

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGGIRING
BOLA DENGAN MEDIA *CONE* MELALUI VARIASI
BERMAIN PADA SISWA KELAS VIII
MTsN MODEL KOTA PALOPO**

Aditya

Program Studi Penjaskes, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Palopo
e-mail : Adityaa.adit17@gmail.com

Abstrak

Berdasarkan Hasil Observasi di MTsN Model Kota Palopo rata-rata hasil belajar Penjas materi sepak bola masih dibawah KKM. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain. Metode Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Prosedur penelitian berbentuk siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahap meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Teknik Pengumpulan data melalui observasi dan tes.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain dapat meningkatkan kemampuan menggiring peserta didik dalam mata pelajaran Penjas. Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang berada pada kategori tuntas mengalami peningkatan sebanyak 14 siswa atau 41,17 % pada siklus I, pada siklus II mengalami ketuntasan 100%. Penelitian ini menunjukkan peningkatan ketuntasan kelas secara klasikal pada siklus II sebanyak 100% dan mencapai ketuntasan secara individu dengan nilai peserta didik berada pada kategori sangat baik, baik dan cukup.

Kata Kunci: Menggiring, media *cone*, variasi bermain, MTsN Model Kota Palopo

Abstract

Based on the results of observations at MTsN Model City of Palopo, the average learning outcomes of Physical Education learning material are still below the KKM. This study aims to improve the ability to dribble with cone media through variations in play. This research method uses classroom action research methods. The research procedure is in the form of a cycle. Each cycle consists of four stages including planning, acting, observing and reflecting. Data collection techniques through observation and tests. This data collection uses instruments in the form of observation sheets, observations of students and the performance of educators in the learning process, while to find out the average learning outcomes of students use observation sheets / tests. The results showed that efforts to improve the ability to dribble with cone media through variations in play could increase the ability to lead students in Physical Education subjects. From the average value of the pre-cycle herding ability score of 71.9% (skills), 73.23% (affective), the first cycle of 72.79% (skills), 70.73 % (affective), cycle II of 79.70% (skills), 80.58 (affective).

Keywords: herding, media cone, play variation, MTsN Palopo City Model

PENDAHULUAN

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang menuntut keterampilan yang tinggi dalam permainannya. Sepakbola merupakan olahraga kelompok atau tim yang terdiri dari sebelas pemain di tiap tim yang bertujuan memasukkan bola kedalam gawang lawan, dan berusaha menjaga gawang agar tidak kemasukkan oleh lawan. Sebagai salah satu cabang olahraga yang terpopuler di dunia sampai saat ini

permainan sepakbola telah banyak mengalami perubahan, dari permainan primitif dan sederhana sampai permainan sepakbola modern seperti sekarang ini.

Dalam olahraga sepakbola kemampuan teknik dasar sangatlah dibutuhkan untuk mencapai prestasi yang optimal, karena untuk menjadi seorang atlet sepakbola harus memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola.

Dalam permainan sepakbola jika kita amati secara seksama, maka yang paling sering dilakukan adalah teknik menggiring bola. Menggiring bola merupakan gerakan lari sambil membawa bola dengan kaki, dimana bola didorong dengan bagian kaki terus bergulir diatas tanah. Menggiring dalam permainan sepakbola merupakan hal yang menentukan karena dengan menggiring bola, sebuah tim dapat menguasai permainan dan untuk kemudian mencapai hasil akhir yaitu sebuah gol. Melalui media *cone* pembelajaran ini, peneliti akan mengembangkan teknik dasar permainan sepakbola yaitu menggiring. Karena pada permainan menggunakan *cone* bisa meningkatkan kualitas teknik menggiring pada permainan sepakbola. Salah satu upaya yang dilakukan peneliti adalah dengan menerapkan variasi pembelajaran dengan menggunakan media *cone* dalam materi menggiring bola pada permainan sepakbola. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Upaya Meningkatkan

Kemampuan Menggiring Bola Dengan Media *Cone* Melalui Variasi Bermain Pada Siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo “.

Rumusan Masalah

Berdasarkan hal tersebut adapun rumusan masalah, sebagai berikut :

1. Bagaimana upaya meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain pada siswa kelas VIII MTSN Model Kota Palopo ?
2. Apakah dengan media *cone* melalui variasi bermain mampu meningkatkan kemampuan menggiring bola ?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan hal tersebut adapun tujuan penulisan, sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui bagaimana upaya meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain pada siswa kelas VIII MTSN Model Kota Palopo.
2. Untuk mengetahui apakah dengan media *cone* melalui variasi bermain mampu meningkatkan kemampuan menggiring bola.

TINJAUAN PUSTAKA

Menggiring Bola

Mahmet Awang (2017) mengatakan menggiring bola adalah salah satu teknik dasar permainan sepakbola yang memiliki unsur seni dan daya tarik tersendiri, jika dibandingkan dengan teknik dasar lainnya. Menurut Justinus Lhaksana (2011) menggiring bola (*dribbling*) merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Sedangkan Zalfendi (2010) menyatakan bahwa menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu tempat ketempat lain pada saat permainan berlangsung.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari satu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung.

Teknik Dasar Menggiring Bola

Teknik menggiring bola merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain

sepakbola. Menggiring bola merupakan kemampuan yang dimiliki oleh setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol.

Jenis-Jenis Menggiring Bola

Berdasarkan situasinya, menggiring bola dibedakan menjadi dua jenis, yaitu:

1. *Closed dribbling*, yaitu teknik menggiring bola yang dilakukan dengan mengontrol penuh bola ketika bola sedang tidak benar-benar aman dari pemain lawan. Dalam teknik ini, bola tidak bisa ada lebih dari 1 meter di depan kaki kita.
2. *Speed dribbling*, yaitu teknik menggiring bola yang dilakukan dengan menendang bola ke depan, lalu kita mengejarnya dengan berlari secepatnya. Kalau kamu mau membawa bola dengan cepat ke daerah yang kosong atau tidak ada lawan, lakukanlah *speed dribbling*, yaitu dengan menendang bola lalu mengejarnya.

Prinsip- Prinsip Menggiring Bola

Prinsip-prinsip yang harus diketahui

pemain saat melakukan *dribbling* menurut Koger (2010) yaitu:

(a) Ketika menggiring bola, usahakan agar bola terus berada di dekat kaki anda. Jangan menendang terlalu keras, sebab bola akan bergulir terlalu jauh, (b) Giringlah bola dengan kepala tetap tegak. Jangan memusatkan perhatian pada bola dan kaki anda, (c) Jika anda bergerak ke arah musuh, perhatikanlah pinggang dan kaki mereka, (d) Gunakan beberapa gerak tipu untuk mengecoh lawan, misal tubuh anda condong ke kanan tetapi dengan mendadak berbelok ke kiri, (e) Variasikan kecepatan lari anda dengan mengubah-ubah kecepatan dan berbelok secara mendadak, musuh yang mengejar atau menghadang anda akan terkecoh dan kehilangan keseimbangan, (f) Giringlah bola menjauhi musuh anda, paksa mereka mengejar anda. Usahakan bergerak ke ruang terbuka di lapangan.

Kegunaan Menggiring Bola

Kegunaan teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola, sangat penting untuk saat-saat memperoleh situasi yang sulit. Menurut Gifford,

yang dikutip Sunarta (2010), menggiring bola berguna antara lain untuk:

- 1) melewati lawan.
- 2) mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada kawan dengan cepat.
- 3) mempertahankan bola tetap pada kekuasaan sendiri.
- 4) menyelamatkan bola, bila tidak ada kesempatan untuk segera melemparkan kepada kawan.

Variasi Bermain

J.J. Hasibuan, & Nodjiono (2011) mengemukakan bahwa : “Variasi dapat diartikan sebagai perbuatan guru dalam konteks belajar mengajar yang bertujuan mengatasi kebosanan siswa sehingga dalam proses belajarnya siswa senantiasa menunjukkan ketekunan, keantusiasan serta berperan secara aktif “. Pelaksanaan variasi bermain merupakan salah satu alternatif atau solusi dalam menciptakan suasana belajar yang lebih efektif, dan modifikasi pendekatan bermain merupakan implementasi yang sangat berintegrasi dengan aspek pendidikan lainnya. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan

bahwa variasi bermain merupakan bentuk pembelajaran yang mengaplikasikan teknik ke dalam suatu permainan atau latihan teknik suatu cabang olahraga yang dibentuk dalam model-model permainan.

Manfaat Variasi Bermain

Bermain dapat memberikan manfaat yang besar terhadap aspek perkembangan siswa. Selain itu bermain juga dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga bagi siswa. Pengalaman itu bisa berupa membina hubungan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan. Oleh karena itu, diharapkan guru dapat memanfaatkan kegiatan bermain untuk mengembangkan bermacam-macam aspek perkembangan siswa tersebut.

Variasi Bermain Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Menggiring Bola Menggunakan Media *Cone*

Media pembelajaran adalah sesuatu yang dipakai untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, motivasi dan perhatian siswa sehingga terjadi proses pembelajaran. Pemakaian

media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan belajar bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa. Upaya untuk meningkatkan keterampilan dalam permainan sepak bola dengan cara menggiring adalah dengan menggunakan media *Cone*.

Cone adalah media yang dirancang untuk pembatas dalam melakukan gerakan teknik menggiring. *Cone* alat yang berbentuk kerucut untuk melatih kelincahan, biasa digunakan pelatih memberikan berbagai variasi program latihan untuk kelincahan dan berbagai model latihannya. Oleh karena itu dengan menambahkan kerucut atau cone memungkinkan untuk kombinasi yang berbeda dari gerakan dan meningkatkan kompleksitas latihan, Sukadiyanto dan Muluk, D. (2011).

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Metode yang digunakan yaitu metode tindakan (*action research*).

Jenis dan Sumber Data

Data yang didapatkan dalam penelitian ini adalah berupa skor kemampuan siswa dan hasil observasi yang telah dikelompokkan berdasarkan aspek-aspek yang diobservasi. Sumber data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dari penelitian tindakan kelas PTK ini adalah metode observasi, tes, dan wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian.

Tabel 4.1 Hasil pengamatan data awal meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain pada siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	92-100	Sangat Baik	0	0,0%
2	82-91	Baik	2	5,88%
3	75-81	Cukup	12	35,29%
4	<75	Kurang	20	58,82%
		Jumlah	34	100%

Berdasarkan tabel 4.1 hasil observasi awal diatas sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa tidak ada siswa dalam kategori baik sekali, 2 siswa yang termasuk dalam kategori baik, 12 siswa dalam kategori cukup, dan 20

Data Awal Meningkatkan Kemampuan Menggiring Bola Dengan Media *Cone* Melalui Variasi Bermain Pada Siswa Kelas VIII MTsN Model Kota Palopo

Kondisi awal untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media *cone* melalui variasi bermain pada siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo sebelum diberikan tindakan melalui variasi permainan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

siswa dalam kategori kurang, dan berdasarkan kriteria ketuntasan minimal yaitu yang ditetapkan pada MTsN Model Kota Palopo yaitu (75%).

Hasil Siklus I

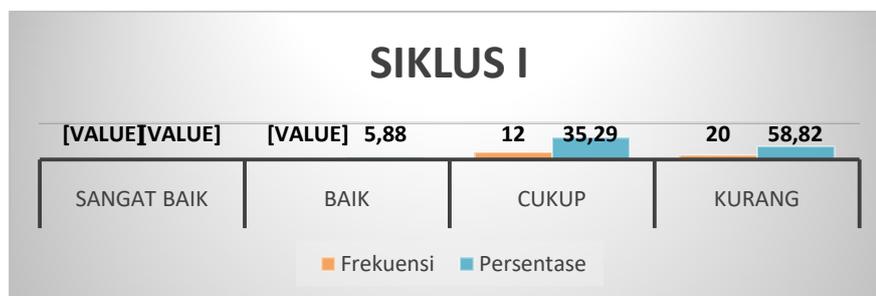
Tabel 4.2 Hasil meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media cone melalui variasi bermain siklus I pada siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	92-100	Sangat Baik	0	0,0%
2	82-91	Baik	2	5,88%
3	75-81	Cukup	12	35,29
4	<75	Kurang	20	58,82%
		Jumlah	34	100%

Sumber Data Siklus I

Berdasarkan tabel 4.2 tampak dari 34 subjek penelitian, tidak terdapat siswa yang memiliki kemampuan kategori sangat baik, 2 siswa yang memiliki kemampuan kategori baik, 12 siswa yang memiliki kemampuan kategori cukup dan 20 siswa kategori kurang. Jadi

hasil kemampuan menggiring bola dengan media cone melalui variasi bermain siklus I pada siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus I berikut



Gambar 4.2 Diagram batang skor nilai persentase pada siklus I

Tabel 4.3 Deskripsi ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	20	35,29 %
75 – 100	Tuntas	14	41,17%
Jumlah		34	100%

Sumber : Analisis Data meningkatkan kemampuan Siswa Siklus I

Pada pelaksanaan siklus 1 belum menunjukkan adanya hasil yang didapatkan dari penerapan media cone pada permainan sepakbola. Peserta didik belum mampu meningkat atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang diterapkan. Suasana kelas belum kondusif sehingga pendidik harus sering mengkondisikan kelas pada saat di dalam maupun diluar kelas (di lapangan) agar lebih tenang. Sebagian peserta didik masih mementingkan diri sendiri dari pada kerja kelompok.

Hasil Siklus II

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II adalah penyajian materi menggiring bola melalui variasi bermain menggunakan media cone sebanyak 2 kali pertemuan dan untuk kegiatan tes dilakukan pada pertemuan kedua atau pengambilan nilai aspek psikomotor. Berdasarkan kemampuan menggiring bolamelalui variasi bermain menggunakan media cone siswa dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.4.

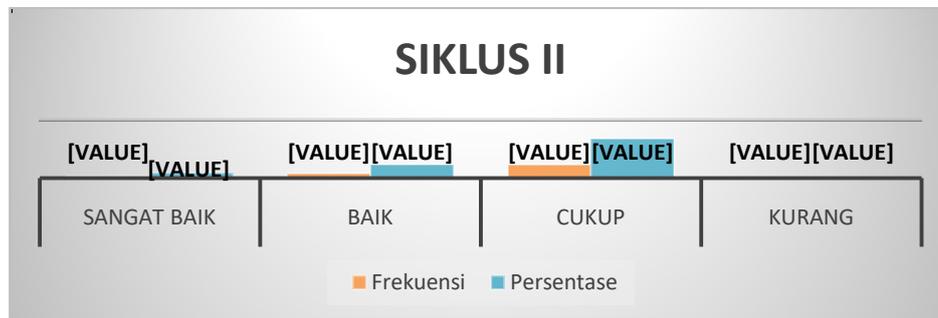
Tabel 4.4 Hasil meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan media conemelalui variasi bermain siswa kelas VIII Pada Siklus II

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	92-100	Sangat Baik	3	8,82 %
2	82-91	Baik	8	23,52 %
3	75-81	Cukup	23	67,64%
4	<75	Kurang	0	0%
Jumlah			34	100%

Berdasarkan tabel 4.4 tampak dari 34 subjek penelitian, terdapat 3 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori sangat baik, 8 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori baik, 23siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori cukup,

tidak terdapat siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori kurang. Jadi hasil kemampuan menggiring bolamelalui variasi bermain menggunakan media conesiswa VIII MTsN Model Kota Palopoda siklus II dapat dilihat pada diagram

batang skor nilai persentase pada siklus II berikut ini :



Gambar 4.3 Diagram batang skor nilai persentase pada siklus II

Pada pelaksanaan siklus II sudah menunjukkan peningkatan yang signifikan dari metode menggiring bola dengan media cone melalui variasi bermain pada materi sepak bola. Peserta didik sudah mampu

mengikuti atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang diterapkan. Berdasarkan hasil kemampuan pada siklus kedua, maka persentase ketuntasan hasil siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.5 Deskripsi ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	0	0%
75 – 100	Tuntas	34	100%
Jumlah		34	100%

Sumber : Data Siswa Siklus II

Berdasarkan tabel dan diagram batang diatas, tampak bahwa dari 34 subjek penelitian terdapat 34 siswa dengan persentase 100% sudah dalam kategori tuntas dan 0 siswa dengan persentase 0% dalam kategori tidak tuntas pada siklus II.

Analisis Data Akhir

Setelah dilakukan pembelajaran menggiring bola menggunakan kaki bagian luar dengan media cone pada siklus I, mulai menunjukkan kemajuan atau peningkatan hasil belajar pada materi pokok sepakbola meskipun belum sesuai harapan. Hal ini disebabkan baik pendidik dan peserta didik belum terbiasa dengan

menggunakan media cone. Sebagian besar peserta didik masih mementingkan diri sendiri dibandingkan kerja sama dalam kelompok dan cenderung pasif dalam melakukan pembelajaran.

Pada pelaksanaan siklus II, peserta didik dan pendidik sudah mulai terbiasa dengan media cone sebagian peserta didik mulai menunjukkan sikap kerja samanya dalam kelompok dan aktif dalam keterlibatan dalam ketertiban proses belajar mengajar. Setelah tiga tahap yang dimulai dari

perencanaan, siklus I, dan siklus II selesai dilaksanakan, maka diperoleh data sebagai berikut:

Peningkatan hasil belajar siswa pada siklus I mencapai rata – rata sedangkan pada siklus II meningkat. Untuk lebih jelasnya mengenai kemampuan menggiring bola dengan media cone melalui variasi bermain pada siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo pada siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.6 Deskripsi ketuntasan belajar siswa siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo siklus I dan II

No	Nilai	Siklus I			Siklus II	
		Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 75,00	Tidak Tuntas	20	35,29 %	0	0 %
2	>75,00	Tuntas	14	41,17 %	34	100 %
Jumlah			34	100	34	100

Sumber : Data Siswa Siklus I dan II

Untuk lebih jelasnya perbandingan distribusi frekuensi dan kategori ketuntasan belajar menggiring bola melalui variasi bermain menggunakan media cone pada siswa kelas VIII MTsN Model

Kota Palopo pada siklus I dan II dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diterapkan menggiring bola dengan media cone melalui variasi bermain, untuk kategori tuntas sebesar

41,17 % pada siklus I, kemudian meningkat menjadi 100% pada siklus II.

- b. Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diterapkan dengan media cone melalui variasi bermain, untuk kategori tidak tuntas 35,29 % pada siklus I, kemudian untuk kategori tidak tuntas 0% pada siklus II.

Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang berada pada kategori tuntas mengalami peningkatan sebanyak 14 siswa atau 41,17 % pada siklus I, proses ketuntasan terjadi dalam dua kali pertemuan proses belajar dengan materi yang sama ditambah dengan media cone melalui variasi bermain, begitu juga pada siklus II mengalami ketuntasan 100% dengan pelaksanaan proses penelitian yang hampir sama dengan siklus I. Penelitian ini menunjukkan peningkatan ketuntasan kelas secara klasikal pada siklus II sebanyak 100% dan mencapai ketuntasan secara individu dengan nilai peserta didik berada pada kategori sangat baik, baik dan cukup.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan tentang hasil belajar menggiring bola melalui variasi bermain menggunakan media cone meningkat dan sudah mencapai indikator penilaian, dengan standar KKM 75 dan nilai ketuntasan seluruh siswa 100% pada siklus II, sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan ke siklus berikutnya.

PENUTUP

Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas pada siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi dan hasil siklus. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa melalui variasi bermain menggunakan media cone dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo.

Dalam hal ini sesuai hasil analisis data yang menunjukkan bahwa ada peningkatan yang signifikan hasil kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli

siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo, dimana pada siklus I persentase kelulusan siswa kelas VIII MTsN Model Kota Palopo sebesar 64,70 % dan meningkat pada siklus II dengan persentase kelulusan sebesar 100%.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan melalui media cone pada materi sepak bola dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas VIII MTsN Model Kota Palopo

DAFTAR RUJUKAN

- Awang Roni Effendi dkk, 2017.
“Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik”. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, Volume: 6, Edisi: 1: 54-64.
- Hasibuan, J.J dan Nodjiono. (2011).
Proses Belajar Mengajar. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Justinus Lhaksana. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*.

Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group).

Koger, Robert. 2010. *Latihan Dasar Andar Sepakbola Remaja*. Indonesia: Saka Mitra Kompetensi

Sukadiyanto dan Muluk, D. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung

Soekatamsi. 2010. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Surakarta: Tiga Serangkai.

Zalfendi. 2010. *Analisis Kurikulum Dalam Pembelajaran Penjasorkes*. Padang

