

PENINGKATAN KETERAMPILAN *DRIBBLE* DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL

NENI ELPIRA
Guru PJOK SMPN 1 Rantau Selamat

ABSTRAK

Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan gerak dasar dribble dalam permainan sepak bola setelah digunakan media audio visual pada siswa kelas VII.5 SMPN 1 Rantau Selamat semester I Tahun Pelajaran 2018/2019 terutama pada mata pelajaran Penjaskes materi permainan sepak bola. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian tindakan kelas yang dilakukan sebanyak 2 (dua) siklus. Berdasarkan hasil yang diperoleh selama pelaksanaan penelitian tindakan kelas, dapat di jelaskan bahwa hasil belajar siswa dari mulai kondisi awal hasil belajar siswa masih rendah karena di bawah KKM ≥ 70 yaitu rata-rata kelas hanya sebesar 59,13 dengan ketuntasan belajar klasikal dari 23 jumlah siswa hanya 6 siswa (26,09 %) yang tuntas. Pada siklus I setelah digunakan media audio visual, nilai rata-rata kelas mengalami peningkatan menjadi 69,13 dengan ketuntasan klasikal sebesar 769,57 % namun hasil tersebut belum mencapai KKM ≥ 70 . Pada siklus II rata-rata kelas kembali meningkat mencapai nilai rata-rata 79,13 dengan ketuntasan klasikal sebesar 91,30 %. Dengan meningkatnya hasil belajar di setiap siklusnya, maka hipotesis tindakan dapat diterima dan dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan media audio visual dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar dribble dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VII.5 SMPN 1 Rantau Selamat.

Kata Kunci; Dribble, Media Audio Visual, Sepak Bola

ABSTRACT

This classroom action research aims to determine the increase in basic motion abilities of dribble in soccer games after being used by audio-visual media for class VII.5 students of Happy 1 Junior High School 1 of 2018/2019 Academic Year, especially in subjects such as soccer game material. This research was conducted with classroom action research methods conducted in 2 (two) cycles. Based on the results obtained during the implementation of class action research, it can be explained that student learning outcomes from the initial conditions of student learning outcomes are still low because under KKM ≥ 70 , the class average is only 59.13 with classical learning completeness from 23 students only 6 students (26.09%) completed. In the first cycle after the use of audio-visual media, the class score increased to 69.13 with classical completeness of 769.57% but the results had not yet reached KKM ≥ 70 . In the second cycle, the class average increased again, reaching an average value of 79.13 with classical completeness of 91.30%. With the increase in learning outcomes in each cycle, the action hypothesis can be accepted and thus it can be concluded that the use of audio-visual media can improve the basic motion ability of dribble in soccer games in class VII.5 students of SMP 1 Rantau Congratulations.

Keywords; Dribble, Audio Visual Media, Soccer



1. PENDAHULUAN

Sepak bola adalah salah satu jenis olahraga yang sangat digemari oleh orang seluruh dunia, sangat universal. Selain digemari para laki-laki olah raga ini juga digemari oleh para perempuan tidak hanya tua muda bahkan anak-anak. Sejak tahun 1990 an olahraga ini mulai digunakan untuk para wanita meskipun sebelumnya olah raga ini hanya diperuntukkan bagi kaum pria (Sucipto, 2000:5)

Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola tidak cukup hanya dengan kegemaran dan kesenangan akan tetapi banyak faktor yang harus dilatih dan diolah baik fisik maupun mental. Salah satu unsur yang perlu dilatih dalam permainan sepak bola adalah cara mendribel atau menggiring bola, jika seseorang mampu menggiring bola dengan baik maka di senyalir dapat melewati lawan dengan mudah. Penerapan latihan dribelnya harus dilakukan dimulai dari usia Sekolah Dasar, karena pada anak usia Sekolah Dasar komponen tubuh masih muda untuk dilatih dan diolah.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengajar di SMP Negeri 1 Rantau Selamat khususnya pada siswa Kelas VII.5 sebagian besar siswa belum dapat menguasai keterampilan gerak dasar dribble dengan baik dan benar seperti teknik menggiring saat perkenaan kaki dengan bola, saat berbelok menggunakan kaki yang mana dan cara memposisikan tubuh saat melakukan *dribble* sehingga mengakibatkan rendahnya hasil belajar siswa.

Hal pokok dan paling mendasar yang perlu ditingkatkan adalah kurangnya penguasaan teknik gerak dasar *dribble* dengan baik dan benar seperti teknik menggiring, perkenaan kaki dengan bola, dan berbelok atau zig-zag. Kesemuanya ini dapat dilihat dari penilaian yang sudah dilakukan secara obyektif hanya sekitar beberapa siswa saja yang dapat melakukan, selebihnya penguasaan gerak dasar *dribble* masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini dibuktikan dengan penilaian yang rata-rata siswa masih sangat rendah yaitu hanya 59,13. Nilai tersebut masih jauh dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal yang sudah ditetapkan yaitu sebesar 70. Dari 23 jumlah siswa Kelas VII.5 SMP Negeri 1 Rantau Selamat hanya 6 siswa (26,09 %) yang tuntas, sedangkan sisanya 17 siswa (73,91) belum tuntas.

Berdasarkan kondisi di atas, maka peneliti merasa tertantang untuk melakukan penelitian tindakan kelas sebagai upaya perbaikan keterampilan gerak dasar *dribble* dengan judul "Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar *Dribble* Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Penggunaan Media Audio Visual Pada Siswa Kelas VII.5 di SMP Negeri 1 Rantau Selamat"

Pengertian Keterampilan

Keterampilan dapat menunjukkan pada aksi khusus yang ditampilkan atau pada sifat dimana keterampilan itu dilaksanakan. Banyak kegiatan dianggap sebagai suatu keterampilan, terdiri dari beberapa keterampilan dan derajat penguasaan yang dicapai oleh seseorang menggambarkan tingkat keterampilannya. Hal ini terjadi karena kebiasaan yang sudah diterima umum untuk menyatakan bahwa satu atau beberapa pola gerak atau perilaku yang diperluas bisa disebut keterampilan, misalnya menulis, memainkan gitar



menggiring bola, menyetel mesin, berjalan, berlari, melompat dan sebagainya. Jika ini yang digunakan, maka kata “keterampilan” yang dimaksud adalah kata kerja (Fauzi, 2010:7)

Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat. Istilah terampil juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas, dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran (Suwarno, 2003:17)

Keterampilan gerak berdasarkan faktor-faktor genetik dan lingkungan dapat dibagi dua yaitu: (a) keterampilan phylogenetic, adalah keterampilan yang dibawa sejak lahir, yang dapat berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak tersebut. (b) keterampilan ontogenetic, merupakan keterampilan yang dihasilkan dari latihan dan pengalaman sebagai hasil dari pengaruh lingkungan (Amirullah, 2003:18). Dengan demikian dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai suatu tingkat keterampilan yang baik, perlu memperhatikan hal sebagai berikut: Pertama, faktor individu/pribadi yaitu kemauan serta keseriusan dari individu itu sendiri berupa motivasi yang besar untuk menguasai keterampilan yang diajarkan. Kedua, faktor proses belajar mengajar menunjuk kepada bagaimana kondisi belajar dapat disesuaikan dengan potensi individu, dan lingkungan sangat berperan dalam penguasaan keterampilan. Ketiga, faktor situasional menunjuk pada metode dan teknik dari latihan atau praktek yang dilakukan.

Keterampilan dalam Olah Raga

Penguasaan keterampilan pada setiap cabang olahraga berlandaskan pada penguasaan keterampilan dasar. Ada tiga sistem yang dapat mewakili penggolongan keterampilan gerak yaitu: (a) stabilitas lingkungan, (b) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (c) ketepatan gerakan yang dimaksud (Amung, 2000:63)

Dapat disimpulkan bahwa keterampilan olahraga adalah gerakan-gerakan dasar dalam olahraga yang dilakukan dengan satu teknik lalu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk dapat menghasilkan hasil yang maksimal. Untuk menjadi seorang olahragawan diperlukan keterampilan olahraga yang baik agar dapat mencapai prestasi.

Pengertian Gerak Dasar

Kemampuan gerak merupakan keterampilan yang penting di dalam kehidupan sehari-hari maupun di dalam pendidikan jasmani. Kemampuan gerak dasar harus dimiliki oleh anak, karena gerak merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk melaksanakan kehidupan sehari-hari.

Kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah bermain (Mahendra, 2003:21)

Menggiring atau *Dribble*

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 (Witarsa, 2004:16). 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. Dalam pengertian lain *dribble* atau menggiring bola adalah menguasai bola dengan berlari dan tetap menjaga posisi bola agar tetap berada dekat dan dalam penguasaan kita (Sarumpaet, 2008:71)

Media Audio Visual

1. Pengertian Media Audio Visual

Media audio-visual adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Media Audiovisual merupakan sebuah alat bantu audiovisual yang berarti bahan atau alat yang dipergunakan dalam situasi belajar untuk membantu tulisan dan kata yang diucapkan dalam menularkan pengetahuan, sikap, dan ide (Sudrajat, 2007:44)

2. Kelebihan dan Kekurangan Media Audio visual

a. Kelebihan media audio visual

- 1) Dapat menggambarkan suatu proses, misalnya proses pembuatan suatu keterampilan gerak dan sebagainya.
- 2) Dapat menimbulkan kesan ruang dan waktu.
- 3) Penggambarannya bersifat 3 dimensional.
- 4) Suara yang dihasilkan dapat menimbulkan realita pada gambar dalam bentuk ekspresi murni.
- 5) Dapat menyampaikan suara seorang ahli sekaligus melihat penampilannya.
- 6) Kalau berwarna akan dapat menambah realita objek yang diperagakan.
- 7) Dapat menggambarkan teori sains dan animasi.

b. Kekurangan media audio visual

- 1) Perhatian penonton sulit dikuasai, partisipasi mereka jarang dipraktikkan.
- 2) Sifat komunikasinya yang bersifat satu arah haruslah diimbangi dengan pencarian bentuk umpan balik yang lain.
- 3) Kurang mampu menampilkan detail dari objek yang disajikan secara sempurna.
- 4) Memerlukan peralatan yang mahal dan kompleks (Ismail, 2002:76)

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian tindakan kelas yang dilakukan sebanyak 2 (dua) siklus. Berdasarkan hasil yang diperoleh selama pelaksanaan penelitian tindakan kelas, dapat dijelaskan bahwa hasil belajar siswa dari mulai kondisi awal hasil belajar siswa masih rendah karena di bawah KKM ≥ 70 yaitu rata-rata kelas hanya sebesar 59,13 dengan ketuntasan belajar klasikal dari 23 jumlah siswa hanya 6 siswa (26,09 %) yang tuntas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Kondisi Awal

Berdasarkan pada hasil pengamatan pada kondisi awal kemampuan gerak dasar *diribble* dalam permainan sepak bola yang dimiliki siswa masih kurang baik. Sebagai



indikatornya adalah kurangnya keterampilan dalam menggiring, dan menendang bola, sehingga hasil belajar sepak bola menjadi kurang baik akibatnya kemampuan menendang bola juga kurang baik. Sebagian besar siswa masih bingung dan minta penjelasan berulang-ulang dari guru maupun dengan teman.

Dari 23 orang siswa data yang diperoleh pada saat diobservasi adalah siswa yang tuntas hanya 6 siswa (26,09 %) dan yang tidak tuntas sebanyak 17 siswa (73,91 %) dengan nilai rata-rata pada kemampuan gerak dasar *dribble* dalam permainan sepak bola hanya sebesar 59,13. Suasana pembelajaran pada kondisi awal masih terlihat kaku dan membosankan. Siswa terlihat tidak begitu bersemangat untuk mengikuti pembelajaran sehingga berimbas pada hasil belajar Penjaskes menjadi rendah.

Hasil Penelitian Siklus I

Pembelajaran pada siklus I sedikit berjalan lebih baik dan lancar. Aktivitas siswa sudah terlihat lebih baik dan kemampuan gerak dasar *dribble* dalam permainan sepak bola mengalami peningkatan dibandingkan dengan kondisi awal. Dengan berlatih secara terstruktur dan bimbingan secara kontinyu mampu menjadikan situasi pembelajaran yang lebih kondusif, interaktif dan tidak membosankan. Setiap pertemuan aktivitas siswa semakin baik, siswa kelihatan senang dan mau berusaha bekerja secara mandiri, dengan harapan hasil belajar yang optimal. Kompetisi terjadi antar siswa secara positif. Setelah diadakan tes terjadi peningkatan rata-rata nilai dan Prosentase ketuntasan.

Dari 23 siswa pada setiap indikator yang terdapat dalam gerak dasar *dribble* sudah banyak siswa yang mampu melakukannya atau menguasainya. Pada siklus I ini terdapat 16 siswa (69,57 %) sudah tuntas yang mendapat nilai ≥ 70 . sedangkan sisanya 7 siswa (30,43 %) belum tuntas dengan nilai rata-rata hanya mencapai 69,13.

Hasil Penelitian Siklus II

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa pembelajaran pada siklus II berdampak pada aktivitas siswa menjadi lebih baik. Perubahan ini terjadi ketika siswa mulai menunjukkan adanya peningkatan pada teknik menggiring dan menendang bola, perhatian siswa lebih baik. Hal ini didukung dengan pemahaman dan praktek dalam menggiring dan menendang bola yang lebih baik. Perubahan ke arah yang lebih ini tidak terlepas dari peran penggunaan audio visual sebagai alat penunjang dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar *dribble* siswa.

Pada siklus II, setiap siswa sudah melakukan *dribble* dalam permainan sepak bola sendiri-sendiri. Siswa mampu melakukan permainan sepak bola dengan baik. Pada siklus II kesiapan siswa dalam kegiatan pembelajaran meningkat dan sudah mampu melakukan sepak bola dengan baik. Bila ditinjau dari prinsip-prinsip belajar gerak, supaya tujuan belajar gerak dapat tercapai dengan baik antara lain harus memperhatikan pengaturan urutan materi belajar. Dengan pengaturan urutan materi belajar gerak yang baik akan mempermudah dan mempercepat siswa untuk menguasai gerakan-gerakan yang sedang dipelajari.

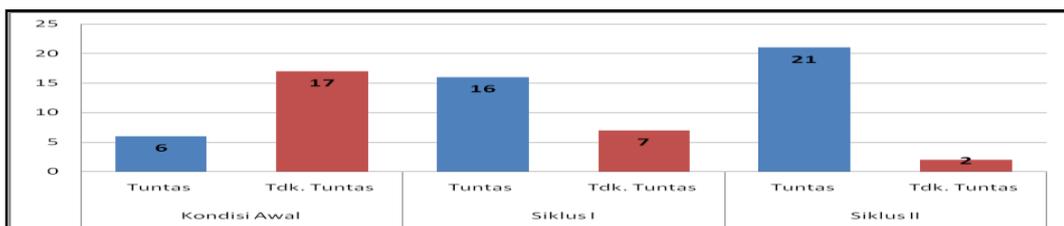
Berdasarkan hasil tindakan pada siklus II terjadi peningkatan hasil belajar yang cukup baik. Hal ini diindikasikan dari 23 orang siswa Kelas VII.5 sebanyak 21 siswa (91,30 %) yang tuntas sedangkan sisanya hanya 1 siswa (4,35 %) tidak tuntas. Nilai rata-rata



siswa pada siklus II ini juga mengalami peningkatan yaitu sebesar 79,13. Rekapitulasi perbandingan hasil dapat dilihat pada tabel dan grafik berikut;

Tabel 1. Rekapitulasi Ketuntasan Setiap Siklus

No	Keterangan	Kondisi Awal		Siklus I		Siklus II	
		Jlh	Prosentase	Jlh	Prosentase	Jlh	Prosentase
1	Siswa yang tuntas	6	26,09 %	16	69,57 %	21	91,30 %
2	Siswa yang tidak tuntas	17	73,91 %	7	30,43 %	2	8,70 %
3	Jumlah Siswa	23	100 %	23	100 %	23	100 %

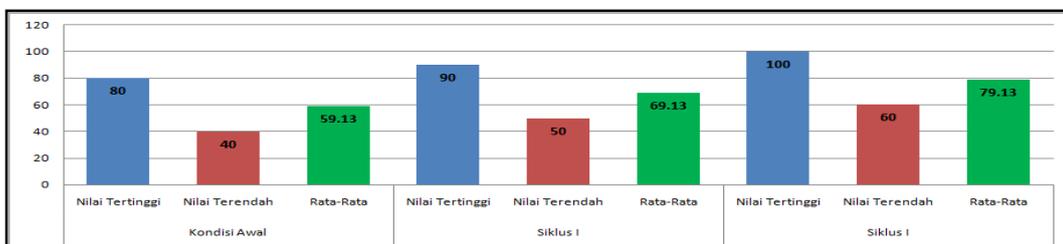


Grafik 1. Rekapitulasi Ketuntasan Setiap Siklus

Data perbandingan di atas menunjukkan pada kondisi awal siswa yang tuntas hanya 6 siswa (26,09 %), pada siklus I siswa yang tuntas meningkat menjadi 16 siswa (69,57 %) sedangkan pada siklus II kembali terjadi peningkatan yaitu sebanyak 21 siswa (91,30%). Selain ketuntasan belajar, nilai rata-rata juga meningkat pada setiap siklusnya seperti tertera pada tabel dan grafi berikut.

Tabel 2. Perbandingan Nilai Rata-Rata Setiap Siklus

No	Keterangan	Nilai		
		Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
1	Nilai Tertinggi	80	90	100
2	Nilai Terendah	40	50	60
3	Jumlah Nilai	1360	1590	1820
4	Nilai Rata-rata	59,13	69,13	79,13



Grafik 2. Perbandingan Nilai Rata-Rata Setiap Siklus

Data perbandingan di atas menunjukkan bahwa pada kondisi awal nilai rata-rata



59,13 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 40. Pada siklus I nilai rata-rata siswa sebesar 69,13 dengan nilai tertinggi sebesar 90 dan nilai terendah 50. Pada siklus II nilai rata-rata siswa meningkat menjadi 79,13 dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 60.

4. Kesimpulan

- a) Ketuntasan belajar setiap siklusnya terus meningkat. Pada kondisi awal dari 23 siswa Kelas VII.5 siswa yang tuntas hanya 6 siswa (26,09 %). Pada siklus I siswa yang tuntas meningkat menjadi 16 siswa (69,57 %). Sedangkan pada siklus II kembali meningkat menjadi 21 siswa (91,30 %).
- b) Nilai rata-rata juga mengalami peningkatan. Pada kondisi awal nilai rata-rata siswa hanya sebesar 59,13. Pada siklus I nilai rata-rata meningkat mencapai 69,13. Pada siklus II nilai rata-rata siswa kembali meningkat mencapai 79,13.

5. Saran

- a) Bagi para guru pendidikan jasmani diharapkan dapat mencoba penggunaan media audio visual pada materi gerak dasar *dribble* dalam bermain sepak bola
- b) Perlu juga kiranya dilakukan penelitian dengan menggunakan strategi yang lain dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar bermain bola voli agar dapat diketahui perbandingan hasilnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirullah. 2003. *Pedoman Mengajar Permainan Sepakbola*. Yogyakarta. IKIP.
- Amung. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar gerak*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Arsyad. A. 2013 *Media Pembelajaran. Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Rajawali pers
- Fauzi. 2010 *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Depdikbud. Jakarta.
- Fleck. T & Quinn. R. 2007. *Panduan Latihan Sepak Bola Handal*. Jakarta : PT. Sunda Kelapa Pustaka.
- Ismail. 2002. *Media Pembelajaran (Tipe-Tipe Pembelajaran)*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Lanjutan Pertama.
- Mahendra. A. 2003. *Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Direktorat Pendidikan Luar. Biasa.
- Sarumpaet. A. 2008. *Teknik Dasar Permainan Sepak Bola*. Jakarta: Dirjen Dikti Depdikbud.
- Sucipto. 2000. *Sepak Bola*. Depdikbud. Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sudrajat. A 2007. *Media Pembelajaran*. Jakarta PT. Bumi Aksara.
- Suktmari. 1985. *Sepak Bola*. Rajagrafindo Persada. Jakarta.
- Suwarno. KR. 2003. *Sepakbola: Gerak Dasar dan Teknik Dasar*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Witarsa. A. 2004. *Teknik Sepak Bola*. Jakarta: PSSI.
- Widiastuti, S. 2008. *Petunjuk Pelaksanaan, Tes Keterampilan Sepakbola Usia 10-12 Tahun*. Depdiknas. Jakarta

