

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu bagian penting dalam sistem pendidikan yang fokus pada pertumbuhan fisik dan kemampuan motorik peserta didik. Tujuan dari pendidikan ini adalah untuk meningkatkan kesehatan fisik, kemampuan motorik, serta mendorong gaya hidup sehat dan aktif. Menurut penelitian oleh (Mustafa & Dwiyo, 2020), kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia telah mengalami perkembangan yang signifikan untuk menghadapi tantangan abad ke-21. Perkembangan kurikulum ini bertujuan agar pendidikan jasmani tidak hanya fokus pada aktivitas fisik semata, tetapi juga mencakup pembentukan karakter dan aspek psikososial (Iswanto dkk., 2021) juga menekankan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas sangat dipengaruhi oleh metode pengajaran yang sesuai dan keterlibatan aktif peserta didik. Oleh karena itu, pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mendorong peserta didik untuk memiliki gaya hidup sehat dan seimbang, serta kemampuan untuk berkolaborasi dan bersaing secara positif.

Permainan sepak bola merupakan salah satu materi yang memiliki peran penting dalam kurikulum pendidikan jasmani karena mampu mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, kerja sama tim, serta sportivitas peserta didik. Sepak bola adalah pertandingan yang terdiri atas dua regu yang masing-masing terdiri dari 11 orang. Permainan sepak bola menggunakan beberapa teknik dasar seperti *passing*, *shooting*, dan *dribbling*.

Dalam permainan sepak bola, *dribbling* atau teknik menggiring bola sangat penting untuk dimiliki pemain. Hal ini dikarenakan upaya melewati lawan dan mencari celah untuk mengoper bola ke rekan setim secara tepat memerlukan kemampuan kontrol bola yang baik. Di samping itu, ketika mengoper bola dirasa tidak memungkinkan, maka pemain perlu menggiring bola guna mempertahankan penguasaan bola (Salikha, et al., 2024).

Kendati demikian, masih dijumpai permasalahan mengenai pembelajaran *dribbling* siswa. Alviansyah & Muhtarom (2025) dalam penelitiannya di SMP IP Baitussalam Kuningan mengemukakan bahwa keterampilan menggiring bola tidak mengalami kemajuan, di mana para siswa hanya mampu bermain sepak bola tanpa memahami teknik dasar dan dengan cara penguasaan bola yang juga kurang bervariasi akibat model latihan yang monoton. Siswa kelas 9 di SMP IP Baitusslam terlihat tidak dapat mengolah bola dengan lincah dan cepat sehingga mudah kehilangan bola ketika *dribbling* dengan kaki bagian. Pada kasus yang lain, Salikha, Prabowo, dan Setiawan (2024) pada saat Praktik Kerja Mengajar (PKM) di SMPN 74 Jakarta menemukan bahwa minat siswa saat pembelajaran PJOK materi *dribbling* sangat rendah, siswa kurang bersemangat, asal-asalan, sering melakukan kesalahan, dan cepat bosan, sehingga mengindikasikan perlunya inovasi model pembelajaran yang mendorong siswa berpartisipasi aktif.

Berkaca pada minimnya model pembelajaran tersebut, seiring perkembangan zaman pendidikan jasmani juga harus dapat beradaptasi dengan perubahan teknologi dan budaya. Salah satu pendekatan yang relevan adalah penyesuaian metode pembelajaran untuk meningkatkan efektivitas dan keterlibatan siswa. Iqbal

Pambudi dkk. (2019) menyoroti bahwa perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani harus mempertimbangkan kebutuhan dan karakteristik peserta didik agar mencapai hasil yang optimal. Penggunaan teknologi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat menjadi inovasi yang membantu meningkatkan minat dan partisipasi siswa. Evaluasi yang lengkap dan menyeluruh juga penting untuk memastikan pencapaian tujuan pembelajaran secara menyeluruh. Dengan demikian, pendidikan jasmani tidak hanya berperan dalam pembentukan kebugaran fisik, tetapi juga mendukung perkembangan mental dan sosial emosional peserta didik.

Seperti yang telah dibahas sebelumnya, pemanfaatan teknologi dalam pendidikan jasmani mampu mendukung perkembangan mental dan sosial emosional peserta didik. Peneliti telah meneliti berbagai penelitian sebelumnya tentang pencapaian hasil belajar *dribbling* sepak bola yang fokus pada penggunaan berbagai metode pembelajaran untuk mencapai hasil yang terbaik. Syamsul Taufik & Gaos Sungkawa (2019) meneliti peningkatan hasil belajar *dribbling* sepak bola dengan menggunakan media audio visual, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap teknik *dribbling*. Studi tersebut menekankan bahwa penggunaan teknologi tidak hanya meningkatkan minat siswa tetapi juga memudahkan pemahaman keterampilan teknis dalam sepak bola. Selanjutnya, penelitian oleh Saktiawan & Kanca (2023) mengkaji metode *flipped classroom* berbantuan video untuk meningkatkan minat dan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), yang relevan dalam konteks modernisasi pembelajaran jasmani. Penelitian ini menunjukkan bahwa *flipped classroom*

efektif dalam membuat siswa lebih aktif dan siap dalam proses pembelajaran. Meski ada kesamaan dalam penggunaan teknologi pendidikan, masing-masing penelitian tersebut memiliki tingkat keberhasilan yang dipengaruhi oleh faktor khusus dan pendekatan pembelajaran yang berbeda.

Dalam studinya pada tahun 2023, Saktiawan menelusuri lebih jauh dan menegaskan kembali efektifitas metode *flipped classroom* dalam konteks yang berbeda, khususnya pada peserta didik kelas VII. Studi ini sejalan dengan penelitian (Jelantik & Gunawan, 2023) yang membahas gradasi model inovasi pembelajaran dengan *flipped classroom* menunjukkan bahwa inovasi ini dapat memfasilitasi pencapaian pembelajaran yang lebih menyeluruh. Sementara itu, penelitian oleh Haqiyah (2022) memeriksa hasil belajar dalam kegiatan praktik yang berbeda, yakni jurus tunggal tangan kosong dalam pencak silat, namun tetap melihat efektivitas metode *flipped classroom*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode *flipped classroom* sangat berpengaruh dalam pembelajaran yang melibatkan siswa secara aktif dan berfokus pada mereka, dengan fokus pada penyesuaian dan adaptasi sesuai dengan sifat materi yang diajarkan. Dengan demikian, penelitian saat ini bertujuan untuk meneliti lebih lanjut bagaimana metode *flipped classroom* dapat diterapkan secara efektif pada latihan *dribbling* sepak bola dengan mempertimbangkan kebutuhan spesifik siswa kelas VIII A di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta, mengingat perbedaan cara menangkap materi belajar dan karakteristik siswa.

Keterampilan dasar dalam sepak bola yang memungkinkan pemain untuk mengendalikan bola saat berlari disebut *dribbling*, yang dianggap sebagai elemen

penting dalam permainan. Menurut penelitian oleh Taufik (2019), *dribbling* yang efektif membutuhkan penguasaan teknik dasar seperti kontrol bola yang konsisten dan keseimbangan tubuh yang baik, yang dapat ditingkatkan melalui modifikasi latihan. Penelitian oleh Darma & Fernando (2024) juga menunjukkan bahwa kelincuhan dan kecepatan berperan penting dalam kemampuan *dribbling*, menekankan pentingnya latihan fisik yang spesifik untuk meningkatkan aspek tersebut. Basrizal et al. (2020) juga menyoroti pentingnya latihan kelincuhan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*, menunjukkan hubungan antara latihan fisik dan keterampilan teknis dalam *dribbling*. Dengan demikian, penguasaan *dribbling* tidak hanya bergantung pada teknik dasar, tetapi juga melibatkan aspek fisik dan taktis lainnya. Kesimpulannya, keberhasilan dalam *dribbling* dalam sepak bola tergantung pada kombinasi teknik, kelincuhan, kecepatan, dan strategi latihan yang sesuai.

Pembelajaran *dribbling* dalam sepak bola juga dapat ditingkatkan melalui pendekatan pembelajaran yang inovatif. Penggunaan media audio-visual seperti yang disebutkan oleh (Syamsul Taufik, 2019) telah terbukti meningkatkan hasil belajar *dribbling*, menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang interaktif dapat memperkaya pembelajaran teknik ini. Yachya Fajri & Nur Muhammad, (2021) juga menekankan pentingnya penerapan pendekatan permainan modifikasi dalam meningkatkan hasil belajar *dribbling*, menunjukkan bahwa kreativitas dalam metode pengajaran dapat mengatasi tantangan dalam penguasaan *dribbling*. Studi oleh Click or tap here to enter text. tentang koordinasi mata-kaki dalam latihan juga dapat meningkatkan keterampilan *dribbling*, menyoroti pentingnya integrasi antara

teori dan praktik dalam pembelajaran olahraga. Oleh karena itu, menggabungkan berbagai pendekatan pembelajaran dapat meningkatkan efektivitas penguasaan *dribbling* dalam sepak bola, yang juga memerlukan adaptasi metode pengajaran sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Metode ini juga mendukung suasana pembelajaran yang mendorong kerja sama dan interaksi, di mana siswa dapat berdiskusi dan menerapkan dengan mudah teknik *dribbling* secara langsung di lapangan untuk mempercepat proses pembelajaran keterampilan. Dengan memperhatikan kebutuhan spesifik siswa kelas VIII A di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta, pendekatan ini akan disesuaikan agar dapat mengakomodasi perbedaan individu dan sosial di dalam kelompok belajar tersebut. Metode ini tidak hanya membantu meningkatkan hasil belajar, tetapi juga membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan visual mereka dengan media video tutorial dan mempelajari gerakan teknik dan praktik olahraga. Oleh karena itu, penggabungan *flipped classroom* ke dalam kurikulum *dribbling* sepak bola diharapkan dapat menciptakan peningkatan yang penting dalam kemampuan siswa, sekaligus memperkaya pengalaman belajar mereka secara menyeluruh.

Pendekatan *flipped classroom* menawarkan metode baru untuk menyediakan konten pendidikan yang dapat sangat membantu meningkatkan kemampuan siswa. Penekanan dalam metode ini terletak pada pelajaran praktis dan diskusi terperinci dalam lingkungan kelas. Manfaat lainnya juga bisa mengubah cara belajar dari kelas langsung hingga interaksi siswa dengan materi sebelum pertemuan langsung. Dengan demikian, siswa dapat menggunakan waktu di lapangan untuk menerapkan konsep yang sudah dipelajari, yang dapat meningkatkan efektivitas proses belajar

mengajar, terutama dalam latihan *dribbling* sepak bola. *Flipped classroom* memberikan kemudahan dan kesempatan bagi siswa untuk menyesuaikan ritme belajar mereka sendiri dan memberikan pemahaman yang lebih baik terhadap keterampilan motorik yang seringkali dianggap rumit.

Salah satu keunggulan dari konsep *flipped classroom* adalah kemampuannya memberikan kebebasan waktu belajar kepada murid-murid, sehingga mereka dapat belajar sesuai dengan tempo belajar individu masing-masing dan mempermudah guru untuk memilih metode mengajar yang cocok dengan kebutuhan masing-masing siswa dalam sebuah kelas.

Dengan demikian, *flipped classroom* dapat menyesuaikan dengan berbagai gaya belajar yang berbeda serta memberikan kesempatan untuk mendapatkan pengalaman baru yang lebih mendalam selama sesi tatap muka, sehingga mendukung pengembangan keterampilan pengetahuan dan nilai-nilai sikap siswa, termasuk kemampuan berpikir kritis. Selain itu, model ini mendorong budaya belajar yang kolaboratif dan melibatkan siswa secara aktif dalam proses pembelajaran, yang dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna. Dengan integrasi ke dalam kurikulum *dribbling* sepak bola di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta, *flipped classroom* menunjukkan potensi besar dalam meningkatkan penguasaan keterampilan *dribbling* dengan cara yang adaptif dan responsif terhadap tantangan pembelajaran abad ke-21. Diharapkan bahwa siswa tidak hanya akan memahami teknik *dribbling* dengan lebih baik, tetapi juga akan mengembangkan kemampuan belajar mandiri dan interpersonal yang penting untuk perkembangan mereka secara keseluruhan.

Dengan adanya penggabungan metode belajar yang telah disebutkan sebelumnya, ada kemungkinan besar bahwa penerapan model *flipped classroom* akan berdampak terhadap perkembangan belajar *dribbling* sepak bola pada siswa Kelas VIII A SMP Bunda Hati Kudus Jakarta. Dalam kegiatan proses belajar mengajar, siswa di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta juga diizinkan menggunakan teknologi *smartphone* masing-masing jika proses pembelajaran menggunakan media internet. Karena itu, peneliti menggunakan media berupa video tutorial yang bisa diakses melalui jaringan internet. Alasan lain memilih media tersebut dapat dilihat dari fakta di lingkungan sekolah bahwa siswa SMP Bunda Hati Kudus Jakarta.

Model pembelajaran *flipped classroom* yang tersedia di internet, memiliki potensi untuk secara signifikan meningkatkan hasil pembelajaran dari kelas VIII seorang siswa sekolah menengah di Kudus Hati Jakarta. Model kelas terbalik memungkinkan siswa belajar mandiri dengan bantuan teknologi, kapan pun mereka punya waktu. Kemungkinan besar, penekanan pada pembelajaran mandiri ini akan meningkatkan pemahaman siswa mengenai teknik-teknik dasar *dribbling*, seperti penggunaan kaki bagian dalam dan luar, sehingga dapat mengakomodasi gaya belajar yang unik dari masing-masing siswa. Selain itu, *flipped classroom* berpotensi menumbuhkan semangat kolaboratif melalui diskusi dan aktivitas kelompok selama tatap muka, yang pada gilirannya dapat mendorong motivasi dan keterlibatan siswa dalam mempraktikkan keterampilan *dribbling*. Dengan demikian, dampak positifnya tidak hanya terfokus pada aspek keterampilan fisik saja tetapi juga mencakup pengembangan kemampuan kritis dan interpersonal,

yang semuanya berkontribusi pada peningkatan kualitas pembelajaran secara keseluruhan. Namun, kemungkinan adanya tantangan tetap ada, terutama dalam hal kesiapan siswa dan infrastruktur pendukung teknologi yang memadai untuk menunjang pembelajaran secara optimal. Oleh karena itu, efektivitas implementasi *flipped classroom* ini sangat dipengaruhi oleh adaptasi kurikulum dan dukungan lingkungan belajar yang kompatibel dengan strategi pembelajaran abad ke-21 tersebut.

Kesuksesan implementasi *flipped classroom* sangat tergantung pada penyesuaian kurikulum dan dukungan lingkungan belajar yang cocok dengan metode pembelajaran era ke-21 tersebut. Oleh karena itu, tujuan dari studi ini adalah untuk mengevaluasi efek dari penggunaan *flipped classroom* dengan video tutorial terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* sepak bola menggunakan teknik kaki bagian dalam dan luar pada siswa kelas VIII A di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta. Signifikansi dari penelitian ini adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana pendekatan pembelajaran yang inovatif dan berbasis teknologi dapat meningkatkan hasil belajar siswa tidak hanya dalam hal pemahaman konseptual tetapi juga dalam keterampilan praktis, seperti *dribbling* sepak bola. Selain itu, studi ini diharapkan dapat menunjukkan bahwa penerapan *flipped classroom* bisa menjadi opsi yang efektif untuk mengatasi keterbatasan waktu dan kesempatan latihan yang sering terjadi dalam pembelajaran konvensional. Hal ini penting karena perlunya penyesuaian metode pembelajaran dengan perkembangan zaman dan kebutuhan siswa di era digital saat ini, di mana pembelajaran mandiri yang didukung oleh teknologi informasi semakin penting.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak hanya akan berdampak pada peningkatan keterampilan *dribbling* siswa, tetapi juga pada pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif dan adaptif di lingkungan sekolah menengah. Harapannya, hasil penelitian ini dapat mendorong para pendidik dan pengambil keputusan untuk lebih memanfaatkan teknologi dalam proses pembelajaran, meningkatkan mutu pendidikan secara menyeluruh, dan menjawab tantangan yang dihadapi dalam dunia pendidikan modern.

Penelitian ini dilakukan di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta karena peneliti mengajar di sekolah tersebut dan siswanya memiliki masalah dalam proses pembelajaran praktik *dribbling* sepak bola menggunakan kaki bagian luar dan bagian dalam. Selain itu, latar belakang siswa SMP Bunda Hati Kudus yang sering memanfaatkan *gadget* di setiap kegiatan mereka di sekolah maka diharapkan dapat membantu menyelesaikan masalah pembelajaran ini dengan menerapkan metode pembelajaran modern, yaitu mempelajari gerakan teknik dasar *dribbling* sepak bola dari video tutorial singkat. Pentingnya metode *flipped classroom* dalam penelitian ini sangat ditekankan, dan SMP Bunda Hati Kudus Jakarta telah dilengkapi dengan peralatan teknologi informasi yang dibutuhkan untuk mendukungnya. Partisipan dalam studi ini mencakup semua murid di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta, khususnya mereka yang berada di kelas VIII A dan memiliki ciri khas yang sesuai dengan metode pembelajaran yang diterapkan. Siswa kelas VIII A diharapkan dapat memberikan informasi yang relevan mengenai efektivitas metode *flipped classroom* dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* sepak bola. Kelas ini dipilih karena tingkat partisipasi yang aktif dalam kegiatan olahraga dan dukungan yang

ada dari lingkungan akademis, sehingga diharapkan dapat menghasilkan data yang valid untuk pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif dan adaptif. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi institusi pendidikan lain dalam mengadopsi model pembelajaran yang serupa untuk meningkatkan kualitas pendidikan secara keseluruhan.

Sebelum penelitian tindakan dilakukan, peneliti terlebih dahulu melaksanakan pengambilan data awal (pra tindakan) untuk mengetahui kondisi nyata kemampuan siswa dalam pembelajaran *dribbling* sepak bola. Pengambilan data awal tersebut mencakup tiga aspek penilaian, yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Berdasarkan hasil pengamatan awal, masih ditemukan bahwa sebagian siswa belum mampu melakukan teknik dasar *dribbling* dengan baik, khususnya dalam penggunaan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar, serta menunjukkan tingkat pemahaman dan sikap belajar yang belum optimal dalam mengikuti pembelajaran. Data awal (pra tindakan) tersebut menjadi dasar bagi peneliti dalam merancang tindakan pembelajaran yang akan diberikan melalui penerapan metode *flipped classroom*. Dengan demikian, tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini diharapkan dapat secara terarah meningkatkan hasil belajar siswa pada ketiga aspek tersebut sesuai dengan permasalahan yang ditemukan di lapangan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani antara lain: faktor guru, faktor siswa, faktor materi pembelajaran, faktor alat dan fasilitas olahraga, faktor metode pembelajaran, faktor lingkungan belajar serta alokasi waktu pembelajaran. Faktor-faktor tersebut merupakan suatu kesatuan yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan satu

dengan yang lainnya. Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengangkat judul penelitian yaitu “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Dribbling* Sepak Bola dengan Metode *Flipped Classroom* Pada Siswa Kelas VIII A SMP Bunda Hati Kudus”

B. Fokus Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* sepak bola pada siswa kelas VIII A SMP Bunda Hati Kudus Jakarta, dengan menggunakan metode *flipped classroom*.

C. Perumusan Masalah

Bagaimanakah upaya meningkatkan hasil belajar *dribbling* sepak bola dengan menggunakan metode *flipped classroom* pada siswa?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pembelajaran untuk berbagai pihak, sebagai berikut :

1. Bagi Guru, menjadi referensi alternatif dalam memilih dan menerapkan model pembelajaran inovatif, khususnya dalam meningkatkan keterampilan siswa pada materi teknik dasar permainan sepak bola. Guru dapat memanfaatkan media video tutorial sebagai salah satu strategi untuk memaksimalkan waktu pembelajaran di lapangan. Selain itu, memberikan pengalaman langsung dalam menerapkan model pembelajaran *flipped classroom* di bidang pendidikan jasmani, khususnya dalam keterampilan *dribbling* sepak bola.

2. Bagi Kepala Sekolah, memberikan masukan terkait pentingnya penerapan model pembelajaran berbasis teknologi seperti *flipped classroom* untuk mendukung efektivitas proses belajar mengajar. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan program pelatihan guru dan peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah.
3. Bagi Peneliti, menambah wawasan tentang penerapan *flipped classroom* dalam pendidikan jasmani dan memberikan dasar untuk penelitian selanjutnya, baik dalam konteks keterampilan sepak bola maupun pada materi PJOK lainnya. Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengembangkan inovasi pembelajaran berbasis teknologi di sekolah. Selain itu, penelitian ini menjadi bahan evaluasi dalam pengembangan kompetensi peneliti dalam merancang metode pembelajaran yang lebih efektif.

Intelligentia - Dignitas