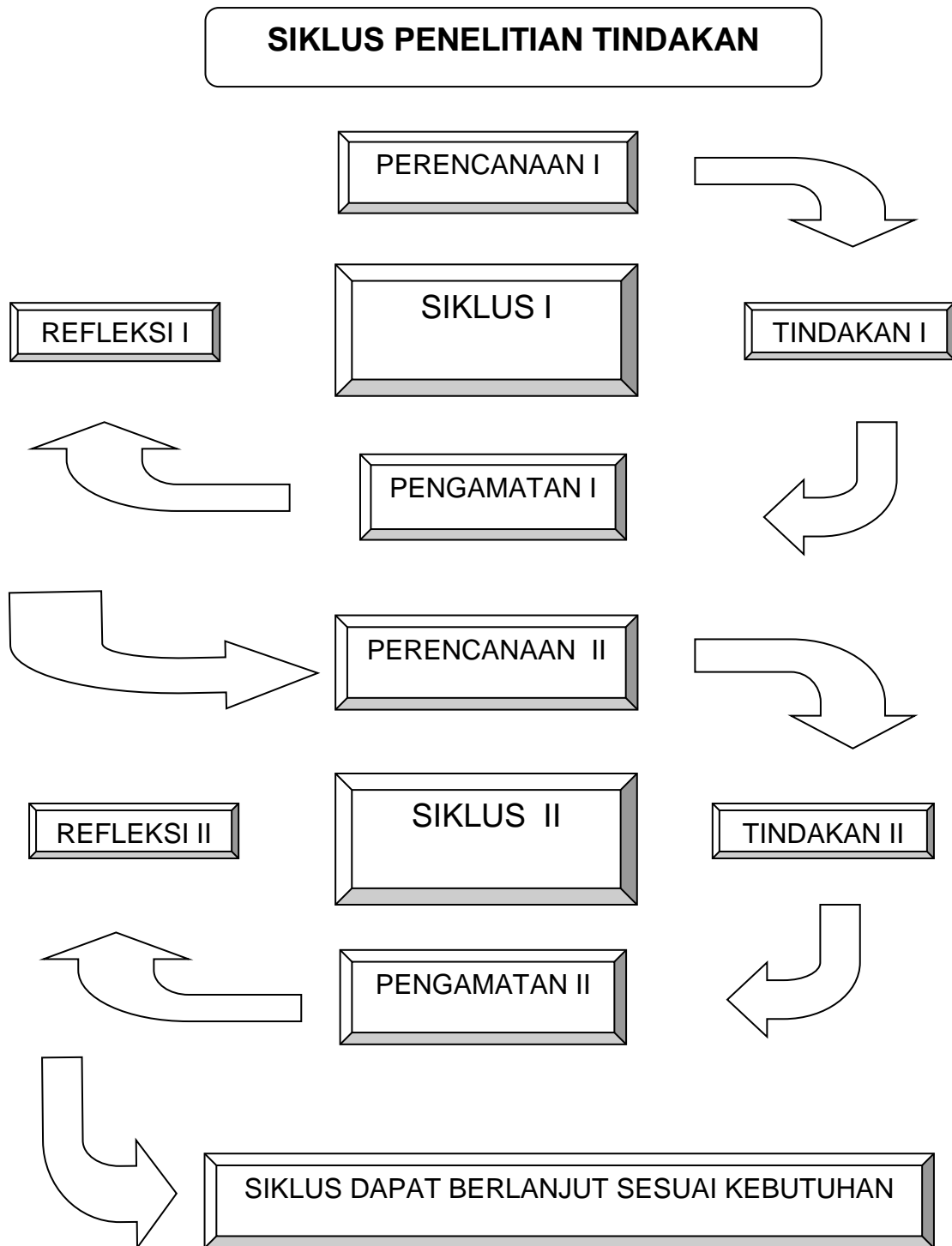
- a. Peneliti mengidentifikasi pembelajaran *dribbling* yang diberikan kepada siswa.
- b. Peneliti memberikan masukan dan perintah pembelajaran *dribbling* kepada siswa dengan gaya mengajar/metode penemuan terpimpin.

## 3. Observasi

- a. Peneliti mengamati pelaksanaan proses pembelajaran *dribbling* dengan gaya mengajar/metode penemuan terpimpin.
- b. Peneliti melakukan pengamatan dan penilaian terhadap kemampuan *dribbling* siswa.

## 4. Refleksi

Peneliti menilai hasil pelaksanaan pembelajaran *dribbling* dengan gaya penemuan terpimpin dan hasil dari tindakan yang diberikan. Langkah-langkah penelitian tersebut secara umum yang telah diuraikan di atas merupakan model rancangan action research. Selanjutnya peneliti melaksanakan siklus berikutnya sampai terdapat kemajuan pada diri siswa yang memenuhi standar penilaian.



**Gambar 1 . Siklus Penelitian Tindakan<sup>5</sup>**

<sup>5</sup> Suharsimi Arikunto, Penelitian Tindakan Kelas. (Jakarta : Bumi Aksara. 2007), h.

## **F. Teknik Pengambilan Data**

Dalam penelitian ini data diperoleh melalui hasil belajar siswa dalam melakukan pembelajaran menggiring bola / *dribbling*.

## **G. Teknik Analisis Data**

Teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data dalam penelitian yaitu siswa dan tim pengajar ekstrakurikuler olahraga, dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan yang dilakukan kolaborator sebelum dan sesudah dilakukan tindakan berupa proses pengajaran metode penemuan terpimpin. Data tersebut ditunjang dengan data kualitatif (catatan lapangan) guna mencari data yang lebih akurat antara siswa dengan model pembelajaran ini.

Dalam penilaian hasil belajar siswa terhadap pembelajaran *dribbling* terdapat tiga aspek yang dapat dinilai dari siswa yaitu aspek psikomotorik, aspek afektif dan aspek kognitif. Aspek yang paling dominan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah kemampuan gerak atau aspek psikomotorik. Namun, kedua aspek lainnya juga masuk dalam penilaian pendidikan jasmani. Dalam penelitian ini untuk penilaian aspek psikomotorik pengambilan data menggunakan data kuantitatif. Aspek afektif dan aspek kognitif pengambilan data menggunakan data kualitatif.



Dalam penilaian aspek psikomotorik terdapat rentang nilai dan kriterianya, sebagai berikut :

Skor 4 = Sempurna

Skor 3 = Hampir sempurna

Skor 2 = Kurang sempurna

Skor 1 = Sangat kurang

Jumlah maksimal skor dari 4 aspek yang menjadi penilaian adalah 52. Dan nilai yang didapat untuk hasil pembelajaran *dribbling* dihitung dengan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Untuk nilai kelulusan minimal yang digunakan disesuaikan dengan kompleksitas (kesulitan), sumber daya pendukung, dan intake siswa (tingkat kemampuan rata-rata siswa). Tingkat kompleksitas KD (kopetensi dasar) tinggi, dikarenakan materi yang dilaksanakan hanya satu teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan tahapan gerakan merupakan gerakan yang masih dasar. Sumber daya pendukung pembelajaran ini termasuk tinggi, dikarenakan siswa tidak ada yang kekurangan bola dan tempat yang cukup.

Dalam pengambilan data aspek kognitif dan aspek afektif menggunakan data kualitatif, peneliti mengobservasi langsung selama proses pembelajaran. Peneliti melihat perkembangan Posisisiswa sejak awal penelitian dan untuk menilai kemampuan kognitif peneliti melihat bagaimana siswa memahami konsep mengenai *dribbling* dengan kaki bagian dalam.

Adapun untuk penilaian sikap, peneliti menentukan nilai-nilai tersebut sesuai dengan kompetensi dasar yang ada, yaitu :

- Kerja sama
- Toleransi
- Memecahkan masalah
- Menghargai teman
- Keberanian

Indikator keberhasilan penelitian ditentukan oleh:

1. siswa mampu melakukan gerakan *dribbling* dengan mulai dari tahap persiapan, gerakan perkenaan, dan Posisiakhir.
2. Siswa mampu memahami konsep gerakan *dribbling* yang benar.
3. Siswa mengaplikasikan nilai-nilai selama proses pembelajaran.
4. Terjadi interaksi yang kondusif antara siswa dengan siswa, siswa dengan pengajar atau siswa dengan peneliti.
5. Suasana belajar siswa terlihat aktif.

Adapun penelitian dikatakan berhasil apabila:

1. Siswa menunjukkan peningkatan dalam pelaksanaan gerakan *dribbling* sesuai dengan kelulusan minimal.
2. Siswa menunjukkan nilai-nilai yang positif, dapat bekerjasama dan saling mendukung pada saat pembelajaran melalui metode mengajar penemuan terpimpin.
3. Siswa mampu memberikan peranan yang lebih besar pada proses pembelajaran.
4. Siswa mampu melakukan evaluasi terhadap tahapan gerakan.
5. Suasana belajar mengajar menyenangkan siswa.

#### **H. Keabsahan Data Penelitian**

Untuk pengecekan keabsahan data penelitian, dilakukan peneliti bersama kolabolator dan tiga orang penilai yang ahli dibidang *Sepakbola*. Penelitian ini terdiri dari 1 orang kolabolator : Teguh, S.Pd., Pengajar / asisten guru bidang studi olahraga di SMPN 220 Jakarta, yang ditunjuk oleh dosen sepak bola di FIK UNJ, Muchtar Hendra Hasibuan, S.Pd .

## I. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen sebagai berikut:

### 1. Instrumen Alat

- 1.1 Bola
- 1.2 Cone
- 1.3 Meteran
- 1.4 Alat tulis
- 1.5 Peluit
- 1.6 Form penilaian
- 1.7 Kamera digital


### 2. Instrumen Ukur


- 2.1 Kisi-kisi menggiring bola (*dribbling*)
- 2.2 Tes menggiring bola (*dribbling*)

Tabel 4.

Kisi-kisi Penilaian Gerak *Dribbling dengan kaki bagian dalam*

NO.	GAMBAR	UNSUR GERAK	URAIAN GERAKAN	PENILAIAN			
				1	2	3	4
1.		<p><b>Tahap</b></p> <p><b>Persiapan:</b></p> <p>a) Posisi Pandangan</p> <p>b) Posisi Badan</p> <p>c) Posisi Kaki</p> <p>d) Posisi Lengan</p>	<p>Pandangan kearah depan, kearah tujuan <i>dribbling</i></p> <p>Badan tegak.</p> <p>Kaki tumpu diletakkan di samping bola, kaki sentuh siap.</p> <p>Kedua lengan rileks, berada di samping badan.</p>				

2.		<p><b>Gerakan</b></p> <p><b>Perkenaan:</b></p> <p>a) Posisi Pandangan</p> <p>b) Posisi Badan</p> <p>c) Posisi Kaki</p> <p>d) Posisi Lengan</p>	<p>Pandangan fokus setiap kali sentuhan dengan bola.</p> <p>Badan seimbang saat menggiring bola.</p> <p>Menyentuh bola secara berkesinambungan, jarak kaki dengan bola harus sedekat mungkin.</p> <p>Kedua lengan di buka selebar bahu, berada disamping badan menjaga keseimbangan, siku agak ditekuk, dan rileks.</p>				
----	---	--	---	--	--	--	--

3.		<p><b>Posisi Akhir:</b></p> <p>a) Posisi Pandangan ke arah tujuan pandang an <i>Dribbling</i></p> <p>b) Posisi Badan Badan seimbang.</p> <p>c) Posisi Kaki Kaki tumpu berada di samping bola, kaki sentuh menjaga bola.</p> <p>d) Posisi Lengan Lengan tetap dibuka selebar bahu untuk menjaga keseimbangan.</p>				
4.		<p>Keberhasilan <i>dribbling</i></p>	<p>Mampu melewati rintangan / cone mulai dari start sampai finish tanpa menabrak / menyentuh cone</p>			

## NORMA PENILAIAN TES *DRIBBLING*

### A. Tahap Persiapan :

#### a) Posisi Pandangan

1. Nilai 4, apabila pandangan ke arah tujuan *dribbling*
2. Nilai 3, apabila pandangan ke arah tujuan *dribbling* namun langsung melihat ke bola.
3. Nilai 2, apabila pandangan hanya ke bola.
4. Nilai 1, apabila pandangan selain ke arah tujuan *dribbling* dan bola.

#### b) Posisi Badan

1. Nilai 4, apabila posisi badan tegak.
2. Nilai 3, apabila sedikit condong ke depan.
3. Nilai 2, apabila Terlalu condong ke depan.
4. Nilai 1, apabila posisi badan tidak tegak dan tidak condong ke depan.

#### c) Posisi Kaki

1. Nilai 4, apabila kaki tumpu diletakkan di samping bola, kaki sentuh siap.
2. Nilai 3, apabila kaki tumpu disamping bola, kaki sentuh tidak siap.
3. Nilai 2, apabila kaki tumpu di belakang bola, kaki sentuh siap.
4. Nilai 1, apabila kaki tumpu di belakang bola, kaki tumpu tidak siap



**d) Posisi Lengan**

1. Nilai 4, apabila kedua lengan rileks, berada di samping badan.
2. Nilai 3, apabila kedua lengan tidak rileks dan diletakkan di samping badan.
3. Nilai 2, apabila kedua lengan rileks dan tidak diletakkan di samping badan.
4. Nilai 1, apabila kedua lengan tidak rileks dan tidak diletakkan di samping badan.

**B. Gerakan Perkenaan :****a) Posisi Pandangan**

1. Nilai 4, apabila pandangan fokus setiap kali sentuhan dengan bola.
2. Nilai 3, apabila pandangan ke bola namun berpindah ke arah tujuan *dribbling*.
3. Nilai 2, apabila pandangan hanya ke tujuan *dribbling*.
4. Nilai 1, apabila pandangan selain ke arah bola dan tujuan *dribbling*.

**b) Posisi Badan**

1. Nilai 4, apabila badan seimbang saat menggiring bola.
2. Nilai 3, apabila terlalu condong ke depan.
3. Nilai 2, apabila sedikit condong ke belakang.
4. Nilai 1, apabila badan tidak seimbang.

**c) Posisi Kaki**

1. Nilai 4, apabila menyentuh bola secara berkesinambungan, jarak kaki dengan bola harus sedekat mungkin.
2. Nilai 3, apabila menyentuh bola secara berkesinambungan, jarak kaki dengan bola jauh.
3. Nilai 2, apabila sentuhan dengan bola tidak berkesinambungan, jarak kaki dengan bola dekat.
4. Nilai 1, apabila sentuhan dengan bola tidak berkesinambungan, jarak kaki dengan bola jauh.

**d) Posisi Lengan**

1. Nilai 4, apabila kedua lengan di buka selebar bahu, berada disamping badan menjaga keseimbangan, siku agak ditekuk dan rileks.
2. Nilai 3, apabila melakukan tiga uraian gerakan dengan benar pada Posisikaki.
3. Nilai 2, apabila melakukan 2 uraian gerakan dengan benar pada Posisikaki.
4. Nilai 1, apabila melakukan hanya satu uraian gerakan dengan benar ada tidak sama sekali pada Posisikaki.

**C. Posisi Akhir :****a) Posisi Pandangan**

1. Nilai 4, apabila pandangan ke arah tujuan *dribbling*.
2. Nilai 3, apabila pandangan ke tujuan *dribbling* namun langsung melihat ke bola.
3. Nilai 2, apabila pandangan hanya ke bola.
4. Nilai 1, apabila, pandangan selain ke arah tujuan *dribbling* dan bola.

**b) Posisi Badan**

1. Nilai 4, apabila badan seimbang.
2. Nilai 3, apabila badan terlalu condong ke belakang.
3. Nilai 2, apabila badan terlalu condong ke depan.
4. Nilai 1, apabila badan tidak seimbang.

**c) Posisi Kaki**

1. Nilai 4, apabila kaki tumpu berada di samping bola, kaki sentuh menjaga bola.
2. Nilai 3, apabila melakukan dua uraian gerakan dengan benar pada Posisikaki.
3. Nilai 2, apabila melakukan satu uraian gerakan dengan benar pada Posisikaki.
4. Nilai 1, apabila tidak ada yang benar dalam melakukan gerakan kaki.

**d) Posisi Lengan**

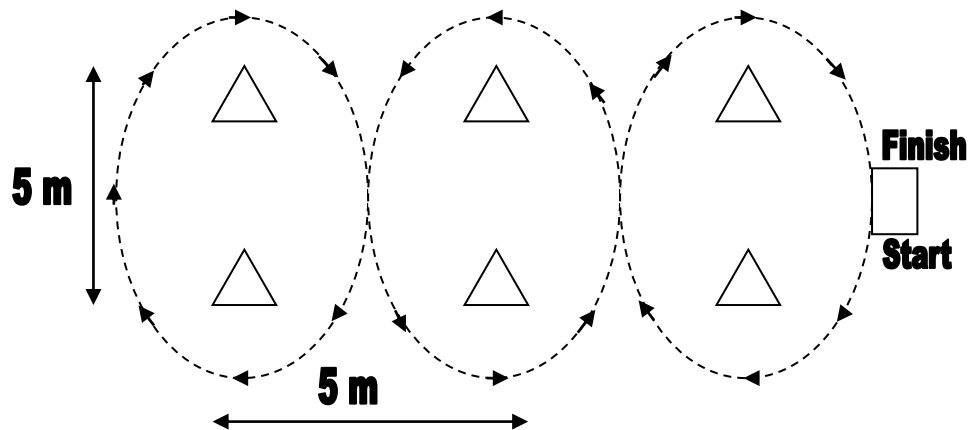
1. Nilai 4, apabila lengan tetap dibuka selebar bahu untuk menjaga keseimbangan, siku ditekuk.
2. Nilai 3, apabila lengan tetap dibuka selebar bahu untuk menjaga keseimbangan dan siku tidak ditekuk.
3. Nilai 2, apabila lengan tidak dibuka selebar bahu untuk menjaga keseimbangan dan siku agak ditekuk.
4. Nilai 1, apabila lengan tidak di buka selebar bahu dan siku tidak ditekuk.

**D. Keberhasilan Dribbling :**

1. Nilai 4, apabila mampu melewati rintangan / cone mulai dari start sampai finish tanpa menabrak / menyentuh cone.
2. Nilai 3, apabila mampu melewati rintangan / cone dari start sampai finish, akan tetapi menabrak / menyentuh cone 1x.
3. Nilai 2, apabila mampu melewati rintangan / cone dari start sampai finish, tetapi menabrak / menyentuh cone 2x.
4. Nilai 1, apabila mampu melewati rintangan / cone dari start sampai finish , tetapi menabrak / menyentuh cone lebih dari 2x.

Tes kemampuan *dribbling* dapat dilakukan dengan menggunakan *Dribbling Zig-Zag Test*.

1. Tujuan : untuk mengetahui kemampuan *dribbling*
2. Petugas : 2 orang, 1 orang sebagai penilai dan 1 orang sebagai pemberi aba-aba.
3. Prosedur pelaksanaan :
  - Siswa berdiri di belakang garis sebelah kiri dari rintangan pertama.
  - Setelah ada aba-aba "GO" Siswa berlari sambil menggiring bola melewati rintangan pertama dan seterusnya berputar, setelah itu mengikuti garis kembali sampai garis finish.



**Gambar 2. Tes Kemampuan Dribbling / Kemampuan Bola<sup>6</sup>**

<sup>6</sup> Nur Hasan, *Tes Pengukuran Olahraga* (Jakarta : Depdikbud, 1988), h. 5

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Proses Pelaksanaan Penelitian Tindakan**

##### **1. Deskripsi Awal**

Pada penelitian ini dimulai dengan melakukan observasi awal yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal siswa dalam melakukan olahraga Sepakbola materi dribbling dengan menggunakan kaki bagian dalam. Setelah peneliti mengetahui sejauh mana kemampuan siswa, maka peneliti menyusun perencanaan yang berupa program tindakan, observasi dan refleksi yang akan diterapkan kepada siswa sehingga menghasilkan pembelajaran yang diharapkan.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 Oktober 2013 bertempat di lapangan olahraga SMPN 220 Jakarta terhadap siswa mata pelajaran penjaskes kelas Kamis / kelas VIII A dengan jumlah 41 orang siswa.

Kegiatan yang dilakukan pada observasi awal antara lain melaksanakan sebuah tes dribbling menggunakan kaki bagian dalam, pengetahuan siswa tentang dribbling menggunakan kaki bagian dalam dan peneliti memperhatikan bagaimana siswa tersebut bersikap selama proses pembelajaran. Kemudian peneliti menyimpulkan hasil dari observasi dengan

hasil tes sebagai berikut. Nilai terendah 52, Nilai tertinggi 71, Rata-rata 61,36 dan Simpangan baku 5,85.

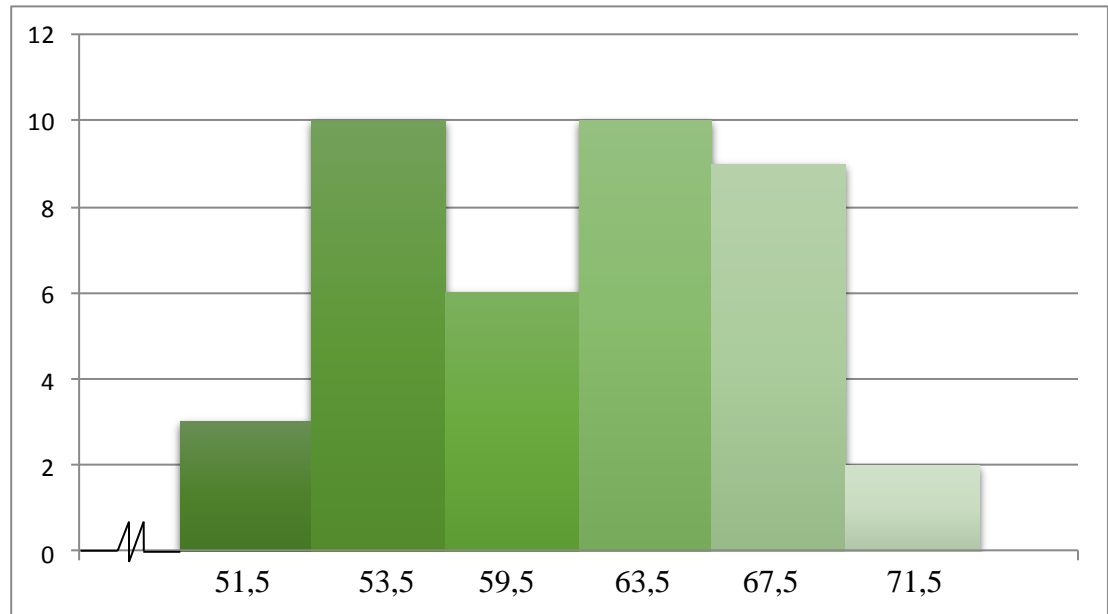
**Tabel 5.**

**Distribusi Hasil Tes Awal *Dribbling* Dengan Kaki Bagian Dalam**

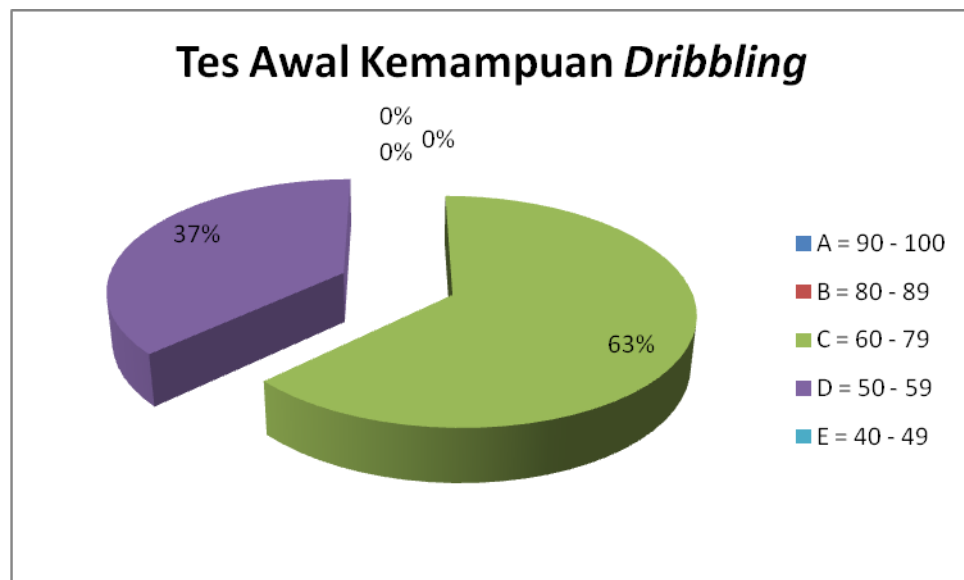
<b>Nilai</b>	<b>Frekuensi Absolut</b>	<b>Frekuensi Relatif (%)</b>	<b>Nilai Tengah</b>
50 – 53	3	7.32	51.5
54 – 57	10	24.40	53.5
58 – 61	6	14.63	59.5
62 – 65	10	24.40	63.5
66 – 69	9	21.95	67.5
70 - 73	2	4.88	71.5
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>	<b>100%</b>	

Dari tabel distribusi tes awal terlihat bahwa nilai yang diraih siswa pada tes awal sebagian besar dalam rentang nilai 54-57 dan rentang nilai 62-65, masing-masing sebesar 10 siswa atau 24.40% dari jumlah siswa. Kriteria kelulusan minimal siswa dengan nilai 60, siswa yang belum memenuhi kelulusan minimal lebih dari setengah dari jumlah adalah 49% dari jumlah siswa, dan hanya 2 orang siswa yang mampu mencapai nilai dalam rentang 70-73.

Hasil tes awal *Dribbling* dengan kaki bagian dalam dapat dilihat dalam grafik di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Histogram Hasil Tes Awal Kemampuan *Dribbling*



Gambar. 4 Diagram Pie Hasil Tes Awal Kemampuan *Dribbling*



Kegiatan yang dilakukan dalam observasi awal ini tidak hanya untuk menilai kemampuan awal *dribbling* saja atau nilai psikomotoriknya saja, namun juga kemampuan kognitif mengenai konsep *dribbling* sebagai teknik dasar dalam sepakbola, dan menilai aspek afektif bagaimana siswa bersikap dan berinteraksi dalam pembelajaran. Peneliti dan pengajar dalam menilai aspek kognitif *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan melemparkan beberapa pertanyaan yang akan dijawab siswa sejauh mana mereka mengetahui konsep *dribbling*. Bentuk pertanyaan tersebut antara lain :

**Tabel 6.**  
**Penilaian Aspek Kognitif**

Pertanyaan	Jawaban Siswa
1. Apa yang dimaksud dengan teknik <i>dribbling</i> dalam sepakbola?	- <i>dribbling</i> yaitu menggiring bola. (Messi)
2. <i>Dribbling</i> dapat dilakukan dengan kaki bagian mana saja?	- Tidak ada siswa yang menjawab.
3. Apa yang dimaksud teknik <i>dribbling kaki bagian dalam</i> ?	- Tidak ada siswa menjawab.

Untuk penilaian aspek afektif atau penilaian sikap sama dengan penilaian kognitif tidak dapat berbentuk data kuantitatif melainkan dalam bentuk penilaian kualitatif. Peneliti dan kolabor menilai langsung dari sikap

siswa saat siswa diberikan waktu untuk bermain sepakbola dengan membuat beberapa tim. siswa bermain sepakbola dengan peraturan yang yang dimodifikasi, dengan jumlah masing-masing tim terdiri dari 5 siswa, adapun penilaian sikap yang diambil antara lain:

**Tabel 7.**  
**Penilaian Aspek Afektif**

Sikap Siswa Yang Dinilai
1. Kerjasama antar siswa
2. Toleransi dengan sesama teman.
3. Kemampuan memecahkan masalah masing-masing siswa.
4. Menghargai sesama siswa.
5. Keberanian

Hasil penilaian observasi awal ini merupakan refleksi awal penelitian untuk membuat perencanaan penelitian, tindakan, observasi dan refleksi selanjutnya pada tiap siklusnya. Dari hasil tes awal *dribbling* dengan kaki bagian dalam, telah diketahui kemampuan awal siswa yang selanjutnya akan diberikan tindakan dengan menerapkan metode mengajar penemuan terpimpin untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* dengan kaki bagian dalam.

Penelitian dilaksanakan dalam bentuk siklus yang diawali dengan membuat perencanaan. Perencanaan yang dibuat berdasarkan hasil diskusi

peneliti dan kolabolator melihat hasil observasi awal. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan strategi belajar apa yang akan diterapkan kepada siswa yang sesuai dengan metode mengajar penemuan terpimpin dan peneliti menyiapkan perlengkapan atau media pembelajaran apa saja yang akan digunakan untuk membantu proses pembelajaran.

Setelah itu peneliti melaksanakan tahapan siklus selanjutnya yaitu tindakan dan observasi. Dalam tahap ini peneliti tetap dibantu oleh kolaborator. Tindakan yang dilaksanakan sesuai dengan yang telah direncanakan sebelumnya. Pelaksanaan tindakan menekankan terhadap pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam melalui metode mengajar penemuan terpimpin. Selama proses tindakan berlangsung peneliti mengobservasi pelaksanaan tindakan, mengamati proses belajar siswa, perilaku yang ditunjukkan, kemampuan siswa menerima dan respon terhadap tindakan yang diberikan. Peneliti mencatat segala kejadian yang terjadi.

Tahapan siklus selanjutnya yang merupakan proses akhir dalam siklus yaitu refleksi, dimana peneliti dan kolabor melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan. Peneliti dan kolabor mendiskusikan bagaimana keberhasilan dan kekurangan atau kegagalan dalam penerapan tindakan, yang nantinya akan dijadikan sebagai acuan dalam perencanaan siklus berikutnya. Melihat hasil dari refleksi siklus sebelumnya dan identifikasi hasil belajar siswa, peneliti menerapkan kembali metode penemuan terpimpin dengan strategi belajar yang tepat yang ditujukan untuk meningkatkan hasil

belajar *dribbling* dengan kaki bagian dalam. Dilanjutkan dengan tahapan siklus berikutnya hingga hasil belajar *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam siswa kelas VIII A dapat meningkat.

## **2. Pelaksanaan Siklus**

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan jam mata pelajaran penjas kes di sekolah. Waktu yang digunakan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah dibuat yaitu 2 x 45 menit. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus, setiap siklus dilaksanakan sebanyak 1 kali sesuai dengan pertemuan yang ada di dalam silabus yang telah dibuat oleh pengajar / guru. Siklus terhenti sampai siswa memperlihatkan peningkatan yang sesuai dengan target yang telah ditentukan.

### **A. Perencanaan Tindakan Siklus 1**

Perencanaan meningkatkan hasil belajar *dribbling dengan kaki bagian dalam* dirancang untuk diterapkan kepada siswa yang disesuaikan dengan sasaran pencapaian untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* dengan menggunakan metode/gaya mengajar penemuan terpimpin. Pencapaian proses yang ingin dicapai adalah bagaimana siswa dapat melakukan setiap bagian tahapan gerakan yang benar. Keberhasilan siswa dilihat dari kemampuan awal hingga penyelesaian tugas setiap siklus. Pada siklus ini target yang ingin dicapai disesuaikan dengan kriteria minimum siswa yang telah ditetapkan sampai siswa menunjukkan peningkatan disetiap siklusnya.

Apabila pencapaian itu dirasa sudah memenuhi kriteria maka siklus bisa tidak dilanjutkan.

### **1) Pelaksanaan Siklus I**

#### **a. Perencanaan Tindakan I**

Tujuan yang diharapkan : 1) Siswa memahami konsep teknik *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam. 2) Siswa dapat mempraktikkan tahapan gerakan *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam sesuai dengan gerakan yang benar. 3) Siswa dapat memberikan evaluasi mengenai gerakan *dribbling*. 4) Siswa dapat bekerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai temannya dan menunjukkan keberanian.

#### **b. Pelaksanaan Tindakan I**

Peneliti berinteraksi langsung dengan siswa pada saat melakukan observasi selama kegiatan proses belajar mengajar berlangsung. Pelaksanaan tindakan diawali dengan membaca doa, kemudian peneliti membuat barisan siswa untuk menjelaskan materi olahraga yang akan dilakukan. Peneliti membagi siswa menjadi 4 kelompok, pada setiap kelompok terdiri dari 9-10 orang. Peneliti bertanya kepada siswa tentang konsep gerakan *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam. Diharapkan siswa dapat melakukannya dengan baik. Siswa yang belum mampu melanjutkan ketahap berikutnya akan tetap berada pada tahap tersebut. Dengan demikian siswa diharapkan akan belajar untuk mengevaluasi gerakannya. Setelah selesai pelaksanaan gerakan *dribbling* dengan kaki

bagian dalam, peneliti memberikan kesempatan pada siswa untuk bertanya dan memberikan tanggapan apa saja yang sulit dilakukan dalam gerakan *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam. Selanjutnya siswa bermain sepakbola dengan peraturan yang sebenarnya.

### c. Observasi I

Pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dan kolaborator memberi hasil sebagai berikut:

- Siswa belum sempurna melaksanakan gerakan *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam.
- Siswa pada tahap persiapan kaki tumpu banyak yang tidak berada disamping bola.
- Siswa pada tahapan gerakan perkenaan *dribbling* beberapa siswa sudah menyentuh bola dengan dengan kaki bagian dalam dan pandangan sudah fokus ke bola. Namun, sikap badan masih sedikit condong ke belakang.
- Siswa pada tahapan sikap akhir pada sikap kaki masih banyak yang kurang, dikarenakan gerakan kaki tidak menjaga bola..
- Kemampuan siswa untuk keberhasilan *dribbling* masih kurang.
- Siswa yang sudah sedikit lebih paham gerakan *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam. siswa yang paham mencapai 100% dilihat dari kemampuan pelaksanaan gerakan dan pertanyaan, akan tetapi walaupun 100% lulus siswa hanya mendapat nilai C karena berada pada nilai 60-79,

belum cukup baik untuk nilai seorang siswa dalam mata pelajaran olahraga.

- Siswa menunjukkan sikap yang positif. Siswa dapat saling bekerjasama dalam memberikan evaluasi

#### d. Analisis Refleksi I

Peneliti dan kolaborator sepakat bahwa tujuan pembelajaran yang telah telaksana dalam siklus ini sudah terlihat adanya peningkatan, namun masih ada hal-hal yang masih harus diperbaiki khususnya tahapan gerakan *dribbling* dengan dengan kaki bagian dalam yang benar. Seperti pada tahap persiapan kaki tumpu banyak yang tidak berada di samping bola, pada tahap gerakan perkenaan badan masih sedikit condong ke belakang, dan pada gerakan akhir kaki masih tidak menjaga bola. Dalam siklus I ini kemampuan siswa dalam keberhasilan *dribbling* masih kurang. Untuk penilaian konsep yang telah dikuasai siswa juga memperlihatkan peningkatan yang terlihat dari pelaksanaan tahapan gerakan yang sesuai dengan tahapan gerakan yang benar. Lalu mengenai penilaian sikap siswa telah memperlihatkan lebih baik lagi dari sebelumnya.

#### B. Perencanaan Tindakan Siklus 2

Materi perencanaan peningkatan hasil belajar *dribbling* pada siklus dua, memiliki perbaikan dari tindakan siklus pertama dan hal ini ditujukan untuk memperbaiki berbagai hambatan atau kesulitan yang ditemukan pada

siklus pertama salah satunya dengan cara mengidentifikasi masalah dan penetapan alternatif pemecahan masalah. Materi peningkatan belajar *dribbling* dirancang sesuai kemampuan awal siswa, agar dapat memperbaiki gerakan-gerakan *dribbling*. Pada tahap tindakan siklus kedua ini dilakukan sebuah tes untuk mengukur kemampuan siswa setelah melaksanakan pembelajaran. Dari hasil tes itu merupakan penentu apakah akan dilakukan siklus berikutnya atau siklus berakhir pada siklus dua. Pada siklus kedua ini ditargetkan siswa dapat memenuhi kriteria penilaian sebesar 80% maka siklus berakhir di siklus kedua.

## **2) Pelaksanaan Siklus II**

Pelaksanaan tindakan yang dilakukan pada siklus II tidak jauh berbeda dengan siklus sebelumnya. Namun penekanan lebih pada tahap gerakan perkenaan agar selalu melihat bola saat *dribbling*, dan keberhasilan *dribbling* saat melewati rintangan agar tidak menyentuh cone.

### **a. Perencanaan Tindakan II**

Tujuan yang diharapkan: 1) Siswa dapat melakukan sempurna gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam. 2) Siswa benar-benar paham dengan konsep *dribbling* dengan kaki bagian dalam. 3) Siswa dapat bekerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai temannya dan menunjukkan keberanian



#### b. Pelaksanaan Tindakan II

Peneliti dan kolaborator memulai pelaksanaan tindakan yang kedua. Peneliti dibantu oleh guru penjas dan pelatih ekstrakurikuler futsal dalam pelaksanaan tindakan II ini lebih mempertajam lagi pembelajaran. Siswa setelah disiapkan untuk *dribbling* dengan kaki bagian dalam menerima pembelajaran, pengajar memberikan motivasi kembali dan penekanan terhadap poin-poin penilaian yang diharapkan akan lebih meningkat lagi. Pada pelaksanaan tindakan siklus II atau siklus yang terakhir ini dimulai dengan pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan tahapan metode mengajar penemuan terpimpin yang berbeda dengan tahap pertama, dimana pada tahap kedua ini pembelajarannya lebih dipertajam. Pada tahap kedua ini siswa telah memahami konsep dan dapat melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan benar.

Setelah pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam dilakukan, siswa mempersiapkan untuk melakukan tes akhir. Dari hasil tes akhir siswa mengalami peningkatan yang memuaskan.

### c. Observasi II

Hasil observasi II yang diperoleh oleh peneliti dan kolaborator setelah siklus sebelumnya adalah:

- Siswa telah paham konsep gerakan yang benar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan benar.
- Siswa mampu melaksanakan tahapan persiapan *dribbling* dengan benar.
- Siswa mampu melaksanakan tahapan gerakan perkenaan *dribbling* dengan benar.
- Siswa mampu melaksanakan tahapan sikap akhir gerakan *dribbling* dengan benar dan keberhasilan *dribbling* yang berhasil.
- Siswa dapat saling bekerjasama dalam memberikan evaluasi, siswa berani memberikan pendapatnya.

### d. Analisis Refleksi II

Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil observasi siklus II dan menarik kesimpulan bahwa pembelajaran dengan metode penemuan terpimpin telah meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam. Dilihat dari siswa yang sudah mampu melakukan gerakan dengan benar, memahami konsep, dan menunjukkan sikap yang sangat positif.

## **B. Pembahasan Hasil Penelitian**

Hasil tes awal yang telah dilakukan pada kegiatan observasi awal sebelum siswa mendapatkan pembelajaran dribbling dengan menggunakan kaki bagian dalam melalui metode mengajar penemuan terpimpin sebesar 51% siswa yang lulus dengan rata-rata kelas dengan nilai 61.16. Setelah penelitian siklus I telah dilaksanakan dengan menerapkan metode mengajar penemuan terpimpin pada pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam presentase kelulusan siswa sebesar 100% dan dengan rata-rata 74.15. Walaupun jumlah kelulusan siswa mencapai 100%, hasil tersebut hanya mendapatkan nilai C atau cukup dan belum memenuhi target standar kelulusan mata pelajaran pendidikan jasmani. Hasil tindakan siklus I dianalisis oleh peneliti dan kolaborator untuk perencanaan tindakan siklus berikutnya. Kemudian dalam siklus II kembali melaksanakan pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan menekankan metode mengajar penemuan terpimpin. Setelah dilaksanakan tindakan siklus II diperoleh prosentase kelulusan siswa sebesar 100% dengan rata-rata siswa dengan nilai 81.66.

### 1. Hasil Penilaian siklus I

Setelah melaksanakan pembelajaran dengan kaki bagian dalam melalui metode mengajar penemuan terpimpin pada siklus I, Diperoleh hasil penilaian kemampuan psikomotorik atau kemampuan melakukan gerakan dengan kaki bagian dalam sebagai berikut:

Nilai terendah siswa 67 dengan nilai C, dan nilai tertinggi 81 dengan nilai B.. Nilai rata-rata keseluruhan 74,15, dan simpangan baku 3,25.

**Tabel 8.**

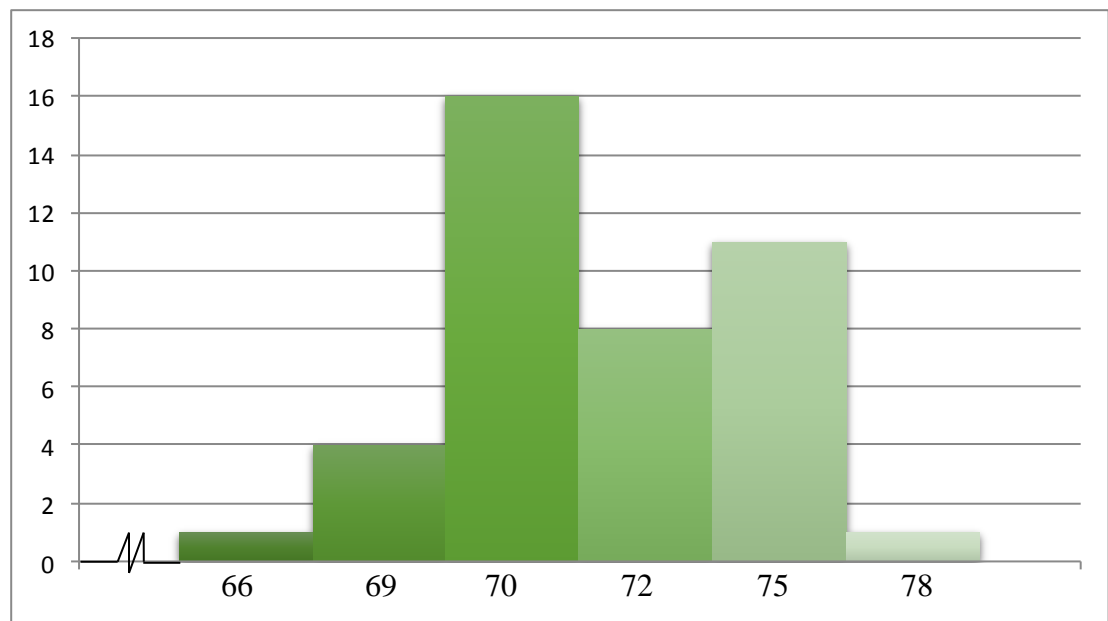
**Distribusi Hasil Tes Siklus I *Dribbling* Dengan kaki bagian dalam**

<b>Nilai</b>	<b>Frekuensi Absolut</b>	<b>Frekuensi Relatif (%)</b>	<b>Nilai Tengah</b>
65 – 67	1	2.44	66
68 – 70	4	9.76	69
71 – 73	16	39.02	72
74 – 76	8	19.51	75
77 – 79	11	26.82	78
80 – 82	1	2.44	81
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>	<b>100%</b>	

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh siswa dengan rentang nilai 71 – 73 dengan prosentase 39.02% dan frekuensi terkecil pada rentang nilai 65 – 67 dan 80 – 82 dengan presentase 2.44%. Dalam tabel di atas seluruh mahasiswa sudah memiliki standar

kelulusan minimal yaitu rentang 60 – 79 dengan nilai minimal C. Dengan demikian dapat disimpulkan untuk hasil belajar kemampuan siswa melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam terdapat peningkatan dari rata-rata awal 61.36 menjadi 74.15 dalam siklus I, dan siswa yang lulus dari 21 siswa (51%) pada tes awal menjadi 41 siswa (100%).

Adapun penilaian tersebut dapat dilihat dalam grafik hasil tes *dribbling* siklus I sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Histogram Hasil Tes Siklus I Kemampuan *Dribbling*



Gambar 6. Diagram Pie Hasil Tes Siklus I Kemampuan *Dribbling*

Pada penilaian aspek kognitif tentang pengetahuan siswa mengenai gerakan dengan kaki bagian dalam berdasarkan observasi peneliti pada pelaksanaan tindakan siklus I mengalami peningkatan. Penilaian ini dapat dilihat dari kemampuan siswa melakukan gerakan sesuai dengan kisi-kisi penilaian. Selain itu peneliti juga memberikan pertanyaan kepada siswa mengenai gerakan dengan kaki bagian dalam dengan tujuan untuk membiasakan siswa agar paham terhadap konsep dari gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang sesungguhnya. Pertanyaan diberikan dan siswa menjawab pertanyaan yang diberikan peneliti dengan tepat.

Adapun pertanyaan tersebut antara lain:

**Tabel 9**  
**Penilaian Aspek Kognitif Siklus I**

Pertanyaan	Jawaban Siswa
1. Bagaimana sikap badan saat gerakan perkenaan?	- Badan seimbang saat menggiring bola. ()
2. Bagaimana sikap pandangan kita pada saat gerakan perkenaan dengan bola?	- Pandangan fokus setiap sentuhan dengan bola. ()
3. Mengapa lengan harus dibuka pada saat melakukan gerakan perkenaan?	- Untuk menjaga keseimbangan badan. ()

Pada penilaian aspek afektif dari hasil observasi selama proses pembelajaran berlangsung dapat terlihat siswa mampu memecahkan masalah, pada saat proses pembelajaran, siswa bersungguh-sungguh dan penuh semangat saat melakukan tahapan yang diberikan peneliti. Sikap yang ditunjukkan siswa yaitu sikap berani dan percaya diri dalam melakukan gerakan dan berani bertanya apabila ada yang kurang dimengerti..

Peneliti menyimpulkan pada pelaksanaan siklus I hasil belajar siswa kelas VIII A meningkat dari ketiga aspek penilaian, tetapi pada aspek psikomotorik masih terdapat kekurangan yang harus diperbaiki siswa dalam tindakan berikutnya untuk mendapatkan hasil yang lebih baik dan sempurna.

## 2. Hasil Penilaian Siklus II

Setelah melaksanakan pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam melalui metode mengajar penemuan terpimpin pada siklus II, Diperoleh hasil penilaian kemampuan psikomotorik atau kemampuan melakukan gerakan *s dribbling* dengan kaki bagian dalam sebagai berikut:

Nilai terendah siswa secara keseluruhan 75, nilai tertinggi siswa 92.

Nilai rata-rata siswa secara keseluruhan 81.83, dan simpangan baku 3.46

**Tabel 10**

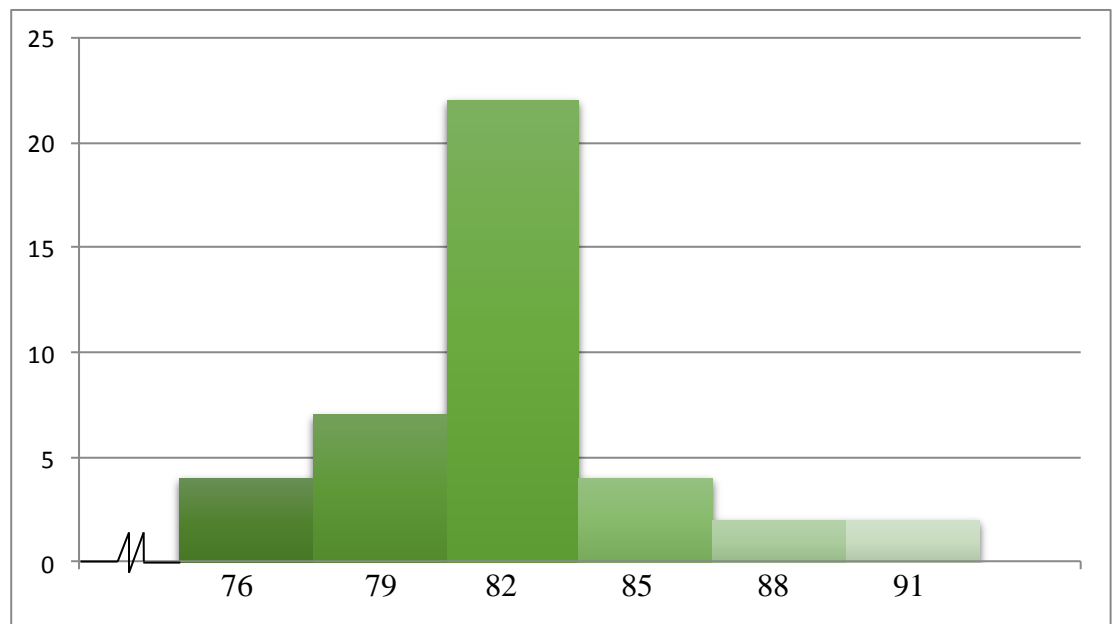
**Distribusi Hasil Tes Siklus II *Dribbling* Dengan kaki bagian dalam**

<b>Nilai</b>	<b>Frekuensi Absolut</b>	<b>Frekuensi Relatif (%)</b>	<b>Nilai Tengah</b>
75 – 77	4	9.76	76
78 – 80	7	17.07	79
81 – 83	22	53.67	82
84 – 86	4	9.76	85
87 – 89	2	4.88	88
90 – 92	2	4.88	91
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>	<b>100%</b>	

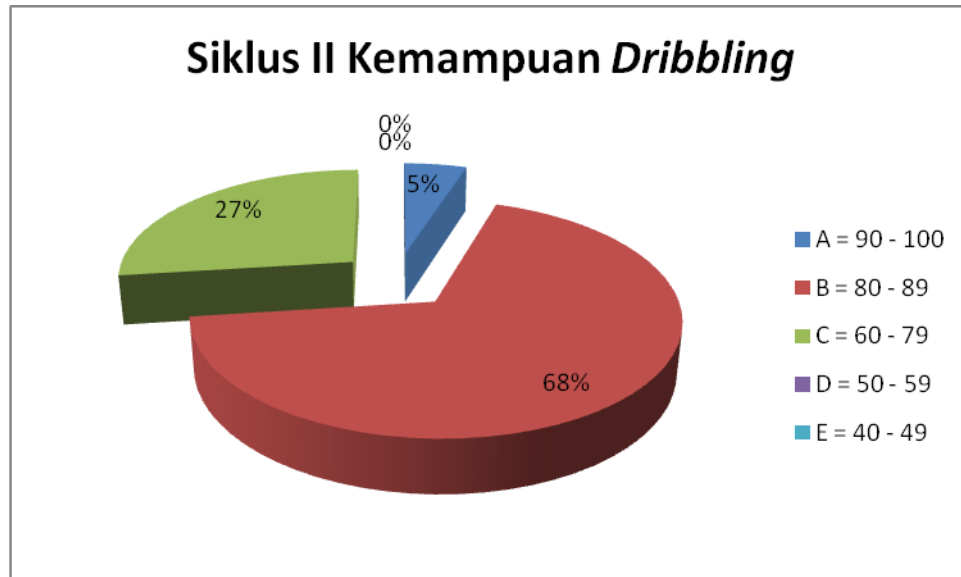
Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh siswa dengan rentang nilai 83 – 83 dengan prosentase 53.67% dan frekuensi terkecil pada rentang nilai 87 - 89 dan 90 – 92 dengan prosentase



4.88%. Dalam tabel di atas terlihat bahwa siswa yang memiliki nilai antara 60-79 sudah tidak ada. Jadi dapat disimpulkan hampir tidak ada siswa yang memiliki nilai di bawah standar kelulusan. siswa yang tuntas sejumlah 41 siswa (100%) yaitu 2 orang siswa mendapat nilai A, 28 siswa mendapat nilai B, dan 11 siswa yang mendapatkan nilai C. Dengan begitu sebelas siswa tersebut masih belum mencapai kriteria kelulusan minimum siswa. adapun penilaian tersebut dapat dilihat dalam grafik hasil tes *dribbling* siklus II sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Histogram Hasil Tes Siklus II Kemampuan *Dribbling*



Gambar 8. Diagram Pie Hasil Tes Siklus II Kemampuan Dribbling

Untuk hasil belajar aspek kognitif dan aspek afektif siswa sudah dilihat terus meningkat. siswa semakin aktif dan menunjukkan sikap-sikap yang positif selama pembelajaran berlangsung. Dengan demikian disimpulkan dari ketiga aspek tersebut hasil belajar *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam pada siswa kelas VIII meningkat melalui metode mengajar penemuan terpimpin.

### 3. Pengamatan kolabor

Selama pelaksanaan penelitian berlangsung, peneliti dan kolabor melihat adanya kemajuan siswa dalam mengikuti pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam dan melihat hasil tes awal, siklus I dan siklus II. Setelah menemukan jawaban atas permasalahan penelitian bagaimana

peningkatan hasil belajar *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam melalui gaya mengajar penemuan terpimpin. Bahwa dengan gaya mengajar penemuan terpimpin mampu meningkatkan hasil belajar *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam.

Pada hasil belajar *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam siswa, hasil dari tes awal nilai rata-rata siswa sebesar 61.36, pada siklus I nilai rata-rata siswa 74.12 dan pada siklus II nilai rata-rata siswa 81.83. Untuk nilai kelulusan siswa hasil tes awal siswa yang dinyatakan lulus sebanyak 21 siswa (51 %), siklus I siswa yang dinyatakan lulus sebanyak 41 siswa (100 %) dengan keterangan yaitu 1 siswa mendapatkan nilai B dan 40 siswa mendapatkan nilai C, lalu pada siklus II siswa yang dinyatakan lulus sebanyak 41 siswa (100 %), dengan keterangan 2 siswa mendapat nilai A, 28 siswa mendapat nilai B, dan 11 mahasiswa yang mendapatkan nilai C.

siswa mata pelajaran penjasokes SMPN 220 Jakarta kelas VIII mengalami perubahan dalam tingkah laku mereka, siswa dinilai lebih bersemangat, disiplin dan lebih percaya diri. Dari hasil yang diperoleh selama proses pembelajaran berlangsung peneliti dan kolabor memberhentikan penelitian sampai pada siklus II saja, hal ini dikarenakan permasalahan yang ada telah terjawab dan adanya peningkatan hasil belajar dari awal sampai siklus II.

Peningkatan ini terlihat dalam grafik sebagai berikut:

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dikembangkan lagi oleh pihak sekolah tersebut atau peneliti sendiri agar hasil yang telah dicapai dapat dipertahankan dan dapat ditingkatkan lagi kearah yang lebih baik. Dengan demikian penelitian telah mencapai kriteria yang telah ditetapkan yaitu mencapai 80% - 100% kelulusan siswa, maka penelitian ini berakhir sampai pada siklus II.

### **C. Keterbatasan Hasil Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan semaksimal mungkin oleh peneliti. Peneliti berusaha untuk menjaga kemurnian penelitian dan menggambarkan keadaan saat melakukan proses penelitian yang sebenarnya. Dalam proses pelaksanaan penelitian ada beberapa hal yang perlu diperhatikan seperti kurangnya kontrol terhadap siswa sehingga bisa saja variabel-variabel lain seperti motivasi siswa dapat mempengaruhi penelitian ini, selain itu juga dapat mempengaruhi konsentrasi siswa dalam menerima pembelajaran. Tentu saja hal-hal diatas bisa mengakibatkan suasana pembelajaran tidak kondusif. Kesalahan yang dilakukan oleh seorang msiswa dapat mempengaruhi semangat siswa lain dalam menyerap pembelajaran yang diberikan.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan, dimana masalah meningkatkan hasil belajar *dribbling* melalui metode atau gaya mengajar penemuan terpimpin pada siswa mata pelajaran penjaskes SMPN 220 JAKARTA.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan, bahwa adanya perubahan atau peningkatan pada aspek kongnitif, aspek psikomotorik, dan aspek afektif. Berupa peningkatan hasil belajar siswa dimulai dari observasi awal, pelaksanaan siklus I dan pelaksanaan siklus II. Dengan demikian melalui metode gaya mengajar penemuan terpimpin dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* pada siswa mata pelajaran penjaskes SMPN 220 JAKARTA.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti menyarankan dalam mengajarkan olahraga khususnya tentang pelajaran penjaskes sepakbola hendaknya siswa diberikan penjelasan secara detail dan diberikan contoh nyata agar siswa dapat melakukan tahapan pembelajaran sesuai dengan tujuan pencapaian. Begitupun pada materi

penjaskes lainnya. Pengajar / guru harus meningkatkan kegiatan tanya jawab dengan siswa, ajak siswa untuk berfikir dan inisiatif sendiri. Tugas siswa untuk melakukan tahapan gerakan olahraga, berikan kesempatan pada siswa untuk mempersentasikan hasil belajarnya dan untuk melatih keberanian dan rasa percaya diri siswa. Pengajar / guru harus lebih kreatif dalam meningkatkan kinerja dalam mengajar serta senantiasa mengembangkan variasi metode pengajaran yang tepat untuk peserta didik. Penggunaan alat peraga juga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Zainal. *Evaluasi Instruksional*. Bandung: Remaja Karya. 1988.
- Chyzowych, Walter. *The Official Soccer Book Of The United States Soccer Company* Columbus, Ohio 43216. 1994.
- Dimiyati, Mujiono. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006.
- Dinata, Marta. *Dasar-Dasar Mengajar Sepakbola*. Bandar Lampung. 2003.
- Edward, Rahantoknam Bernard. *Guru Pendidikan Jasmani sebagai Fasilitator, Semlok Pola Sistem Operasional Pendidikan Jasmani, sebagai Basis Pembinaan Prestasi Olahraga Indonesia Menjelang Era Globalisasi*. Jakarta: 1997.
- Evelin, Siregar, Hartini, Nara. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta. 2007.
- Federation*. United States Of America: Rand McNally & Company. 1978.
- Gunarsa, Singgih D., Satyadarma, Monty P., Hardjolukito, Myrna. *Psikologi Olahraga: Teori dan Praktek*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia. 1996.
- Hatta, Roeslan. *Peraturan Futsal*. Surabaya: Pengurus daerah PSSI Jawa Timur. 2003.
- Irawan, Andri. *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta : Pena Pundi Aksara. 2009
- Koger, Robert. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Macanan Jaya Cemerlang. 2007
- Madya, Suwarsih. *Penelitian tindakan*. Bandung: CV. Alfabeta bandung. 2006
- Matakupan, James. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta: Dinas Pendidikan, 1991/1992
- Muska, Mosston. *Teaching Physical Education*. Terjemahan kedua Howell
- Nasution, S. *Didaktif Azas-Azas Mengajar*. Bandung: Remaja Karya. 1982.
- Nazir, M. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 2003
- Nur Hasan, *Tes Pengukuran Olahraga* (Jakarta : Depdikbud, 1988), h. 5

Rufmania. *Multiply.com/journal/item/14*

Samsudin. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Jakarta:Litera. 2008

Slameto. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta. 2003.

Sugianto. *Pertumbuhan dan Perkembangan Gerak*. Jakarta : KONI Pusat. 1993.

Sukinta. *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung : Penerbit Nuansa. 2004.

Supandi. *Strategi Belajar Mengajar Penjas*. DEPDIKBUD, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan. 1992.

Tenang, John D. *Mahir Bermain Futsal*. Bandung: DARI Mizan. 2008.

Wilis, Ratna. *Teori-Teori Belajar*. Bandung: Erlangga. 1989

<http://id.wikipedia.org/wiki/Futsal>

<http://www.google.co.id/metode> atau gaya mengajar dalam penjas

[www.unes.ac.id](http://www.unes.ac.id)

[www.wordpress.com/2008/09/11/](http://www.wordpress.com/2008/09/11/), pengertian belajar dan perubahan perilaku dalam belajar



**Lampiran 1****SILABUS**

Sekolah	: SMPN 220 Jakarta
Mata pelajaran	: Pendidikan Jasmani
Kelas	: VIII A
Semester	: Ganjil
Waktu	: 6 x 45 menit
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	:1.1 Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu lanjutan serta nilai kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian.
Materi Pokok	: Sepakbola
Kegiatan Pembelajaran	: - Mengumpan ( <i>passing</i> ), menggiring ( <i>dribbling</i> ) dan menahan bola menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan telapak kaki / sol secara individu, berpasangan atau kelompok.

- Bermain dengan peraturan yang sebenarnya atau dimodifikasi sesuai tujuan materi untuk memupuk kerja sama dan toleransi.

Indikator

: **Aspek Psikomotor**

- Mengumpan (*passing*), menggiring (*dribbling*) dan menahan bola menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan telapak kaki / sol secara individu, berpasangan atau kelompok.
- Bermain dengan peraturan yang sebenarnya dan peraturan yang dimodifikasi.

**Aspek Kognitif**

- Mengetahui bentuk-bentuk Mengumpan (*passing*), menggiring (*dribbling*) dan menahan bola menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan telapak kaki / sol secara individu, berpasangan atau kelompok.

**Aspek Afektif**

- Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.

## Lampiran 2

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN I (RPP)

- Sekolah : SMPN 220 Jakarta
- Mata Pelajaran : MPK Olahraga Futsal
- Kelas/Semester : VIII A / 1(ganjil)
- Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 x pertemuan)
- Standar/ Kompetensi: mempraktikkan teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
- Kompetensi Dasar : Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan baik, dan nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan bersedia berbagi tempat dan peralatan.
- Indikator : 1. Melakukan tahapan persiapan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam.
2. Melakukan tahap perkenaan gerakan *dribbling* Kaki bagian dalam.
3. Melakukan tahap akhir gerakan *dribbling* Dengan kaki bagian dalam.
4. Bermain sepakbola dengan peraturan yang sebenarnya dan peraturan yang dimodifikasi.

### **A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa dapat melaksanakan tahapan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan benar:
  - Tahapan persiapan
  - Gerakan Perkenaan
  - Sikap akhir
- b. Siswa dapat bermain Sepakbola dengan peraturan yang sebenarnya dan peraturan yang dimodifikasi, serta menanamkan nilai-nilai di dalamnya.

### **B. Materi Pembelajaran**

- Teknik dasar *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam dalam sepakbola

### **C. Metode Pembelajaran**

- Penemuan Terpimpin

### **D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

#### a. Pendahuluan :

- Siswa berbaris, berdoa dan presensi.
- Pemanasan dengan lari 4 keliling lapangan dan dilanjutkan peregangan otot-otot yang akan digunakan.
- Memberikan motivasi dan memberikan penjelasan materi yang akan diberikan (*Dribbling* dengan kaki bagian dalam)

b. Inti :

- Memberikan serangkaian pertanyaan seputar gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam untuk dijawab menjadi gerakan tanpa contoh.
- Membentuk dan membagi siswa dalam beberapa kelompok untuk saling menilai dalam melakukan koordinasi *dribbling* dengan kaki bagian dalam.
- melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan baik dan benar.
- Tes awal teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam.

c. Penutup :

- Pendinginan, berbaris, evaluasi proses pembelajaran oleh peneliti, dosen / pengajar, berdoa, dan bubar.

**E. Alat, Bahan / Sumber belajar**

- Buku Sepakbola
- Bola
- Cone
- Pluit dan stopwatch

## F. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian

- Tes Unjuk Kerja (Psikomotor)
  - Melakukan teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan baik dan benar.

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentan antara 1 sampai dengan 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

- Pengamatan Sikap (Afektif)
  - Memahami dengan baik dan benar setiap rangkaian pertanyaan mengenai gerakan *dribbling* dengan sol / telapak kaki dengan bersedia saling menilai sesama teman dalam kelompok.

Keterangan :

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

➤ Kuis/Tes (Kognitif)

- Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik dan benar setiap rangkaian pertanyaan mengenai gerak *dribbling* dengan kaki bagian dalam

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa :

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis



### Lampiran 3

#### Catatan Lapangan No.1

Ruang : Lapangan SMPN 220 Jakarta

Hari, tanggal : Rabu, 23 Oktoberberber 2013

Jam : 08.00 – 09.30 Wib

Deskripsi :

Untuk mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam terlebih dahulu peneliti mengadakan tes kemampuan awal *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan menggunakan zig-zag tes *dribbling*.

Pada siswa mata pelajaran pendidikan jasmani kelas VIII A, diharapkan dengan diadakannya tes awal gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam peneliti dapat mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam

Pada pukul 08.00 WIB pengajar / guru sudah berada di lapangan SMPN 220 Jakarta dan siswa pun berdatangan menuju lapangan tempat mereka belajar dan langsung membentuk barisan sesuai dengan instruksi dari guru. Sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran, guru memerintahkan ketua kelas untuk menyiapkan barisan kemudian berdo'a bersama-sama sesuai dengan keyakinan masing-masing. Setelah berdo'a ketua kelas tersebut mengistirahatkan barisan, kemudian guru mengabsen

siswa dan memberikan penjelasan materi yang akan diberikan kepada siswa. Guru juga memperkenalkan peneliti dan kolabor kepada siswa. Peneliti juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya. Setelah itu, siswa dipanggil satu persatu untuk melaksanakan tes. Ada 41 orang siswa yang mengikuti tes ini. Tes kemampuan ini hanya dilakukan kepada siswa kelas VIII, pengambilan sampel dengan menggunakan teknik total sampling. Peneliti mencatat hasil kemampuan tes awal *dribbling* kaki bagian dalam kelas futsal VIII. Setelah selesai, salah satu siswa menyiapkan kembali barisannya dan berdo'a kemudian bersiap-siap untuk berganti pakaian dan pulang kerumah masing-masing.

### **Tanggapan**

Dari hasil tes awal yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas VIII belum dapat melakukan gerakan *dribbling* dengan benar. Namun ada beberapa yang cukup mampu melakukan gerakan tersebut dengan benar. Siswa yang dikatakan lulus hanya mendapatkan nilai C (60-79) yaitu 26 orang.

**Lampiran 4****RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN II (RPP)**

- Sekolah : SMPN 220 Jakarta
- Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani
- Kelas/Semester : VIII A / 1(ganjil)
- Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 x pertemuan)
- Standar/ Kompetensi: mempraktikkan teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
- Kompetensi Dasar : mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan baik, dan nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan bersedia berbagi tempat dan peralatan.
- Indikator : 1. Melakukan tahapan persiapan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam.  
2. Melakukan tahap perkenaan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam.  
3. Melakukan tahap akhir gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam.  
4. Bermain sepakbola dengan peraturan yang sebenarnya dan peraturan yang dimodifikasi.

**B. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa dapat melaksanakan tahapan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan benar:
  - Tahapan persiapan
  - Gerakan Perkenaan
  - Sikap akhir
- b. Siswa dapat bermain sepakbola dengan peraturan yang sebenarnya dan peraturan yang dimodifikasi, serta menanamkan nilai-nilai di dalamnya.

**B. Materi Pembelajaran**

- Teknik dasar *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam pada Sepakbola

**C. Metode Pembelajaran**

- Penemuan Terpimpin

**D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

- a. Pendahuluan :
  - Siswa berbaris, berdoa dan presensi.
  - Pemanasan dengan menggunakan bola, menggiring bola dilanjutkan dengan mengoper ke teman di area lapangan dan dilanjutkan peregangan otot-otot dengan dynamic stretching.

- Memberikan motivasi dan memberikan penjelasan materi yang akan diberikan (*Dribbling* dengan Kaki bagian dalam)

b. Inti

- Memberikan serangkaian pertanyaan seputar gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang lebih khusus untuk dijawab menjadi gerakan tanpa contoh.
- Membentuk dan membagi siswa dalam beberapa kelompok untuk melakukan gerakan *drbbling* dan saling menilai dalam melakukan koordinasi *dribbling* dengan kaki bagian dalam.
- melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan baik dan benar.
- Tes teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam.

c. Penutup

- Pendinginan, berbaris, evaluasi proses pembelajaran oleh guru, berdoa, dan bubar.

**E. Alat, Bahan / Sumber belajar**

- Buku Sepakbola
- Bola
- Cone
- Pluit dan stopwatch

## F. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian

- Tes Unjuk Kerja (Psikomotor)
  - Melakukan teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan baik dan benar.

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang antara 1 sampai dengan 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

- Pengamatan Sikap (Afektif)
  - Memahami dengan baik dan benar setiap rangkaian pertanyaan mengenai gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan bersedia saling menilai sesama teman dalam kelompok.

Keterangan :

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

➤ Kuis/Tes (Kognitif)

- Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik dan benar setiap rangkaian pertanyaan mengenai gerak *dribbling* dengan kaki bagian dalam

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa :

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

## Lampiran 5

### Catatan Lapangan No. 2

Ruang : Lapangan SMPN 220 Jakarta

Hari, tanggal : Rabu,30 Oktober 2013

Jam : 08.00 – 09.30 WIB

#### Deskripsi :

Pada pukul 08.00 WIB siswa kelas VIII A sudah berada di lapangan olahraga SMPN 220, peneliti meniup pluit menyuruh siswa berbaris. Peneliti memerintahkan salah seorang siswa untuk menyiapkan teman-temannya. Siswa tersebut berkata “ perhatian seluruhnya, siaaaaap gerak “, kemudian berkata lagi “ mari teman sebelum memulai pelajaran kita berdoa sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa mulai “, suasana hening sesaat kemudian siswa itu berkata “ berdoa selesai “, lalu siswa tersebut mengistirahatkan teman-temannya sambil berkata “ untuk seluruhnya, istirahat ditempat gerak “.

Setelah semua siswa diistirahatkan, peneliti memulai mengabsen nama-nama siswa. Setelah selesai, siswa menjelaskan materi pada hari ini yang akan dipelajari adalah teknik dasar gerakan *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian dalam. Peneliti memerintahkan siswa untuk memperhatikan gerakan *dribbling* kaki bagian dalam dengan baik dan benar. Peneliti pun mendemonstrasikan gerakan-gerakan *dribbling* kaki bagian dalam sebanyak



3 kali. Setelah itu siswa diinstruksikan mengikuti gerakan yang dicontohkan peneliti, siswa melakukan tahapan gerakan *dribbling* berawal dari tahap persiapan. Siswa pun mengevaluasi gerakannya sendiri dengan melihat gerakan temannya yang sedang melakukan. Kolaborasi dan peneliti mengamati jalannya pembelajaran *dribbling* kaki bagian dalam. Peneliti memerintahkan mahasiswa untuk stop dan kembali berbaris seperti semula lalu mengevaluasi gerakan siswa dan segala yang terjadi pada saat pembelajaran berlangsung. Setelah itu, peneliti memberi kesempatan siswa untuk bertanya, lalu ada siswa yang bertanya (siswa jurusan yang bernama ), "pak, kenapa gerakan kaki saat menggiring bola harus dekat dengan bola?" lalu peneliti menjawab " agar bola selalu berada dalam jangkauan kita dan mudah untuk menguasainya saat bola bergulir cepat ". Setelah selesai peneliti menyiapkan tes untuk mengetahui kemampuan melakukan gerakan *dribbling*. Siswa dites satu per satu. Setelah tes usai dilaksanakan, siswa kembali dibariskan untuk mengevaluasi dan menutup kegiatan pembelajaran.

Pembelajaran telah usai. setelah evaluasi dilaksanakan, peneliti menugaskan siswa untuk mencari bagaimana cara agar gerakan *dribbling* kaki bagian dalam menjadi sempurna. Peneliti menugaskan kembali salah seorang siswa untuk menutup kegiatan pembelajaran dengan berdo'a. Siswa tersebut berkata, "mari kawan-kawan sebelum kita pulang , kita berdo'a sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing, berdo'a dimulai !! ".

Setelah selesai berdo'a peneliti membubarkan barisan dengan aba-aba "balik kanan bubar..... jalan". Lalu para siswa menuju keruang ganti untuk berpakaian kembali.

### **Tanggapan pengamat:**

Siswa sudah mampu melaksanakan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam, siswa telah memahami konsep yang sebenarnya mengenai gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam, dan siswa memperlihatkan sikap yang positif dalam pembelajaran. Hasil tindakan siklus I ini pengamat telah melihat siswa yang lulus dalam melaksanakan pembelajaran *dribbling* dengan kaki bagian dalam sebesar 100%. Kelulusan 100% disini siswa terbagi dalam beberapa nilai yaitu 40 orang mendapat nilai C (98%), dan hanya 1 orang siswa yang mendapat nilai B (2%).

**Lampiran 6****RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN III (RPP)**

- Sekolah : SMPN 220
- Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani
- Kelas/Semester : VIII A/ 1(ganjil)
- Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 x pertemuan)
- Standar/ Kompetensi : mempraktikkan teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
- Kompetensi Dasar : mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik, dan nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan bersedia berbagi tempat dan peralatan.
- Indikator : 1. Melakukan tahapan persiapan gerakan *dribbling* kaki bagian dalam yang berfokus pada kaki tumpu dengan berpasangan.
2. Melakukan tahap perkenaan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang berfokus pada posisi badan dengan berpasangan.

3. Melakukan tahap akhir gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang berfokus pada posisi kaki dengan berpasangan.
4. Bermain sepakbola dengan peraturan yang dimofikasi

### **C. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa dapat melaksanakan tahapan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan benar:
  - Tahapan persiapan
  - Gerakan Perkenaan
  - Sikap akhir
- b. Siswa dapat bermain Sepakbola dengan peraturan yang sebenarnya dan peraturan yang dimodifikasi, serta menanamkan nilai-nilai di dalamnya.

### **B. Materi Pembelajaran**

- Teknik dasar *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam pada sepakbola

### **C. Metode Pembelajaran**

- Penemuan Terpimpin

### **D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

#### a. Pendahuluan :

- Siswa berbaris, berdoa dan presensi.

- Pemanasan dengan menggunakan permainan kecil dengan bola, dilakukan di area lapangan dan dilanjutkan peregangan otot-otot dengan dynamic stretching.
- Memberikan motivasi dan memberikan penjelasan materi yang akan diberikan (*Dribbling* dengan kaki bagian dalam)

b. Inti

- Memberikan serangkaian pertanyaan seputar gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam yang lebih khusus untuk dijawab menjadi gerakan tanpa contoh.
- Membentuk dan membagi siswa dalam beberapa kelompok untuk melakukan gerakan *drbbling* dan saling menilai dalam melakukan koordinasi *dribbling* dengan kaki bagian dalam.
- melakukan gerakan *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan berpasangan.
- Tes teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam.

c. Penutup

- Pendinginan, berbaris, evaluasi proses pembelajaran oleh guru, berdoa, dan bubar.

### E. Alat, Bahan / Sumber belajar

- Buku Sepakbola
- Bola
- Cone
- Pluit dan stopwatch

### F. Penilaian

#### 1. Teknik Penilaian

- Tes Unjuk Kerja (Psikomotor)
  - Melakukan teknik dasar *dribbling* dengan kaki bagian dalam dengan baik dan benar.

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang antara 1 sampai dengan 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

- Pengamatan Sikap (Afektif)
  - Memahami dengan baik dan benar setiap rangkaian pertanyaan mengenai gerakan *dribbling* dengan sol / telapak kaki dengan bersedia saling menilai sesama teman dalam kelompok.

Keterangan :

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

➤ Kuis/Tes (Kognitif)

- Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik dan benar setiap rangkaian pertanyaan mengenai gerak *dribbling* dengan kaki bagian dalam.

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa :

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

## Lampiran 7

### Catatan Lapangan No. 3

Ruang : Lapangan Olahraga SMPN 220 Jakarta

Hari, tanggal : Rabu, 6 November 2013

Jam : 08.00 – 09.30 WIB

#### Deskripsi :

Pada pukul 08.00 WIB siswa kelas VIII sudah berada di lapangan olahraga SMPN 220 Jakarta, peneliti meniup pluit menyuruh siswa kumpul dan berbaris. Untuk saat ini peneliti memerintahkan langsung siswa untuk berbaris membuat 4 saf. Lalu peneliti berkata “ barisan siaaap gerak “ kemudian peneliti berkata “ assalamualiakum wr. wb., selamat pagi salam sejahtera untuk kita semua. Ok, sebelum materi dimulai mari kita berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa mulai “ suasana hening sesaat, kemudian ketua peneliti berkata “ berdoa selesai “, kemudian peneliti mengistirahatkan para siswa sambil berkata “ istirahat ditempat gerak “.

Peneliti bertanya kepada siswa : “Apa kalian sudah mengetahui gerakan *dribbling* menggunakan kaki bagian dalam yang sempurna?” siswa menjawab : “ Sudah Pak.....”. Setelah pengecekan selesai, peneliti memimpin pemanasan dengan permainan kecil. Setelah kurang lebih lima belas menit berlalu peneliti meniup peluit, pemanasan selesai, peneliti



menerangkan materi yang akan diberikan untuk pertemuan hari ini, peneliti berkata “ pertemuan hari ini masih seperti pertemuan sebelumnya yaitu *dribbling* dengan kaki bagian dalam“. Kemudian peneliti menginstruksikan agar siswa melakukan gerakan *dribbling* kaki bagian dalam sesuai dengan apa yang siswa dapatkan. Lalu peneliti menjelaskan tahapan pembelajaran *dribbling* kaki bagian dalam mulai dari tahap persiapan, gerakan perkenaan, dan sikap akhir sampai keberhasilan *dribbling*. Kemudian peneliti menggabungkan ketiga tahap gerakan plus satu keberhasilan target tersebut menjadi gerakan yang utuh atau koordinasi gerakan, setelah peneliti selesai menjelaskan tentang tahapan pembelajaran, peneliti menyuruh siswa untuk melakukan gerakan tersebut. Terlihat siswa sudah mulai paham tentang konsep dasar gerakan *dribbling* kaki bagian dalam dibandingkan pertemuan awal dan pertemuan kedua. Setelah selesai peneliti menyiapkan tes untuk mengetahui kemampuan melakukan gerakan *dribbling* kaki bagian dalam. Siswa satu persatu di tes, setelah selesai tes peneliti membariskan siswa, mengevaluasi dan menutup kegiatan pembelajaran.

**Tanggapan pengamat :**

Siswa sudah mulai paham tentang konsep dan mampu melaksanakan gerakan *dribbling* kaki bagian dalam, minat siswa dalam mendengarkan penjelasan peneliti makin meningkat, gaya mengajar penemuan terpimpin pada pembelajaran *dribbling* kaki bagian dalam mengalami peningkatan.

Hasil tindakan untuk siklus II menurut peneliti jumlah siswa yang lulus dalam pembelajaran dribbling kaki bagian dalam sebanyak 41 siswa atau sebesar 100%, Kelulusan 100% disini siswa terbagi dalam beberapa nilai yaitu 11 orang mendapat nilai C (27%), 28 orang siswa yang mendapat nilai B (68%), dan 2 orang siswa yang mendapat nilai A (5%). Bila dilihat dari hasil tersebut, maka penelitian dilaksanakan cukup sampai disini.

## Lampiran 8

## FORMAT PENILAIAN

Berilah tanda (√) pada kolom nilai dibawah ini

Nama Siswa :  
 Kelas :  
 Jenis Kelamin :  
 Tanggal :

NO.	GAMBAR	UNSUR GERAK	URAIAN GERAKAN	PENILAIAN			
				1	2	3	4
1.		<b>Tahap Persiapan:</b> a) Posisi Pandangan an b) Posisi Badan c) Posisi Kaki d) Posisi Lengan	Pandangan kearah depan, kearah tujuan <i>dribbling</i> Badan tegak. Kaki tumpu diletakkan di samping bola, kaki sentuh siap. Kedua lengan rileks, berada di samping badan.				

2.		<p><b>Gerakan</b></p> <p><b>Perkenaan:</b></p> <p>a) Posisi Pandangan</p> <p>b) Posisi Badan</p> <p>c) Posisi Kaki</p> <p>d) Posisi Lengan</p>	<p>Pandangan fokus setiap kali sentuhan dengan bola.</p> <p>Badan seimbang saat menggiring bola.</p> <p>Menyentuh bola secara berkesinambungan, jarak kaki dengan bola harus sedekat mungkin.</p> <p>Kedua lengan di buka selebar bahu, berada disamping badan menjaga keseimbangan, siku agak ditekuk, dan rileks.</p>				
----	---	--	---	--	--	--	--

3.		<p><b>Sikap Akhir:</b></p> <p>a) Posisi pandangan</p> <p>b) Posisi Badan</p> <p>c) Posisi Kaki</p> <p>d) Posisi Lengan</p>	<p>Pandangan ke arah tujuan <i>Dribbling</i></p> <p>Badan tegak seimbang.</p> <p>Kaki tumpu berada di samping bola, kaki sentuh menjaga bola.</p> <p>Lengan tetap dibuka selebar bahu untuk menjaga keseimbangan.</p>				
4.		Keberhasilan <i>dribbling</i>	Mampu melewati rintangan / cone mulai dari start sampai finish tanpa menabrak / menyentuh cone				

## Lampiran 9

**DAFTAR NILAI TES AWAL DRIBBLING DENGAN KAKI BAGIAN DALAM  
KELAS VIIIA SMPN 220 JAKARTA**

No	L/P	Tahap Persiapan				Grk. Perkenaan				Posisi Akhir				KD	Jumlah		L/TL	KET
		PP	PB	PK	PL	PP	PB	PK	PL	PP	PB	PK	PL		Skor	Nilai		
1	L	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	32	61	L	C
2	L	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	28	54	TL	D
3	L	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	29	56	TL	D
4	L	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	4	37	71	L	C
5	L	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	32	62	L	C
6	L	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	30	58	TL	D
7	L	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	28	54	TL	D
8	L	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	36	69	L	C
9	L	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	1	2	34	65	L	C
10	P	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	28	54	TL	D
11	L	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	33	63	L	C
12	L	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	3	1	28	54	TL	D
13	L	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	36	69	L	C
14	L	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	1	2	1	27	52	TL	D
15	P	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	33	63	L	C
16	L	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	33	63	L	C
17	L	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	36	69	L	C
18	L	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	29	56	TL	D
19	L	2	3	2	3	2	1	1	2	2	2	1	3	3	27	52	TL	D
20	P	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	36	69	L	C
21	P	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	31	60	L	C
22	P	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	27	52	TL	D
23	P	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	36	69	L	C
24	L	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	1	2	1	29	56	TL	D
25	P	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	30	58	TL	D
26	P	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	1	2	34	65	L	C
27	P	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	35	67	L	C
28	P	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	35	67	L	C
29	L	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	29	56	TL	D
30	L	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	1	2	34	65	L	C
31	L	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	31	60	L	C
32	L	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	29	56	TL	D
33	L	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	28	54	TL	D
34	L	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	1	2	34	65	L	C
35	L	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	35	67	L	C
36	L	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	31	60	L	C
37	L	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	1	2	34	65	L	C
38	L	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	31	60	L	C
39	L	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	33	63	L	C
40	L	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	35	67	L	C
41	L	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	31	60	L	C
	Jumlah															<b>2506</b>		
	Rata-rata															<b>61,12</b>		
	Lulus															<b>63%</b>		
	Tdk.Lulus															<b>37%</b>		
	Nilai C															<b>63%</b>		
	Nilai D															<b>37%</b>		

Ket:

PP = Posisi Pandangan

PB = Posisi Badan

A 90 – 100

B 80 – 89

PK = Posisi kaki

PL =Posisi Lengan

E 40 - 49

C 60 – 79

D 50 - 59

KD = Keberhasilan Dribling

## Lampiran 10

**DAFTAR NILAI TES SIKLUS I DRIBBLING DENGAN KAKI BAGIAN DALAM  
KELAS VIII A SMPN 220 JAKARTA**

No	L/P	Tahap Persiapan				Grk. Perkenaan				Posisi Akhir				KD	Jumlah		L/TL	KET
		PP	PB	PK	PL	PP	PB	PK	PL	PP	PB	PK	PL		Skor	Nilai		
1	L	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	41	79	L	C
2	L	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2	38	73	L	C
3	L	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	38	73	L	C
4	L	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	39	75	L	C
5	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	40	77	L	C
6	L	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	3	1	37	71	L	C
7	L	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	36	69	L	C
8	L	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	40	77	L	C
9	L	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	41	79	L	C
10	P	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	36	69	L	C
11	L	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	36	69	L	C
12	L	3	3	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	2	38	73	L	C
13	L	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	39	75	L	C
14	L	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	2	2	39	75	L	C
15	P	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	40	77	L	C
16	L	4	3	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	38	73	L	C
17	L	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	39	75	L	C
18	L	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	2	3	36	69	L	C
19	L	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	40	77	L	C
20	P	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	39	75	L	C
21	P	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	37	71	L	C
22	P	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	2	42	81	L	B
23	P	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	40	77	L	C
24	L	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	38	73	L	C
25	P	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	38	73	L	C
26	P	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	41	79	L	C
27	P	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	41	79	L	C
28	P	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	38	73	L	C
29	L	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	1	35	67	L	C
30	L	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	2	38	73	L	C
31	L	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	38	73	L	C
32	L	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	1	40	77	L	C
33	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	38	73	L	C
34	L	3	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	39	75	L	C
35	L	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	38	73	L	C
36	L	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	37	71	L	C
37	L	4	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	4	2	40	77	L	C
38	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	39	75	L	C
39	L	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	38	73	L	C
40	L	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	39	75	L	C
41	L	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	37	71	L	C
	Jumlah															3039		
	Rata-rata															74,12		
	Lulus															100%		
	Tdk.Lulus															0%		
	Nilai B															2%		
	Nilai C															98%		

Ket:

PP = Posisi Pandangan

PK = Posisi Kaki

KD=keberhasilan *Dribbling*

PB = Posisi Badan

PL =Posisi Lengan

A 90 - 100

D 50 - 59

B 80 - 89

E 40 - 49

C 60 - 79

## Lampiran 11

**DAFTAR NILAI TES SIKLUS II DRIBBLING DENGAN KAKI BAGIAN DALAM  
KELAS VIII A SMPN 220 JAKARTA**

No	L/P	Tahap Persiapan				Grk. Perkenaan				Posisi Akhir				KD	Jumlah		L/TL	KET
		PP	PB	PK	PL	PP	PB	PK	PL	PP	PB	PK	PL		Skor	Nilai		
1	L	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	48	92	L	A
2	L	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	2	2	42	81	L	B
3	L	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	45	87	L	B
4	L	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	41	79	L	C
5	L	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	43	83	L	B
6	L	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	43	83	L	B
7	L	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	42	81	L	B
8	L	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	45	87	L	B
9	L	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	40	77	L	C
10	P	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	2	3	41	79	L	C
11	L	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	39	75	L	C
12	L	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	47	90	L	A
13	L	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	4	43	83	L	B
14	L	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	2	2	42	81	L	B
15	P	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	44	85	L	B
16	L	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	41	79	L	C
17	L	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	42	81	L	B
18	L	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	3	44	85	L	B
19	L	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	41	79	L	C
20	P	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3	3	42	81	L	B
21	P	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2	41	79	L	C
22	P	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	2	42	81	L	B
23	P	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	42	81	L	B
24	L	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	41	79	L	C
25	P	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	2	40	77	L	C
26	P	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	44	85	L	B
27	P	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	43	83	L	B
28	P	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	42	81	L	B
29	L	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	1	42	81	L	B
30	L	4	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	2	43	83	L	B
31	L	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	42	81	L	B
32	L	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	1	41	79	L	C
33	L	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	39	75	L	C
34	L	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	44	85	L	B
35	L	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	4	2	3	43	82	L	B
36	L	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	43	82	L	B
37	L	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	2	42	81	L	B
38	L	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	43	83	L	B
39	L	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	43	83	L	B
40	L	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	43	83	L	B
41	L	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	43	83	L	B
	Jumlah															<b>3355</b>		
	Rata-rata															<b>81,83</b>		
	Lulus															<b>100%</b>		
	Tdk.Lulus															<b>0%</b>		
	Nilai A															<b>5%</b>		
	Nilai B															<b>68%</b>		
	Nilai C															<b>27%</b>		

Ket:

PP = Posisi Pandangan

PK = Posisi Kaki

KD=keberhasilan Dribbling

PB = Posisi Badan

PL =Posisi Lengan

A 90 - 100

D 50 - 59

B 80 - 89

E 40 - 49

C 60 - 79



## Lampiran 12

**HASIL TES *DRIBBLING* DENGAN KAKI BAGIAN DALAM  
KELAS VIII A SMPN 220 JAKARTA**

No	L/P	TES		
		AWAL	SIKLUS I	SIKLUS II
1	L	61	79	92
2	L	54	73	81
3	L	56	73	87
4	L	71	75	79
5	L	62	77	83
6	L	58	71	83
7	L	54	69	81
8	L	69	77	87
9	L	65	79	77
10	P	54	69	79
11	L	63	69	75
12	L	54	73	90
13	L	69	75	83
14	L	52	75	81
15	P	63	77	85
16	L	63	73	79
17	L	69	75	81
18	L	56	69	85
19	L	52	77	79
20	P	69	75	81
21	P	60	71	79
22	P	52	81	81
23	P	69	77	81
24	L	56	73	79
25	P	58	73	77
26	P	65	79	85
27	P	67	79	83
28	P	67	73	81
29	L	56	67	81
30	L	65	73	83
31	L	60	73	81
32	L	56	77	79
33	L	54	73	75
34	L	65	75	85
35	L	67	73	82
36	L	60	71	82
37	L	65	77	81
38	L	60	75	83
39	L	63	73	83
40	L	67	75	83
41	L	60	71	83
	Jumlah	<b>2506</b>	3039	<b>3355</b>
	Rata-rata	<b>61,12</b>	<b>74,12</b>	<b>81,83</b>
	Lulus	<b>63%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>
	Tdk.Lulus	37%	<b>0%</b>	<b>0%</b>
	Nilai A	-	-	<b>5%</b>
	Nilai B	-	<b>2%</b>	<b>68%</b>
	Nilai C	63%	<b>98%</b>	<b>27%</b>
	Nilai D	37%	-	-
	Nilai E	-	-	-

**TABULASI DATA TEST AWAL  
DBIBLING**

NO.URUT	NILAI	$(x - \bar{x})$	$(x - \bar{x})^2$
1	61	-0,122	0,0149
2	54	-7,122	50,722
3	56	-5,122	26,234
4	71	9,878	97,576
5	62	0,878	0,771
6	58	-3,122	9,7466
7	54	-7,122	50,722
8	69	7,878	62,064
9	65	3,878	15,039
10	54	-7,122	50,722
11	63	1,878	3,5271
12	54	-7,122	50,722
13	69	7,878	62,064
14	52	-9,122	83,21
15	63	1,878	3,5271
16	63	1,878	3,5271
17	69	7,878	62,064
18	56	-5,122	26,234
19	52	-9,122	83,21
20	69	7,878	62,064
21	60	-1,122	1,2588
22	52	-9,122	83,21
23	69	7,878	62,064
24	56	-5,122	26,234
25	58	-3,122	9,7466
26	65	3,878	15,039
27	67	5,878	34,551
28	67	5,878	34,551
29	56	-5,122	26,234
30	65	3,878	15,039
31	60	-1,122	1,2588
32	56	-5,122	26,234
33	54	-7,122	50,722
34	65	3,878	15,039
35	67	5,878	34,551
36	60	-1,122	1,2588
37	65	3,878	15,039
38	60	-1,122	1,2588
39	63	1,878	3,5271
40	67	5,878	34,551
41	60	-1,122	1,2588
<b><math>\Sigma=41</math></b>	<b>2506</b>		<b>1296,4</b>

**SIMPANGAN BAKU  
Tes Awal**

$$S^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n - 1}$$

$$S^2 = \frac{1296}{40}$$

$$s = \sqrt{32.4}$$

$$S = 5.69$$

**TABULASI DATA SIKLUS I  
DBIBLING**

NO.URUT	NILAI	$(x - \bar{x})$	$(x - \bar{x})^2$
1	79	4,878	23,795
2	73	-1,122	1,2588
3	73	-1,122	1,2588
4	75	0,878	0,771
5	77	2,878	8,2832
6	71	-3,122	9,7466
7	69	-5,122	26,234
8	77	2,878	8,2832
9	79	4,878	23,795
10	69	-5,122	26,234
11	69	-5,122	26,234
12	73	-1,122	1,2588
13	75	0,878	0,771
14	75	2,878	8,2832
15	77	2,878	8,2832
16	73	-1,122	1,2588
17	75	0,878	0,771
18	69	-5,122	26,234
19	77	2,878	8,2832
20	75	0,878	0,771
21	71	-3,122	9,7466
22	81	6,878	47,308
23	77	2,878	8,2832
24	73	-1,122	1,2588
25	73	-1,122	1,2588
26	79	4,878	23,795
27	79	4,878	23,795
28	73	-1,122	1,2588
29	67	-7,122	50,722
30	73	-1,122	1,2588
31	73	-1,122	1,2588
32	77	2,878	8,2832
33	73	-1,122	1,2588
34	75	0,878	0,771
35	73	-1,122	1,2588
36	71	-3,122	9,7466
37	77	2,878	8,2832
38	75	0,878	0,771
39	73	-1,122	1,2588
40	75	0,878	0,771
41	71	-3,122	9,7466
<b><math>\Sigma=41</math></b>	<b>3039</b>		<b>423,9</b>

**SIMPANGAN BAKU  
SIKLUS I**

$$S^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n - 1}$$

$$S^2 = \frac{423.9}{40}$$

$$s = \sqrt{10.59}$$

$$S = 3.25$$

**TABULASI DATA SIKLUS II  
DBIBLING**

NO.URUT	NILAI	$(x - \bar{x})$	$(x - \bar{x})^2$
1	92	10,17	103,44
2	81	-0,829	0,6877
3	87	5,171	26,737
4	79	-2,829	8,0047
5	83	1,171	1,3706
6	83	1,171	1,3706
7	81	-0,829	0,6877
8	87	5,171	26,737
9	77	-4,829	23,322
10	79	-2,829	8,0047
11	75	-6,829	46,639
12	90	8,171	66,761
13	83	1,171	1,3706
14	81	-0,829	0,6877
15	85	3,171	10,054
16	79	-2,829	8,0047
17	81	-0,829	0,6877
18	85	3,171	10,054
19	79	-2,829	8,0047
20	81	-0,829	0,6877
21	79	-2,829	8,0047
22	81	-0,829	0,6877
23	81	-0,829	0,6877
24	79	-2,829	8,0047
25	77	-4,829	23,322
26	85	3,171	10,054
27	83	1,171	1,3706
28	81	-0,829	0,6877
29	81	-0,829	0,6877
30	83	1,171	1,3706
31	81	-0,829	0,6877
32	79	-2,829	8,0047
33	75	-6,829	46,639
34	85	3,171	10,054
35	82	0,171	0,0292
36	82	0,171	0,0292
37	81	-0,829	0,6877
38	83	1,171	1,3706
39	83	1,171	1,3706
40	83	1,171	1,3706
41	83	1,171	1,3706
<b><math>\Sigma=41</math></b>	<b>3355</b>		<b>479,8</b>

**SIMPANGAN BAKU  
SIKLUS II**

$$S^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n - 1}$$

$$S^2 = \frac{479.8}{40}$$

$$s = \sqrt{11.99}$$

$$S = 3.46$$

## Lampiran 19

## Foto Pelaksanaan Penelitian



Siswa sedang dibariskan



Ketua kelas bersiap memimpin doa





Siswa merapikan pakaian



Siswa bersiap melakukan pemanasan



Siswa bersiap memulai tes dribbling



Peneliti sedang menjelaskan materi pembelajaran



Peneliti mengamati siswa yang sedang dribbling dengan menggunakan kaki bagian dalam



Siswi sedang melakukan dribbling dengan kaki bagian dalam



Siswa diberi arahan dan motivasi, agar melakukan dribbling dengan benar



Siswa melakukan dribbling kaki bagian dalam



Peneliti memberikan arahan siswa



Siswa melakukan dribbling kaki bagian dalam



Siswa sedang istirahat



Siswa berkumpul dan diberikan evaluasi oleh peneliti



Foto Siswa Kelas VIII A SMPN 220 JAKARTA