



Peningkatan Hasil Belajar *Dribbling* Sepakbola Melalui *Small Side Games*

Sagita Kusuma¹, Gatot Darmawan¹, Mochamad Ridwan¹

¹Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Januari 2018

Disetujui Maret 2018

Dipublikasikan April 2018

Keywords:

Small Side Games, Sepak bola, Hasil Belajar

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada peningkatan hasil belajar *dribbling* sepakbola melalui *small side games*. Jenis penelitian ini menggunakan eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group *pretest-posttest design*. Sampel penelitian adalah kelas XI-3 yang berjumlah 33 siswa. Berdasarkan perhitungan SPSS Statistic 20 diperoleh nilai thitung > t tabel ($7.184 > 2,036$) dengan taraf signifikansi 5% atau 0,05, maka sesuai dasar pengambilan keputusan dalam uji *paired samples test*, maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_o ditolak, yang artinya ada peningkatan dari hasil tes setelah pemberian *treatment* dengan nilai persentase sebesar 31.56% pada siswa kelas XI-3 SMA Negeri 1 Bojonegoro.

Abstract

The purpose of this study was to determine the increase learning outcomes dribbling football through small side games. This research used quasi experiment with a quantitative approach. The research design used in this study is one group pretest-posttest design. The samples are class XI-3 totaling 33 students. Results of the analysis using SPSS version 20 can be seen of the calculated value (t-count) is greater than (t-table) with significance level of 5% or 0,05 the H_a accepted and H_o rejected. Whereas the significance of (t-count) is smaller (t-table) with a significance level of 5% or 0,05 the H_o is accepted and H_a rejected. From the results obtained by value (t-count) > (t-table) ($7.184 > 2,036$) with a significance level of 5% or 0,05, then the appropriate basis for a decision in paired samples test, it can be concluded H_a accepted and H_o rejected, which means there is the increase of test result after treatment with a percentage of 31.56% in students of class XI-3 senior high school 1 Bojonegoro.

*Alamat korespondensi : Universitas Negeri Surabaya, Indonesia
E-mail : mochamadridwan@unesa.ac.id

PENDAHULUAN

Dalam pendidikan jasmani, terdapat beberapa materi keterampilan gerak permainan yang harus dipelajari dan diberikan kepada peserta didik pada satuan pendidikan. Untuk jenjang pendidikan Sekolah Menengah Atas, menurut buku guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA/MA SMK/MAK kelas XI, pembelajaran analisis kategori keterampilan gerak permainan dibagi menjadi 12 kategori, dimana salah satu diantaranya adalah pembelajaran analisis kategori keterampilan gerak permainan bola besar.

Pembelajaran analisis kategori keterampilan gerak permainan bola besar meliputi bola voli, bola basket, dan sepakbola. Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola ke berbagai arah (Sukiyani, 2013). Sedangkan tujuan permainan sepakbola yaitu untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tim sendiri agar tidak kemasukan bola. Bagian badan yang tidak boleh digunakan untuk memainkan bola adalah tangan. Namun, hanya penjaga gawang yang boleh memainkan bola dengan tangan.

Materi sepakbola sangat penting keberadaannya dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Maka dari itu materi sepakbola perlu disampaikan oleh pendidik secara tepat. Kelancaran penyampaian materi ditunjang adanya sarana-prasarana yang mendukung, kemampuan siswa dalam menguasai teknik dasar, pemili-

han modifikasi pembelajaran yang sesuai dan hal-hal lain yang dirasa perlu untuk dipersiapkan sebelum pembelajaran. Dalam perkembangannya, pembelajaran pendidikan jasmani banyak mengalami perubahan. Seharusnya perkembangan tersebut dapat diikuti dengan pemahaman serta pengaplikasiannya, hal ini dapat diartikan bahwa seorang pendidik dituntut untuk memiliki pengetahuan serta pemahaman yang baik mengenai variasi pembelajaran. Dengan penerapan modifikasi pembelajaran yang bervariasi itulah maka akan terbentuk pembelajaran yang mampu membuat siswa aktif, inovatif, kreatif, efektif, juga menyenangkan sehingga tujuan pembelajaran pendidikan jasmani akan tercapai. Namun pada kenyataannya masih banyak pendidik yang belum mampu mengembangkan modifikasi pembelajaran menjadi lebih bervariasi.

Saat ini banyak model pembelajaran yang dapat digunakan setiap pendidik untuk kegiatan belajar mengajar. Model pembelajaran merupakan salah satu cara bagi guru untuk mengatur kegiatan belajar mengajar agar berjalan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Menurut Komalasari (2010) "model pembelajaran merupakan bentuk kegiatan yang menggambarkan aktivitas belajar mengajar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru." Menurut Almeida dkk (2012) dalam sepakbola bentuk permainan kegiatan (game sisi kecil/ ketentuan bermain dan fase permainan

pembelajaran) lebih relevan dengan perolehan keterampilan dan kemampuan jenis-jenis kegiatan yang melibatkan pelatihan fisik dan praktek keterampilan teknis. Daurte dalam Barnabe (2015) menambahkan bahwa penggunaan game sisi kecil dan bersyarat (SSG) adalah pendekatan umum dalam melatih pemain berdasarkan usia dan tingkatan kemampuan yang berbeda dalam olahraga tim seperti sepak bola. Lebih lanjut Frencken Barnabe (2015) menyebutkan bahwa tugas praktek pembelajaran populer ini menawarkan banyak keuntungan dalam memperoleh keterampilan yang relevan dan dapat memberikan adaptasi fisiologis dan taktis dalam permainan tim pemain yang mengarah ke kinerja pengembangan.

Permainan game sisi kecil di desain untuk mengatasi masalah klasik sehubungan dengan pergantian belajar dari praktek menjadi permainan game: salah satu hal yaitu untuk menguasai teknik pemisahan, cukup hal yang lain adalah untuk menerapkan keterampilan tepat dalam bermain game (Holt dalam Ronglan, 2015). Lebih lanjut Komarudin (2013), menambahkan bahwa fungsi bermain game sisi kecil, yaitu: (1) Karena peserta didik dapat menyentuh bola lebih sering dan menjadi lebih terampil (pengembangan teknis individu); (2) Karena dapat membuat sepakbola lebih banyak, kurang rumit keputusan selama permainan (pengembangan taktis); (3) Karena peserta didik dapat menjadi lebih efisien dalam fisik ruang bidang yang mereka bermain (ukuran lapangan dikurangi); (4) Karena untuk peser-

ta didik dapat memiliki waktu mengejar lebih individual dengan peserta didik kurang di lapangan dan kurang pada tim akan menjamin ini (perlu merasa layak dan perlu untuk merasa penting); (5) Karena peserta didik untuk memilih lebih, melibatkan waktu bermain dalam permainan (lebih banyak kesempatan untuk memecahkan masalah yang hanya menyajikan permainan); (6) Karena untuk memiliki lebih banyak kesempatan untuk bermain di kedua sisi bola (lebih banyak eksplor untuk menyerang dan membela situasi); (7) Karena untuk memiliki lebih banyak kesempatan untuk mencetak gol (kegembiraan murni).

Selain itu pula *Small side games* (SSG) memiliki beberapa kelemahan dan kelebihan. Menurut West Contra Costa Youth Soccer League (WCCYSL) dalam Wisesa (2013) kelemahan (SSG), yaitu: (1) pada saat pembelajaran kelebihan/kekurangan satu pemain, sehingga ada peserta didik yang tidak dapat bermain, (2) lebih tergantung dengan lawan bermain, (3) pembelajaran keterampilan individu kurang fokus terhadap satu orang cenderung bersifat global bukan personal. Sedangkan kelebihan dalam small side games: (1) banyak terkandung unsur teknik, taktik dan fisik dalam pembelajaran small side games, (2) dalam pembelajaran ini terdapat lawan bermain sehingga seperti permainan sesungguhnya, (3) pembelajaran bersifat menyenangkan, (4) mudah diawasi oleh pendidik karena pembelajaran berbentuk kotak-kotak kecil, (5) peserta didik dapat menyentuh bola lebih sering, (6) keterlibatan

peserta didik dalam permainan akan semakin dibutuhkan. “*Games provide a natural motivation, are part of good teaching strategies, and, fortunately, there are many that can be used to help build concepts.*” (Carrol, 2011).

Diantara latihan keterampilan sepak bola yang bertujuan sebagai pengembangan individu peserta didik salah satunya adalah dribbling. Dribbling penting karena dapat mengembangkan persepsi sensorik yang mengarah kepada peningkatan untuk mengendalikan bola, yang merupakan dasar untuk keterampilan terobosan individual (Nishimura dalam Taga dan Asai, 2012: 36). Dribbling merupakan salah satu teknik dasar yang tidak dapat dipisahkan dalam bermain sepak bola. Pada saat pertandingan sepak bola kita dapat melihat para pemain menunjukkan keahliannya dalam teknik dribbling untuk melewati hadangan dan ketatnya pertahanan lawan serta menyiapkan ruang agar mudah mengoper bola ke teman. Dalam proses pembelajaran apabila model pembelajaran yang digunakan guru sesuai dengan kondisi kelas dan cara penyampaian materi guru mudah dipahami siswa, maka siswa mampu menerima materi pembelajaran dengan baik sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat. “*Defines a learning outcome as ‘being something that students can do now that they could not do previously, a change in people as a result of a learning experience.*” (Maher, 2014).

Berdasarkan fakta yang terjadi, bahwa lapangan yang ada di SMA Negeri 1 Bojo-

negoro memiliki ukuran lapangan yang kecil, sedangkan materi harus tetap disampaikan sehingga perlu pembelajaran yang sesuai dengan keadaan tersebut, agar pembelajaran dapat berlangsung secara efektif dan efisien, baik dilihat dari proses pembelajaran, minat belajar peserta didik maupun prestasi yang dicapai oleh peserta didik.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian eksperimen dapat didefinisikan sebagai metode sistematis guna membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat (Noor, 2011). Didapatkan kelas sebagai sampel pada penelitian ini yaitu kelas XI-3. Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 33 siswa. Subjek sampel dalam penelitian ini adalah salah satu dari kelas XI SMA Negeri 1 Bojonegoro. Untuk menentukan kelas eksperimen maka penulis menggunakan teknik *cluster random sampling* Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-posttest Design*, yaitu penelitian yang terdapat tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan dan tes akhir (*posttest*) setelah diberikan perlakuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, untuk hasil rata-rata *pre-test*

sebesar 1,96 standar deviasi sebesar 0,556 dengan varian sebesar 0,310 serta nilai minimum sebesar 1,11 dan nilai maksimum sebesar 3,11. Sedangkan untuk *post-test* didapatkan nilai rata-rata sebesar 2,57 standar deviasi sebesar 0,392 dengan varian sebesar 0,154 serta nilai minimum sebesar 1. Berdasarkan hasil perhitungan dalam tabel di atas t-hitung sebesar 7.184 sedangkan nilai t-tabel sebesar 2.036. Dan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ maka sesuai dasar pengambilan keputusan dalam uji *paired samples test*, dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada peningkatan yang signifikan dari hasil *test* setelah pemberian *treatment* dan sebelum pemberian *treatment* penggunaan *small side games* terhadap hasil belajar *dribbling* sepakbola pada siswa kelas XI-3 SMA Negeri 1 Bojonegoro. Serta terdapat peningkatan pada *dribbling* sepakbola sebesar 31.56% setelah diberikan *small side games*

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat dikemukakan simpulan yaitu terdapat pengaruh yang signifikan peningkatan hasil belajar *dribbling* sepakbola melalui *small side games* pada siswa kelas XI di SMA Negeri Besarnya pengaruh untuk ketuntasan hasil belajar *dribbling* sepakbola melalui *small side games* sebesar 31.56%.

DAFTAR PUSTAKA

- Almeida, Carlos Humberto. dkk. 2012. Manipulating Task Constraints in Small-Sided Soccer Games: Performance Analysis and Practical Implications. *The Open Sports Sciences Journal*. Vol. 5: hal. 174. (online).
- Barnabe, Luis. dkk. 2015. Age-related Effects of Practice Experience on Collective Behaviours of Football Players in Small-Sided Games. *Journal of Human Movement Science*.
- Carrol, Marganet Kelly. 2011. Fun and Games in Higher Education. Volume 40 Nomor 1. Diambil dari: http://castle.eiu.edu/edjournal/Spring_2011/Fun_and_games.pdf.
- Komalasari. 2010. Pembelajaran Kontekstual. Bandung: PT Refika Aditama.
- Komarudin. 2013. Small-sided Games sebagai Sarana untuk Mengembangkan Kemampuan Pengambilan Keputusan dalam Permainan Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol. 9 (1): hal. 60-61. (online).
- Maphosa, Cosmas. dkk. 2014. Curriculum Development in South African Higher Education Institutions: Key Considerations. *Mediterranean Journal of Social Sciences*. Vol. 5 (7): hal. 357. (online).
- Noor, Juliansyah. 2011. Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah. Jakarta: Kencana.

- Sukiyani. 2013. Peningkatan Hasil Belajar Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola dengan Metode Demonstrasi. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 1 (3): hal. 510-511. (online).
- Sutrisno, Valiant Lukad Perdana & Peserta didiknto, Budi Tri. 2016. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Peserta didik. *Jurnal Pendidikan Vokasi*. Vol. 6 (1): hal. 114. (online).
- Taga, Ken & Asai, Takeshi. 2012. The Influence of Short- term Intensive Dribbling Training on Ball Skill. *Journal of Football Science*. Vol. 9: hal. 36. (online).
- Wisesa, Ditya Adi. 2013. Pengaruh Latihan Small Side Game 4 v 4 dan 6 v 6 Terhadap Peningkatan Aerobik Tim Sepakbola UKM UNY. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. (Online).