

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan di Indonesia. Mata pelajaran PJOK ini berperan dalam membentuk kebugaran jasmani, keterampilan gerak, pemahaman pengetahuan serta sikap sportif pada siswa. Pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada latihan fisik, tetapi juga digunakan untuk mengembangkan keterampilan seperti kemampuan bekerja sama, berpikir kreatif dan memecahkan masalah. Dalam implementasinya, pembelajaran PJOK saat ini mengacu pada kurikulum merdeka yang memberikan keleluasaan kepada guru untuk menggunakan media, metode dan strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik serta kebutuhan peserta didik. (Nurhayati et al., 2025).

Penerapan kurikulum merdeka diwujudkan melalui kegiatan pembelajaran yang menekankan pada keterampilan gerak dasar dan teknik olahraga secara bertahap. Pendekatan ini bertujuan agar siswa tidak hanya memahami konsep secara teoretis, tetapi juga mampu mengaplikasikan keterampilan gerak secara langsung melalui pengalaman yang aktif dan menyenangkan (Rifai et al., 2024).

Pada kurikulum merdeka terdapat materi permainan bola besar yaitu bola voli, bola basket dan sepak bola. Ketiga materi tersebut memiliki peran penting dalam mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik serta nilai-nilai sosial seperti kerja sama, disiplin dan sportivitas khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dari ketiga permainan bola besar tersebut, sepak bola merupakan salah satu materi yang banyak diminati oleh siswa karena sifatnya yang sederhana dan menyenangkan. Dalam pembelajaran sepak bola siswa diharapkan untuk menguasai beberapa teknik dasar seperti *Passing, Dribbling, Control, Heading* dan *Shooting*. Salah satu teknik yang paling penting adalah *Shooting* karena teknik ini berkaitan langsung dengan tujuan utama permainan sepak bola yaitu mencetak gol, Irfan et al (2020). Namun, pada pembelajaran sepak bola di sekolah seringkali ditemukan berbagai kendala yang menghambat proses pembelajaran tersebut. Salah satu kendala pembelajaran *Shooting* sepak bola adalah tidak tersedianya bola sepak standar. Kondisi ini menyebabkan guru menggunakan alternatif lain seperti penggunaan bola futsal.

Berdasarkan kondisi yang terjadi di SMPN 202 Jakarta, pembelajaran sepak bola dilakukan dengan menggunakan bola futsal sebagai pengganti. Penggunaan bola futsal dalam pembelajaran *Shooting* sepak bola menimbulkan permasalahan tersendiri, karena karakteristik bola futsal yang berat dan memiliki pantulan yang lebih rendah dibandingkan dengan bola sepak standar.

Ukuran bola futsal pada pembelajaran sepak bola di SMPN 202 Jakarta yaitu diameter 22 cm, berat 440 gram, lingkar bola 64 cm dan pantulan 50 – 65 cm saat dijatuhkan dari ketinggian 2 meter (Rinaldi & Rohaedi, 2020). Hal ini menyebabkan siswa merasa takut dan ragu saat *Shooting* serta belum mampu melakukan teknik menembak bola (*Shooting*) dengan benar. Untuk mengatasi permasalahan tersebut diperlukan media pembelajaran yaitu bola plastik yang dapat digunakan pada pembelajaran *Shooting* sepak bola. Penggunaan bola plastik bertujuan agar siswa berani dan lebih fokus pada tahapan gerakan saat melakukan *Shooting* sehingga dapat meningkatkan hasil belajar *Shooting* sepak bola (Koswono, 2023).

Berdasarkan hasil nilai tes awal yang diberikan kepada 36 siswa, diperoleh data bahwa hanya 15 siswa atau 42% yang memperoleh nilai cukup (75 – 83) yang termasuk telah mencapai nilai KKM. Sementara itu sebanyak 21 siswa memperoleh nilai di bawah KKM yang menunjukkan bahwa lebih dari setengah jumlah siswa belum mencapai ketuntasan belajar yang diharapkan.

Dapat ditemukan permasalahan pada tes *Shooting* sepak bola pada pembelajaran PJOK. Dari 36 siswa, hanya 15 siswa atau 42% yang lulus KKM dan 21 siswa atau 58% yang tidak lulus KKM dari nilai KKM 75 di SMPN 202 Jakarta. Hal ini disebabkan banyak siswa yang belum mampu melakukan teknik *Shooting* dengan benar sesuai tahapan yang seharusnya yaitu pada 1) Sikap awal: Pandangan ke arah target lalu pandangan menghadap bola, badan sedikit condong ke depan dan lengan terbuka, kaki tumpu di samping sejajar dengan

bola dan lutut kaki sedikit ditekuk. 2) Pelaksanaan: Pandangan melihat pada bagian bola yang ditendang lalu melihat ke arah target, sikap badan sedikit condong ke depan dan posisi lengan terbuka untuk menjaga keseimbangan tubuh, mengayunkan kaki dari belakang ke depan dengan perkenaan punggung kaki tepat pada pertengahan bola. 3) Sikap akhir: Sikap badan rileks dan tangan terbuka, gerakan kaki tendang masih mengikuti arah tendangan dan melangkah ke depan. (Dipiarsa et al., 2020).

Penggunaan bola plastik sebagai media pembelajaran sepak bola dapat membuat siswa lebih fokus pada teknik dasar tanpa terbebani oleh berat bola. Dengan demikian, proses pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif dan hasil belajar siswa diharapkan dapat meningkat. Meskipun begitu, media pembelajaran yang dimodifikasi seperti bola plastik masih jarang digunakan dalam pelajaran PJOK. Hal ini menciptakan perbedaan pembelajaran yang fleksibel dan sesuai kebutuhan siswa dengan kenyataan di sekolah yang masih bergantung pada alat seadanya. Perbedaan ini menyebabkan hasil belajar siswa rendah terutama pada keterampilan menembak bola (*Shooting*).

Efektivitas pembelajaran permainan sepak bola pada pendidikan jasmani melalui penggunaan bola plastik sangatlah tepat dilakukan, meskipun salah satu penelitian terdahulu, Panas et al (2023) telah menunjukkan bahwa penggunaan bola plastik dapat memberikan dampak positif terhadap pembelajaran sepak bola, sebagian besar penelitian tersebut lebih berfokus pada efektivitas media pembelajaran secara umum dan belum secara khusus

mengkaji peningkatan hasil belajar teknik *Shooting* melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada siswa kelas VIII SMP. Selain itu, penelitian sebelumnya belum dilakukan pada kondisi nyata pembelajaran di SMPN 202 Jakarta yang memiliki keterbatasan sarana berupa tidak tersedianya bola sepak standar. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji penggunaan bola plastik sebagai media pembelajaran dalam upaya meningkatkan hasil belajar *Shooting* sepak bola melalui PTK sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik di SMPN 202 Jakarta.

Permasalahan ini menjadi penting untuk diteliti karena jika tidak segera diatasi dapat berdampak pada rendahnya hasil belajar *Shooting* sepak bola khususnya pada siswa kelas VIII SMPN 202 Jakarta serta menurunnya tingkat kepercayaan diri dalam melakukan *Shooting* sepak bola. Selain itu, dari sisi praktis guru membutuhkan solusi yang efektif dan mudah diterapkan untuk mengatasi keterbatasan sarana pembelajaran. Dari sisi teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih inovatif melalui penggunaan bola plastik.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa terdapat permasalahan nyata dalam pembelajaran *Shooting* sepak bola yang disebabkan oleh rendahnya penguasaan teknik yang baik. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya perbaikan melalui penerapan penggunaan bola plastik sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar *Shooting* sepak bola. Kondisi inilah yang melatarbelakangi perlunya dilakukan penelitian tindakan kelas guna

mengkaji efektivitas penggunaan bola plastik dalam meningkatkan hasil belajar *Shooting* sepak bola pada siswa kelas VIII SMPN 202 Jakarta.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah pada upaya meningkatkan hasil belajar *Shooting* sepak bola melalui penerapan bola plastik menggunakan punggung kaki dalam pembelajaran PJOK. Penelitian ini diarahkan pada perbaikan proses dan hasil pembelajaran *Shooting* yang sebelumnya mengalami kendala akibat teknik *Shooting* yang belum baik dan keterbatasan sarana yaitu tidak tersedianya bola sepak standar. Fokus penelitian ini meliputi penerapan bola plastik sebagai media pembelajaran yang bertujuan untuk menciptakan kondisi belajar yang lebih aman, nyaman dan sesuai dengan karakteristik siswa.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah penggunaan bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* sepak bola pada siswa kelas VIII SMPN 202 Jakarta?”.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Penelitian ini dapat memperkaya kajian mengenai penggunaan media pembelajaran khususnya bola

plastik dalam meningkatkan hasil belajar keterampilan teknik dasar sepak bola terutama *Shooting*. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan kajian bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian sejenis dalam konteks pembelajaran olahraga di sekolah.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa dalam meningkatkan hasil belajar *Shooting* sepak bola melalui penggunaan bola plastik yang lebih ringan dan aman, sehingga siswa menjadi lebih berani, percaya diri dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif solusi bagi guru PJOK dalam mengatasi keterbatasan sarana pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran sepak bola. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan inspirasi bagi guru untuk menerapkan metode dan media pembelajaran yang lebih inovatif dan variatif.

c. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak sekolah dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK, khususnya melalui pemanfaatan media pembelajaran yang sederhana, efektif dan ekonomis seperti penggunaan bola plastik.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan acuan bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan penggunaan bola plastik pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

