



MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN SEPAK BOLA KAKI DAN TANGAN DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN BAGI SISWA KELAS V DI SDN 01 BEJI

Andri Dwi Laksono ✉ **Cahyo Yuwono, Mohamad Annas**

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Januari 2013
Disetujui Februari 2013
Dipublikasikan Agustus
2013

Keywords:
game football hand and foot,
development, football

Abstrak

Metode pengembangan ini adalah penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan dari Borg & Gall yang telah dimodifikasi, yaitu: (1) melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka. (2) Mengembangkan bentuk produk awal (berupa peraturan permainan sepak bola kaki dan tangan). (3) Evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli Penjas dan ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis. (4) Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil (16 siswa). Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti. (5) Uji coba lapangan (34 siswa). (6) Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji coba lapangan. (7) Hasil akhir model pembelajaran sepak bolamelalui permainan sepak bola kaki dan tangan bagi siswa kelas V SD yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli (satu ahli Penjas dan satu ahli pembelajaran), uji kelompok kecil (16 siswa SD Negeri 1 Beji), dan uji coba lapangan (34 siswa kelas V SD Negeri 1 Beji). Data berupa hasil penilaian mengenai kualitas produk, saran untuk perbaikan produk, dan hasil pengisian kuesioner oleh siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase untuk mengungkap aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif siswa setelah menggunakan produk.

Abstract

Method of development it is referring to research development model of development of borg & amp: gall that has been modified, namely: (1) did research and collecting information, preliminary including observation kajian lapangan and library. (2) developed the product. (peraturan early form of football feet and hands). (3) evaluation experts by using one expert penjas and his learning, small group, and trial by using a questionnaire and consultation and evaluation and analyzed. (4) the first revision products based on the revision of expert evaluation and trial smaill group (16 students). Revision is used for product improvement terhadap early made by researchers. (5) the trial lapangan (34 students). (6) revision the final product conducted based on the trial of the field. (7) the final result kind of classroom soccer bolamelalui football feet and hands for students class v elementary produced through revision test lapangan.pengumpulan data conducted using a questionnaire obtained from expert evaluation (one skilled penjas and one skilled learning), test small group (16 students public elementary beji 1), and trial of the field (34siswa class v public elementary beji 1) .data form of the assessment about quality products, Advice to repair products, and results charging a questionnaire by siswa.teknik analysis of data used is descriptive percentage to uncover aspect psychomotor, cognitive, and and affective students after using products.

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: dwiandrilaksono@gmail.com

ISSN 2252-6773

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Salah satu permasalahan umum kurang berkembangnya proses pembelajaran penjasorkes di sekolah adalah, terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran yang tersedia di sekolah, baik terbatas secara kuantitas maupun kualitasnya, serta kurangnya antusias siswa putri ketika mendapatkan materi pembelajaran sepak bola. Karena memang pada dasarnya siswa putra dan putri memiliki karakteristik serta kondisi ketahanan yang berbeda, siswa putri cenderung takut dengan permainan sepak bola karena tendangan tendangan yang keras dari siswa putra, dengan permainan sepak bola yang dimodifikasi ini diharapkan siswa putri dapat bermain sepak bola dengan senang dan tanpa rasa takut.

Pengembangan pembelajaran penjasorkes merupakan salah satu upaya membantu penyelesaian permasalahan terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran penjasorkes di sekolah. Dari hasil pengamatan selama ini, pengembangan model pembelajaran penjasorkes yang dilakukan oleh para guru penjasorkes dapat membawa suasana pembelajaran yang inovatif, dengan terciptanya pembelajaran yang menyenangkan dan dapat memotivasi peserta didik untuk lebih berpeluang mengeksplorasi gerak secara luas dan bebas, sesuai tingkat kemampuan yang dimiliki. Walaupun pengembangan model pembelajaran yang ada masih terbatas dalam lingkup lingkungan fisik di dalam sekolah, dan belum dikembangkan pada pemanfaatan lingkungan fisik luar sekolah, yang sebenarnya memiliki potensi sebagai sumber belajar yang efektif dan efisien.

SD Negeri Beji 01 merupakan sekolah dasar yang terdapat di Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang. Untuk siswa kelas V dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes khususnya dalam materi pembelajaran sepak bola masih belum terlaksana dengan efektif, setiap kali pembelajaran materi sepak bola siswa bermain dengan tidak menggunakan peraturan dan cenderung tidak beraturan, apalagi siswa putri, untuk bermain Sepak Bola, untuk

mengikutinya saja mereka tidak ada kemauan. Halaman SD Negeri Beji 01 yang biasanya digunakan sebagai pembelajaran penjasorkes, tidak memungkinkan jika di bangun lapangan Sepak Bola, karena keterbatasan ruang lingkup sekolah.

Perumusan masalah

Dari latar belakang tersebut maka rumusan masalahnya "Bagaimana Pengembangan permainan Sepak Bola melalui permainan Sepak Bola kaki dan tangan dalam pendidikan jasmani dan kesehatan pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 01 Beji Ungaran Semarang tahun ajaran 2011/2012?."

KAJIAN PUSTAKA

Kerangka Berfikir

Dalam kurikulum tahun 2004 disebutkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan ketrampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan individu yang seimbang.

Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap gerak manusia.

Pengembangan permainan sepak bola merupakan salah satu upaya yang harus diwujudkan. Dengan model pembelajaran permainan sepak bola melalui permainan sepak bola kaki dan tangan diharapkan mampu

membuat anak lebih aktif bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan ketika mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani serta dapat memberikan teknik teknik dasar dalam gerak sepak bola.

METODE PENGEMBANGAN

Model Pengembangan

Penelitian dan Pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based devolepment*) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian, utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran. Menurut Brog dan Gall seperti yang dikutip Wasis D (2004 : 4) penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan pembelajaran. Selanjutnya disebut bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu : 1) pengembangan produk, dan 2) menguji keefektifan produk dalam pencapaian tujuan.

Subjek uji coba

Subjek coba pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan ahli pembelajaran.
- 2) Uji coba kelompok kecil yang terdiri dari 16 siswa kelas V SDN 1 Beji dipilih sampel secara random.
- 3) Uji coba lapangan yang terdiri dari 34 siswa kelas V SDN 1 Beji.

Teknik analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk presentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif.

Dalam pengolahan data, presentase diperoleh dengan rumus dari Muhamad Ali (1987:184) yaitu :

$$NP = \frac{n}{N} \times 100$$

NP = Nilai dalam %

n = Adalah nilai yang diperoleh

N = Jumlah seluruh nilai/jumlah seluruh data

HASIL PENGEMBANGAN

Analisis Kebutuhan

Untuk mengetahui permasalahan-permasalahan pembelajaran yang terjadi dilapangan terutama berkaitan dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, serta bentuk pemecahan dari permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan analisis kebutuhan. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menganalisis proses pembelajaran yang terjadi sesungguhnya di lapangan, melakukan observasi pembelajaran dan melakukan studi pustaka atau kajian literatur.

Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi permainan sepak bola di sekolah dasar, siswa diharapkan dapat mempraktikkan permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi. Pada dasarnya permainan sepak bola dalam pembelajaran penjasorkes jarang diberikan oleh guru karena keterbatasan peralatan dan lapangan. Dari masalah yang terjadi dari proses pembelajaran sepak bola, maka peneliti mengambil langkah kreatif dalam mengembangkan model pembelajaran permainan sepak bola dengan permainan sepak bola kaki dan tangan dan peralatan yang sesuai bagi siswa SD. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan nanti dapat meningkatkan kualitas pembelajaran permainan sepak bola, pembelajaran menjadi lebih menarik dan lebih memotivasi siswa untuk aktif terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang pada akhirnya hasil belajara yang dicapai siswa dapat optimal. Produk yang dihasilkan juga diharapkan dapat membantu guru penjas dalam memberikan pembelajaran permainan sepak bola lebih

bervariasi dengan menggunakan produk yang dihasilkan ini.

Draft Produk Awal

Permainan sepak bola kaki dan tangan merupakan sebuah permainan bola besar (bola kaki), seperti sepak bola yang dimainkan oleh 16 orang, yang terbagi menjadi 2 team. Permainan di mulai dari titik start yang berada di tengah lapangan (zona B). Pada setiap zona, permainan bola berbeda-beda. Pada zona A bola dimainkan dengan kaki (seperti sepak bola), sedangkan pada zona B bola dimainkan dengan tangan atau lempar tangkap (dengan teknik lemparan keatas dengan menggunakan kedua tangan) dan penggunaan teknik heading (menyundul bola). Disetiap zona pemain dibagi-bagi. Zona A untuk pemain putra, dan zona B untuk pemain putri. Targetnya adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan.

Permulaan permainan sepak bola kaki dan tangan ini dilakukan seperti sepak bola pada umumnya hanya saja bola tidak digunakan menggunakan kaki tetapi bola dimainkan dengan menggunakan tangan (bola tangan), permainan lempar tangkap bola ini hanya dilakukan di zona tertentu yakni di zona B yaitu pada daerah tengah lapangan. Bola di lambungkan ke atas untuk mengawali permainan yang kemudian pemain akan berebut untuk mendapatkan bola, pada zona B bola hanya boleh dimainkan dengan menggunakan tangan dengan cara saling lempar tangkap bola antar pemain, di dalam zona B pemain diwajibkan untuk menggunakan teknik lemparan dengan menggunakan kedua tangan, bagi pemain yang melanggar maka team lawan akan mendapatkan hadiah berupa tendangan pinalti, jarak tendangan pinalti kurang lebih sejauh 5m. Setelah bermain di zona B pemain masing-masing dari team akan berusaha membawa bola untuk dapat mencetak gol ke dalam gawang lawan sebanyak-banyaknya, memasuki zona A semua pemain harus menggunakan kaki dalam mengolah bola (bola sepak) untuk dapat menendang bola ke arah gawang lawan. Di dalam zona A pemain akan saling mengoper bola seperti layaknya

permainan sepak bola pada umumnya. Di dalam masing-masing zona pemain akan mendapatkan tempat sesuai dengan peraturan yang di buat yakni pemain putri akan berada pada zona B yaitu berada di bagian tengah lapangan, sedangkan untuk siswa putra akan menempati zona A yaitu di bagian mulut gawang, tetapi pada zona A akan di bagi sebagian pemain lawan dan sebagian kawan. diharapkan agar anak kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur, dan sportif. Serta diharapkan dalam diri anak akan tumbuh dan berkembang semangat persaingan, kerjasama, interaksi sosial dan pendidikan moral.

Analisis Hasil Data Evaluasi Ahli

Hasil analisis dari data evaluasi ahli Pembelajaran, didapat rata-rata persentase 92 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model pembelajaran sepak bola melalui permainan sepak bola kaki dan tangan ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas V SD Negeri 1 Beji Kota Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

Berdasarkan data pada lampiran 11 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 82 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pembelajaran sepak bola melalui permainan sepak bola kaki dan tangan ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 1 Beji Kota Ungaran Kabupaten Semarang.

Revisi Produk Setelah Uji Coba Skala Kecil

1. Revisi produk yang dilakukan oleh peneliti adalah mengenai tendangan langsung dari zona A yang tidak melewati zona B.
2. Revisi produk yang dilakukan oleh peneliti adalah membuat format aturan permainan yang cukup efektif sehingga di zona B siswa putri dapat aktif ikut serta memainkan bola, serta tidak membahayakan juga bagi siswi putri akibat tendangan langsung dari siswa putra.

Berikut adalah perbedaan sepak bola dengan permainan sepak bola kaki dan tangan

Perbedaan antara permainan sepak bola dan sepak bola kaki dan tangan

Sepak bola	Sepak bola dengan kaki dan tangan	Keterangan
Ukuran lapangan dengan panjang 91,8 m – 120 m, dan lebarnya antara 46,9 m - 91,8 m.	Ukuran lapangan dengan panjang 20m dan lebar 15 m .	Disesuaikan dengan luas lapangan dan jumlah pemain.
Dua tim yang masing-masing tim berjumlah 11 pemain dan salah seorang sebagai penjaga gawang.	Dua tim yang masing-masing berjumlah 8 pemain.	Jumlah pemain menyesuaikan luas lapangan.
Memakai dua gawang dan dijaga oleh seorang penjaga gawang.	Memakai dua gawang dan ukuran gawang yang di perkecil.	Gawang menyesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan siswa.
Mencetak gol dilakukan dengan menendang bola dari luar maupun dalam daerah gawang.	Mencetak gol dilakukan dengan menendang bola dari luar daerah gawang.	Mencetak gol dilakukan untuk mencetak angka sebanyak-banyaknya.
Lama permainan 2 X 45 menit.	Lama permainan 2 X 15 menit.	Diharapkan pemain lebih aktif dalam permainan.
Terdapat peraturan <i>off-side</i>	Tidak terdapat peraturan <i>off-side</i>	Pemain bebas berada di posisi manapun
Tackling dan benturan fisik diperbolehkan.	Tackling dan benturan fisik tidak diperbolehkan.	Karena bentuk lapangan tidak begitu luas maka akan rentan terjadinya cedera.
Bola yang digunakan adalah bola sepak yang terbuat dari karet.	Bola yang digunakan adalah bola sepak yang terbuat dari spon dan berukuran 4.	Pemakaian bola sepak ukuran 4 disesuaikan dengan karakteristik dan pertumbuhan siswa.

Peraturan permainan sepak bola kaki dan tangan

Berikut ini adalah peraturan-peraturan dalam permainan sepak bola kaki dan tangan. Peraturan dalam permainan sepak bola dengan kaki dan tangan terdiri dari beberapa hal antara lain:

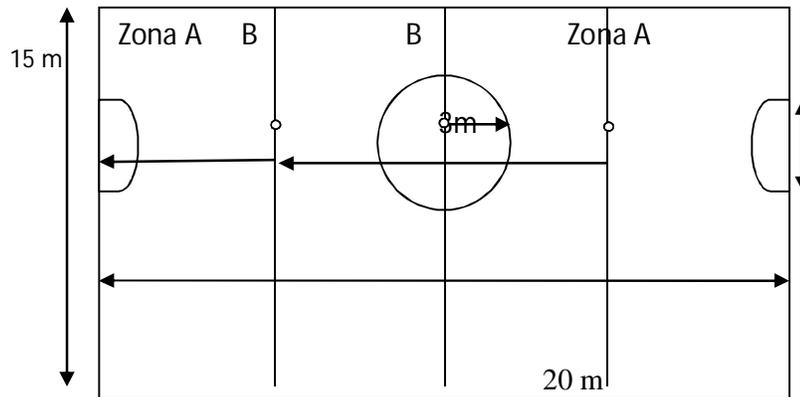
1. Lapangan
Panjang lapangan dalam sepak bola kaki dan tangan ini yaitu 20 meter dan lebar lapangan 15 meter. Jarak gawang ke titik penalty sejauh 5 meter, sedangkan lebar gawang 2 meter dan tinggi gawang 2,5 meter. Lapangan terbagi menjadi dua zona yaitu zona A 5 meter dan zona B 10 meter.

2. Bola

Bola yang digunakan adalah bola sepak yang terbuat dari spon berukuran 4 (bola yang lebih ringan dari ukuran yang sebenarnya)

3. Gawang

Dalam permainan sepak bola kaki dan tangan menggunakan 2 gawang dalam masing-masing team sebagai gawangnya yang diletakkan di tengah lapangan. Daerah gawang berdiameter 1,5 meter.



Gambar 1. Ukuran Lapangan Sepak Bola kaki dan tangan

4. Jumlah Pemain

Permainan sepak bola kaki dan tangan dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim beranggotakan 8 orang yang berperan sebagai pemain. Pemain dapat ditambah jumlahnya sesuai dengan luas lapangan yang akan di modifikasi.

5. Perlengkapan Pemain

Perlengkapan yang harus dikenakan pemain terdiri dari pakaian atau seragam olahraga, celana pendek, dan sepatu olahraga.

6. Lama Permainan dan bola Permulaan

Permainan berlangsung dua babak, masing-masing babak lamanya 15 menit. Untuk memulai permainan dimulai dengan lemparan ke atas di titik tengah untuk permulaan. Lemparan permulaan dilakukan dengan ketentuan semua pemain berada di daerah bagian lapangan masing-masing. Lemparan permulaan dilakukan dengan mengayunkan bola ke atas pertama (bola berada di atas titik lingkaran tengah lapangan) ke daerah lawannya. Jika terjadi gol, permainan harus dimulai kembali dengan tendangan permulaan.

7. Wasit

Permainan sepak bola kaki dan tangan dipimpin oleh seorang wasit. Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi jalannya

permainan. Wasit berada di dalam area lapangan permainan.

8. Cara Mecedak Gol

Dikatakan gol apabila bola telah masuk ke dalam gawang. Tim yang mecedak gol lebih banyak selama pertandingan dinyatakan sebagai pemenang. Cara mecedak gol dilakukan dengan cara menendang bola dari luar daerah gawang.

9. Tendangan Hukuman (*Penalty*)

Pemain yang melakukan pelanggaran di daerah mana saja, timnya Langsung diberikan hukuman tendangan penalti. Tendangan hukuman dilakukan dengan jarak 5 meter dari garis gawang. Bola harus diletakkan tepat di titik penalti.

10. Lemparan ke Dalam

Lemparan ke dalam dilakukan ketika seluruh bagian bola telah keluar melewati garis luar lapangan. Lemparan ke dalam dilakukan menggunakan dua tangan

11. Tendangan Sudut dan *Off-Side*

Dalam permainan sepak bola kaki dan tangan tidak ada tendangan sudut dan tidak ada *off-side*.

KAJIAN DAN SARAN

Kajian

Produk model pembelajaran sepak bola melalui permainan sepak bola kaki dan tangan sudah dapat digunakan bagi siswa SD N 1 Beji Kota Ungaran Timur Kabupaten Semarang. Hal itu berdasarkan hasil analisis data uji coba kelompok kecil didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 82 % dan hasil analisis data uji coba lapangan didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 84 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka produk model pembelajaran sepak bola melalui permainan sepak bola kaki dan tangan ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa SD Negeri 1 Beji Kota Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

Saran

- 1) Model pembelajaran sepak bola melalui permainan sepak bola kaki dan tangan ini dapat digunakan untuk pembelajaran sepak bola karena sesuai dengan karakteristik siswa.
- 2) Bagi guru Penjas di sekolah diharapkan dapat mengembangkan model-model pembelajaran sepak bola yang lebih menarik dan variatif untuk digunakan

dalam pembelajaran sepak bola di sekolah.

PUSTAKA

- Abdulkadir, A. 1992. *Asas Dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Darsono, M. 2001. *Belajar Pembelajaran Semarang*. IKIP Semarang Press
- Husdarto. 2000. *Belajar Dan Pembelajaran*. Bandung: Depdiknas.
- Lutan, R. 2000. *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas
- Lutan, R. 2001. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Ma'mun, A dan Saputra, Y. 2000. *Perkembangan gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdiknas.
- Setyosari, P. 2010. *Metode Penelitian dan Pengembangan*. Jakarta: Kencana.
- Suherman, A dan Bahagia, Y. 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta : Depdiknas
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepak bola*. Jakarta: Depdiknas.
- Tim Penyusun. 2009. *Panduan Penyusunan Skripsi*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.