

Penerapan *Small Side Games* Terhadap Hasil Belajar *Passing* dan Motivasi Siswi Mengikuti Pembelajaran Sepakbola

Vivi Foni Desi Novitasari*, Gatot Darmawan

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi , Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*vivinovitasari@mhs.unesa.co.id

Abstrak

Small Sided Games didesain dalam bentuk model pembelajaran dimana siswa dihadapkan pada situasi *Small Sided Games* dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK khususnya materi sepakbola. Dalam artian lain *Small Sided Games* merupakan penerapan materi dalam sepak bola yang disederhanakan. Penerapan *Small Sided Games* dalam materi sepak bola dapat memanfaatkan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah, seperti lapangan yang tidak harus sesuai dengan lapangan yang standar dan peraturan permainan juga dibuat menyesuaikan keadaan yang ada. Berbagai macam jenis permainan dalam *Small Sided Games* yang dapat diterapkan dalam materi sepak bola, sehingga dapat memberikan pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik agar peserta didik termotivasi dalam mengikuti pembelajaran sepakbola terlebih pada siswi yang cenderung takut dengan bola. Dari distribusi data *pretest* kelompok eksperimen dalam ranah pengetahuan memiliki rata-rata 38,33 meningkat menjadi 83,33, dalam ranah keterampilan 33,33 meningkat menjadi 76,23 dan motivasi 137,83 meningkat menjadi 143,66. Sedangkan untuk kelompok kontrol distribusi data *pretest* dalam ranah pengetahuan memiliki rata-rata 38,50 meningkat menjadi 40,00, dalam ranah keterampilan 20,68 meningkat menjadi 24,72 dan motivasi 128,40 meningkat menjadi 133,35. Berdasarkan uji hipotesis maka pada hasil belajar penerapan *Small Sided Games* dalam ranah pengetahuan memiliki nilai $\text{sig } 0,000 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_o ditolak. Membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara hasil belajar dan penerapan *Small Sided Games* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan penelitian. Pada Motivasi siswi memiliki nilai $\text{sig } 0,042 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_o ditolak. Membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara motivasi dan penerapan *Small Sided Games* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan penelitian. Dari hasil perhitungan diperoleh peningkatan penerapan *Small Sided Games* terhadap hasil belajar *passing* dalam ranah pengetahuan sebesar 117,4% dalam ranah keterampilan sebesar 128,7% dan dalam ranah motivasi sebesar 4,2%. berdasarkan hasil analisis pengujian data dapat disimpulkan bahwa penerapan *Small Sided Games* dalam kelompok eksperimen yang telah diberikan *treatment* memiliki peningkatan yang lebih signifikan dari pada kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment* dengan penerapan *Small Sided Games*.

Kata kunci: *Small Sided Games* , Sepakbola, *Passing*

Abstract

Small Sided Games can be applied in PJOK learning especially football material. In other words *Small Sided Games* are the application of material in simplified football. The application of *Small Sided Games* in football material can utilize the facilities and infrastructure owned by the school, such as the field that does not have to be in accordance with the original field and the rules of the game are also made to adjust the existing situation. Various types of games in *Small Sided Games* that can be applied in soccer material, so that it can provide fun learning for students so that students are motivated to take part in football learning, especially for students who tend to be afraid of the ball. *Passing* if applying *Small Sided Games* will provide more opportunities for students to come into contact with the ball so that they can improve their skills and knowledge. From the distribution of pretest data in the experimental group in the realm of knowledge had an average of 38.33 increasing to 83.33, in the realm of skills 33.33 increased to 76.23 and motivation 137.83 increased to 143.66. Whereas for the control group the distribution of pretest data in the realm of knowledge had an average of 38.50 increasing to 40.00, in the realm of skills 20.68 increased to 24.72 and motivation 128.40 increased to 133.35. To find out whether there is an effect of applying *Small Sided Games* to the results of learning *passing* and motivation to take part in football learning, *treatment* is given. Based on hypothesis testing, the learning outcomes of the implementation of *Small Sided Games* in the realm of knowledge have a sig value of $0,000 < 0,05$, then H_a is accepted and H_o is rejected. Proving that there was a significant effect between learning outcomes and the application of the *Small Sided Games* experimental group before and after the implementation of the research. In student motivation the sig value was $0.042 < 0.05$, then H_a accepted and H_o rejected. Proving that there was a significant influence between

motivation and application of the experimental Small Sided Games group before and after the implementation of the study. From the calculation results obtained an increase in the application of Small Sided Games to the results of learning passing in the realm of knowledge as much as, in the realm of skills as big as and in the realm of motivation. Based on the analysis of data testing, it can be concluded that the application of Small Sided Games in the experimental group that has been given treatment has a more significant increase than the control group that is not given treatment with the application of Small Sided Games.

Keywords: *Small Sided Games*, Football, Passing

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di Indonesia diharapkan mampu berkembang secara teori, sikap, pengetahuan dan keterampilan. Akan tetapi pada kenyataannya tidak semua sekolah memiliki sarana dan prasarana berstandar nasional pendidikan seperti sarana dan prasarana yang dimiliki oleh SMA Negeri 11 Surabaya, dimana SMA Negeri 11 Surabaya tidak memiliki lapangan sepakbola dan bola sepak untuk digunakan saat pembelajaran sepakbola.

Sepakbola adalah salah satu dari permainan bola besar yang cukup populer dan banyak digemari oleh masyarakat muda maupun tua bahkan tidak mengenal laki – laki ataupun perempuan.. “*Football is able to recreate the feeling of national belonging, which surpasses the deep-rooted rivalries and tensions*” (Rojo, 2014: 78). Akan tetapi pada SMA Negeri 11 Surabaya pembelajaran sepakbola diaplikasikan menggunakan pembelajaran futsal yang bola dan ukuran lapangan sudah tidak sama. Hal tersebut menjadikan pembelajaran sepakbola tidak tersampaikan dan pada dasarnya pembelajaran sepakbola harus disampaikan kepada peserta didik meskipun hanya dalam bentuk modifikasi.

Permainan sepakbola adalah permainan yang cara memainkannya dominan menggunakan kaki. *Shooting, dribbling, heading, passing* merupakan contoh teknik dasar dalam permainan sepakbola. *Passing* adalah gerakan mengoper atau mengumpan bola kepada kawan. *Passing* terbagi menjadi beberapa macam jenis *passing* yaitu *passing* menggunakan punggung kaki, *passing* menggunakan kaki bagian dalam dan *passing* menggunakan kaki bagian luar. Koordinasi *Passing* yang baik sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola untuk membantu tim mencetak gol di gawang lawan. *Passing* yang buruk dapat menghancurkan sebuah tim, tetapi umpan yang bagus membangun kepercayaan diri tim dan momentum. Sebagian besar kerja sama tim memiliki *passing* yang bagus. Komunikasi yang baik antara rekan tim dan mobilitas pemain membantu menyempurnakan *passing* (Russell et al., 2010).

Pembelajaran PJOK khususnya materi sepakbola mayoritas digemari oleh siswa laki-laki beda halnya dengan siswi yang lebih cenderung malas untuk

melakukan pembelajaran sepakbola. Pada zaman yang serba digital ini menjadikan peserta didik malas bergerak, tidak hanya itu kondisi lapangan panas, takut sakit saat menendang bola juga dijadikan alasan mengapa peserta didik malas bergerak khususnya untuk para siswi. Secara historis, siswa perempuan diposisikan sebagai 'masalah' dan sering disalahkan kurangnya keterlibatan mereka dalam komponen aktivitas fisik PE (Murphy et al., 2014: 241). Di lapangan siswi putri lebih memilih duduk di tempat yang teduh dan menyaksikan siswa putra bermain sepakbola.

Motivasi dari dalam diri maupun dari luar mendukung peserta didik dalam mengikuti pembelajaran sepakbola. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Asvio, et al. (2017:19) motivasi untuk belajar adalah proses yang memberi semangat belajar, arahan, dan ketekunan perilaku. Artinya, perilaku termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, fokus, dan abadi. Motivasi dapat dijadikan daya dukung yang kuat untuk mengikuti pembelajaran penjas dengan semangat.

Motivasi dalam diri yang diterapkan masing masing siswi berbeda, tidak hanya motivasi dari dalam diri akan tetapi motivasi dari luar seperti dukungan dari guru serta model pembelajaran yang menyenangkan dapat menjadikan peserta didik terpacu dan bersemangat mengikuti pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Program pelatihan selama beberapa minggu, termasuk SSG, telah melaporkan peningkatan dalam berbagai faktor yang terkait dengan kemenangan, termasuk kemahiran teknis, kesadaran taktis, kecepatan, kekuatan, dan kinerja ketahanan (Lacome, et al., 2018). Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan *Small Sided Games* terhadap hasil belajar *passing* dan motivasi siswi mengikuti pembelajaran sepakbola”.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan kuantitatif, dikatakan pendekatan kuantitatif didalam penelitian ini terdapat angka-angka atau data numerik yang diambil sebagai data untuk analisis. “Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat

untuk mengetahui hubungan sebab akibat di antara variabel” (Maksum, 2018: 79). Dalam penelitian ini hanya terdapat tiga ciri yaitu adanya perlakuan, ukuran keberhasilan dan mekanisme kontrol maka penelitian ini merupakan dalam jenis penelitian eksperimen percobaan.

Desain Penelitian Dalam sebuah penelitian sangat diperlukannya desain penelitian. “Desain dari penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian” (Nazir, 2014 : 70). Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah 4 (empat) kali pertemuan dengan durasi 3x45 menit tiap pertemuan. Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 11 Surabaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X SMA Negeri 11 Surabaya. Dimana kelas X terdapat 7 kelas di jurusan IPA dan 3 kelas di jurusan IPS. Pada penelitian ini menggunakan jenis *cluster random sampling*. “Pada desain ini subjek penelitian diambil dari populasi secara random, desain terdiri dari dua kelompok, dimana kelompok yang diberi perlakuan adalah salah satu kelompok yang disebut dengan kelompok eksperimen” (Mahardika, 2015: 202). Dengan cara mengumpulkan seluruh ketua kelas atau perwakilan kemudian memberikan undian yang terdapat kelas eksperimen dan kelas kontrol sebagai penentuan, adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu kelompok eksperimen kelas X IPS 2 dengan jumlah siswi sebanyak 18 siswa dan kelompok kontrol kelas X IPS 1 jumlah siswa sebanyak 20. Instrumen penelitian ini menggunakan 3 item tes yaitu:

1. Tes keterampilan
2. Tes pengetahuan
3. Angket Motivasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data akan disajikan berupa data yang telah diperoleh dari hasil penelitian tentang hasil belajar *passing* dan motivasi siswi mengikuti pembelajaran sepakbola.

Berikut adalah hasil dari analisis data yang mewakili semua nilai dalam penelitian ini :

Tabel 1. Uji Normalitas Distribusi Data Pretest dan Posttest Hasil Belajar dan Motivasi kelompok eksperimen dan kontrol

Variabel	Kelompok	Statistik	Sig	Simpulan
Pengetahuan	Eksperimen	0,260	0,002	Tidak Normal
	Kontrol	0,214	0,017	Tidak Normal
Keterampilan	Eksperimen	0,130	0,200	Normal
	Kontrol	0,163	0,170	Normal
Motivasi	Eksperimen	0,125	0,200	Normal

	Kontrol	0,148	0,200	Normal
--	---------	-------	-------	--------

Dari table tersebut dapat dijelaskan bahwa nilai (*Kolmogorov - Smirnov*) dan signifikan dari data *Pretest - Posttest* hasil belajar pengetahuan, keterampilan dan motivasi. Data berdistribusi tidak normal terdapat pada variabel pengetahuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol *pretest - posttest*. Sedangkan data yang berdistribusi normal yaitu pada variabel keterampilan pada kelompok eksperimen dan kontrol *pretest - posttest* serta pada variabel motivasi pada kelompok eksperimen dan kontrol pada *pretest - posttest*. Data dikatakan normal yaitu jika nilai *p value* > 0.05

Tabel 2. Uji Beda Distribusi Data Pretest dan Posttest kelompok Eksperimen

Variabel	Kelompok	Tes	Mean	Peningkatan	Z/T	Sig
Pengetahuan	Eksperimen	Pre Post	38,33 83,33	117,4%	Z - 3,794	0,000
	Kontrol	Pre Post	38,50 40,00	3,9%	Z - 0,537	0,592
Keterampilan	Eksperimen	Pre Post	33,33 76,24	128,7%	T 7,026	0,000
	Kontrol	Pre Post	20,69 24,72	20,8%	T 0,906	0,376
Motivasi	Eksperimen	Pre Post	137,83 143,67	4,2%	T 2,198	0,042
	Kontrol	Pre Post	128,40 133,35	3,8%	T 2,182	0,042

Dari tabel di atas data peningkatan variabel pengetahuan kelompok eksperimen sebesar 117,4%, dan pada kelompok kontrol 3,9%. Pada variabel keterampilan kelompok eksperimen sebesar 128,7% dan kelompok kontrol 20,8%. Pada variabel motivasi kelompok eksperimen sebesar 4,2% dan kelompok kontrol 3,8%.

PENUTUP Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab IV, maka dapat dikemukakan simpulan yaitu sebagai berikut :

1. Adanya pengaruh penerapan *Small Sided Games* terhadap hasil belajar *passing* kaki bagian dalam ranah pengetahuan dan ranah keterampilan bagi siswi mengikuti pembelajaran sepakbola. Dibuktikan dengan hasil sig 0,000 dengan taraf signifikansi sebesar 0,05, jadi nilai *p value* < 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan *Small Sided Games* terhadap hasil belajar *passing* dalam ranah pengetahuan dan ranah keterampilan. Pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah penelitian.
2. Besarnya pengaruh penerapan *Small Sided Games* terhadap hasil belajar *passing* kaki bagian dalam ranah pengetahuan dan ranah keterampilan bagi siswi kelompok eksperimen mengikuti pembelajaran sepakbola. Dibuktikan dengan peningkatan pada ranah pengetahuan sebesar 117,4 % dan keterampilan sebesar 128,7%. Sedangkan dalam kelompok kontrol dalam ranah pengetahuan memiliki peningkatan sebesar 3,9% dan dalam ranah keterampilan memiliki peningkatan sebesar 20,8%.
3. Adanya pengaruh penerapan *Small Sided Games* terhadap motivasi siswi mengikuti pembelajaran sepakbola. Dibuktikan dengan hasil sig 0,042 dengan taraf signifikansi sebesar 0,05, jadi nilai *p value* < 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan *Small Sided Games* terhadap motivasi siswi mengikuti pembelajaran sepakbola. Pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah penelitian.
4. Besarnya pengaruh penerapan *Small Sided Games* terhadap motivasi mengikuti pembelajaran sepakbola. Dibuktikan dengan peningkatan sebesar 4,2% pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah penelitian, sedangkan dalam kelompok kontrol memiliki peningkatan sebesar 3,8% sebelum dan sesudah penelitian.

Saran

Adapun saran-saran yang dapat dikemukakan sesuai hasil penelitian, pembahasan dan simpulan yang telah diuraikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi guru PJOK agar memberikan materi yang tepat dalam penyusunan RPP dan memberikan inovasi pembelajaran.
2. Bagi Peserta didik
 - a. Peserta didik khususnya siswi termotivasi dan bersemangat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
 - b. Peserta didik khususnya siswi dapat mengembangkan dan meningkatkan keterampilan *passing* sepakbola menggunakan model permainan *Small Sided Games*.
4. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dan informasi nyata tentang penerapan *Small Sided Games* terhadap hasil belajar *passing* sepakbola. Serta bagi peneliti yang akan

melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan sapat meneliti dengan jumlah dan populasi serta sampel yang berbeda

DAFTAR PUSTAKA

- Asvioa, Nova. 2016. *Noble International Journal of Social Sciences Research*. The Influence of Learning Motivation and Learning Environment on Undergraduate Students' Learning Achievement of Management of Islamic Education, Study Program of Iain Batusangkar. Vol. 2, No. 2. <https://napublisher.org/pdf/files/NIJSSR-218-16-31.pdf> (diakses pada 5 april 2018 20:05 WIB)
- Lacome, Mathieu, et al. 2018 *Small-Sided Games in Elite Soccer: Does One Size Fit All? Volume 13 (Online)* <https://journals.humankinetics.com/doi/0.1123/ijssp.2017-0214#abstract> (diakses pada 3 Juni 2018 19:47 WIB)
- Mahardika, I Made Sriundy. 2015. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press
- Maksum, Ali. 2018. *Metodologi penelitian dalam olahraga edisi kedua*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Murphy, Broke. 2014. *Issues in Educational Research*. Physical education and female participation: A case study of teachers' perspectives and strategies <http://www.iier.org.au/iier24/murphy.pdf> (diakses pada tanggal 4 April 2018 05:02 WIB)
- Nazir, Moh. 2014. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Rojo, Ekain. 2014. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*. Football as a Reflection of Modern Society's Conflicts and a Way of Creating Societal Ties in Enduring Enmity Context http://www.iscsjournal.com/Makaleler/821299060_4.sayi_ic-sayfalar_9rojo.pdf (diakses pada tanggal 30 Maret 2018 22:10 WIB)
- Burcak, Keskin. 2015. *Educational Research and Reviews*. The effects on soccer passing skills when warming up with two different sized soccer balls Vol. 10(22) <http://www.academicjournals.org/journal/ERR/article-full-text-pdf/033BF6756367> (diakses pada 30 maret 2018 23:25 WIB)