

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENENDANG BOLA  
DENGAN KAKI BAGIAN DALAM PADA PERMAINAN SEPAK BOLA  
MENGUNAKAN BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 3  
TANJUNG LAGO KABUPATEN BANYUASIN**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**MUHAYAT**

**Nomor Induk Mahasiswa : 06097206010**

**Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
PALEMBANG  
2012**



**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENENDANG BOLA  
DENGAN KAKI BAGIAN DALAM PADA PERMAINAN SEPAK BOLA  
MENGUNAKAN BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 3  
TANJUNG LAGO KABUPATEN BANYUASIN**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**MUHAYAT**

**Nomor Induk Mahasiswa : 06097206010**

**Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

S.  
Jg. 334.07  
Muh  
U  
2012.



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
PALEMBANG  
2012**

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENENDANG BOLA  
DENGAN KAKI BAGIAN DALAM PADA PERMAINAN SEPAK BOLA  
MENGUNAKAN BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 3  
TANJUNG LAGO KABUPATEN BANYUASIN**

**Skripsi Oleh :**

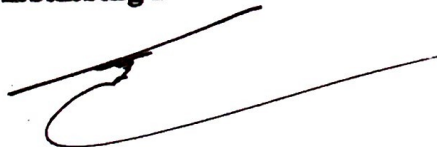
**MUHAYAT**

**Nomor Induk Mahasiswa : 06097206010**

**Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Disetujui  
Sebagai Skripsi Program Strata I**

**Pembimbing I**



**Drs. Djumadin Syafril, M.Pd  
NIP.195104211977101001**

**Pembimbing II**



**Drs. Muhaimin  
NIP.194712251975031001**

**Disahkan  
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang**



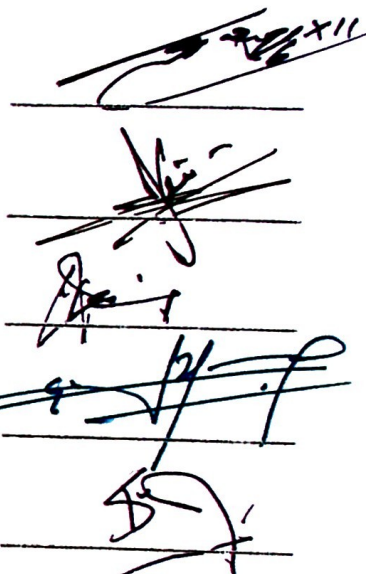
**Dr. H. Sukirno  
NIP.195508101983031005**

Telah diujikan dan lulus pada :


Hari : Sabtu  
Tanggal : 9 Juni 2012

**TIM PENGUJI**

1. Ketua : Drs. Djumadin Syafril. M.Pd
2. Sekretaris : Drs. Muhaimin
3. Anggota : Drs. Waluyo, MP.d
4. Anggota : Drs. Syamsuramel, M.Kes
5. Anggota : Drs. Syfarudin, M.Kes



Palembang. 30-6-2012  
Disetujui oleh  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



Drs. Waluyo, M.Pd  
NIP. 19560124 198403 1 001



## **Kupersembahkan kepada :**

- ❖ Ayah dan Ibu yang tercinta yang tak bosan memberikan nasehat, semangat, dan doa
- ❖ Istriku dan anakku yang tercinta yang merupakan sumber spirit dan inspirasiku.
- ❖ Kakak-kakakku serta Adik-adikku yang tercinta yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun spirituil
- ❖ Almamater yang kubanggakan

## *Motto*

- ❖ *Selesaikanlah pekerjaan hari ini janganlah menundah hari esok*
- ❖ *Satu untuk semua semua untuk satu*

## UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu sayarat memperoleh gelar serjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A Rektor UNSRI, Prof. Drs. Tatang Suhery, M.A., Ph.D, Dekan FKIP UNSRI, dan Drs. Waluyo, M.Pd Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Drs.Djumadin Syafril, M.Pd, dan Drs. Muhaimin sebagai pembimbing yang memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Drs. Waluyo, M.Pd, Drs. Syamsuramel, M.Kes dan Drs. Syafarudin, M.Kes sebagai anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Muhayat, A.Ma.Pd Kepala SD Negeri 3 Tanjung Lago, yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 3 Tanjung Lago.

Tanjung Lago, 2012

Muhayat



## UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar serjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A Rektor UNSRI, Prof. Drs. Tatang Suhery, M.A., Ph.D, Dekan FKIP UNSRI, dan Drs. Waluyo, M.Pd Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

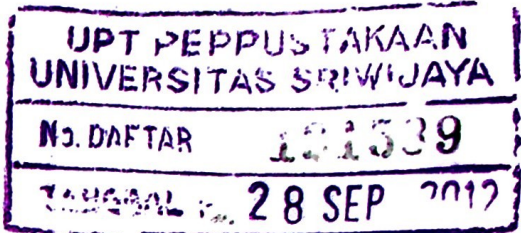
Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Drs.Djumadin Syafril, M.Pd, dan Drs. Muhaimin sebagai pembimbing yang memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Drs. Waluyo, M.Pd, Drs. Syamsuramel, M.Kes dan Drs. Syafarudin, M.Kes sebagai anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Muhammad Zudairi Kepala SD Negeri 3 Tanjung Lago, yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 3 Tanjung Lago.

Tanjung Lago, 2012

Muhyat



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI .....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
ABSTRAK .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	3
1.3 Pembatasan Masalah .....	4
1.4 Rumusan Masalah .....	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	4
1.5Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1.1 Hakekat pembelajaran pendidikan jasmani .....	6
2.1.2 Hakekat belajar mengajar.....	7
2.1.3 Pengertian pembelajaran .....	7
2.1.4 Hakekat modifikasi .....	8
2.1.4 Pengertian modifikasi alat pembelajaran .....	8
2.2 Sepak bola .....	9
2.2.1 Pengertian menendang bola.....	9
2.3 Kerangka berpikir.....	10



### BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Subjek penelitian .....	11
3.2 Jenis penelitian .....	11
3.3 Rencana penelitian .....	11
3.4 Prosedur penelitian .....	11
3.5 Tempat dan pelaksanaan penelitian .....	12
3.6 Instrumen .....	12
3.7 Teknik analisa data .....	13
3.8 Pelaksanaan tindakan .....	14

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1.1 Gambaran lokasi penelitian .....	17
4.1.2 Data awal .....	17
4.1.3 Siklus satu .....	18
1. Perencanaan siklus satu .....	18
2. Pelaksanaan tindakan siklus satu .....	19
3. Observasi siklus satu .....	20
4. Refleksi siklus satu .....	21
4.1.4 Siklus dua .....	21
1. Perencanaan siklus dua .....	22
2. Pelaksanaan tindakan siklus dua .....	22
3. Observasi siklus dua .....	23
4. Refleksi siklus dua .....	24
4.2 Pembahasan .....	24
4.2.1 Pembahasan siklus satu .....	24
4.2.2 Pembahasan siklus dua .....	25

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan .....	27
5.2 Saran.....	27
DAFTAR PUSTAKA .....	28
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	29



## ABSTRAK

Judul penelitian Upaya meningkatkan keterampilan menendang bola dengan kaki bagian dalam menggunakan bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago Kabupaten Banyuasin.

Permasalahan yang dihadapi saat penelitian siswa tidak dapat melakukan menendang bola dengan kaki bagian dalam, tujuan penelitian untuk meningkatkan teknik permainan sepak bola pembelajaran teknik tendangan kaki bagian dalam.

Metode penelitian menggunakan bola plastic pada siswa kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago berjumlah 35 siswa. Penelitian berlangsung di SD Negeri 3 Tanjung Lago.

Pembahasan yang dilakukan peneliti yaitu pengumpulan data tes hasil belajar teknik tendangan kaki bagian dalam , data awal diperoleh bahwa siswa yang memenuhi kreteria 15 siswa dari 35 siswa baik 42,8%, 10 siswa sedang 28,6%, 10 siswa kurang 28,6%. siklus I peneliti melakukan tes terdapat 16 siswa dari 35 siswa baik 45,7%, 11 siswa sedang 31,4%, 8 siswa kurang 22,9%. siklus II ini cukup banyak yaitu pada kreteria baik 20 siswa 57,1%, sedang 13 siswa 37,1%, kurang 2 siswa 5,7%,

Simpulan peneliti setelah menyelesaikan siklus II hasil penelitian menunjukkan bahwa metode permainan menggunakan bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar permainan sepak bola pembelajaran teknik tendangan kaki bagian dalam bawah pada siswa kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago sedangkan saran yang biasa peneliti sampaikan kepada pembaca diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan lebih kongrit lagi.

**Kata Kunci** : *Permainan Sepak Bola, Melalui permainan, Tindakan Kelas (Action Research), Teknik Tendangan Kaki Bagian Dalam.*



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani termasuk dalam kurikulum Sekolah Dasar, di dalam mendidik siswa dapat melakukan gerakan sebagaimana pernyataan yang diungkapkan, Mirman (2004 : 5) bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara organis, neuromuskuler, intelektual dan emosional. Pendidikan jasmani merupakan wahana yang mampu mendidik manusia untuk mendekati kesempurnaan hidup yang secara alamiah dapat memberikan kontribusi nyata terhadap kehidupan sehari-hari. Pendidikan jasmani sebagai salah satu subsistem pendidikan yang wajib diajarkan di sekolah memiliki peran yang penting dan sangat sentral dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Muhadi (1992 : 10) bahwa “pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Demikian halnya Samsudin (2008 : 25) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosional. Pendapat tersebut dapat mengantarkan kita kepada sebuah pemikiran bahwa secara spesifik melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa melakukan kegiatan berupa permainan, dan berolahraga yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Meskipun demikian unsur prestasi dan kompetisi juga terdapat di dalamnya dan dimanfaatkan sebagai alat pendidikan.

Disamping itu peranan pendidikan jasmani di sekolah sangatlah penting guna pengembangan ketrampilan motorik, kognitif, dan afektif. Melalui proses pembelajaran dan pengembangan pendidikan jasmani di sekolah diharapkan siswa



dapat memperoleh pengalaman yang erat kaitannya dengan pembelajaran gerak yang ia pelajari baik itu dari pendidik, dari teman atau dari penemuan oleh dirinya sendiri. Pendidikan jasmani yang bertujuan membentuk manusia secara utuh melalui unsur gerak dasar, seperti : berjalan, berlari, melompat dan melempar adalah sangat tepat, karena gerak dasar inilah yang menjadi pondasi bagi gerak seluruh cabang olahraga. Salah satu dari dalam cabang permainan sepak bola yang gerakan tersebut sarat dengan teknik, kecepatan dan keterampilan yang kesemuanya harus dikuasai seorang pemain sepak bola agar prestasi maksimal dapat tercapai.

Permainan sepak bola adalah suatu cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat dari anak-anak, pemuda sampai pada orang tua. Permainan sepak bola merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di kurikulum pendidikan olahraga dari pendidikan sekolah sampai perguruan tinggi, sebagai seorang guru harus pandai mencari metode pembelajaran yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan peserta didik. Dalam permainan sepak bola terdapat berbagai macam tehnik yang harus dipelajari diantaranya tehnik menggiring, mengoper, menendang bola yang benar menurut (Wasiran, 2004:10). Dalam kegiatan olahraga permainan sepak bola yang dilakukan saat bermain peneliti sebagai guru olahraga melihat siswa dalam melakukan permainan terutama dalam tendangan bola siswa masih ada yang belum baik melakukan tendangan bola terutama tendangan kaki bagian dalam karena memakai bola yang sebenarnya mengakibatkan pengajaran permainan sepak bola di SD Negeri 3 Tanjung Lago Kabupaten Banyuasin kurang maksimal.

Untuk meningkatkan keterampilan proses pembelajaran agar mendapatkan hasil yang diharapkan, baik dalam melakukan permainan sepak bola maupun menendang bola peneliti dalam mengajar akan merubah metode pembelajaran tendangan bola menggunakan bola plastik, diberikannya bola plastik dalam pengajaran yaitu bolanya lebih ringan juga siswanya tidak merasa sakit saat menendang bola. Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan pada siswa kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago Kabupaten Banyuasin. Setelah mendapat data awal dari 35 siswa yang baik 15 siswa atau 42,9%,

10 siswa sedang atau 28,6%, 10 siswa kurang atau 28,6% selanjutnya dilakukan dengan penelitian melalui pelaksanaan siklus, kemudian diolah menggunakan rumus penelitian tindakan kelas. Menurut Soebagio (1971:17) alat ukur untuk instrumen dalam penelitian tindakan kelas dinyatakan valid bila tindakan itu aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Tujuan utama dari penelitian tindakan kelas adalah untuk perbaikan dalam pembelajaran sepak bola yang dihadapi oleh siswa juga untuk perkembangan kemampuan keterampilan guru untuk menghadapi permasalahan pembelajaran di kelas atau di sekolahnya sendiri. Dari indikasi masalah jelas bahwa faktor utama kegagalan siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani adalah karena siswa belum terbiasa memakai bola yang sebenarnya. Maka untuk mengatasi persoalan ini peneliti mempunyai solusi atau cara pemecahannya melalui modifikasi bola yaitu memakai bola plastik, tujuannya mempermudah siswa melakukan tendangan tidak terlalu sakit kena kaki disamping itu untuk meningkatkan keterampilan tendangan. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka peneliti mengambil judul Upaya meningkatkan keterampilan menendang bola dengan kaki bagian dalam menggunakan bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago Kabupaten Banyuasin.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Mengajarkan tendangan memakai bola kulit kurang efisien untuk mempelajari permainan sepak bola ?
2. Hasil peningkatan keterampilan menendang bola belum maksimal ?
3. Apakah dengan menggunakan bola plastik dapat meningkatkan keterampilan tendangan kaki bagian dalam ?

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Supaya tidak terjadi penafsiran yang meluas, peneliti membatasi pembahasan hanya mengenai bola plastik untuk meningkatkan keterampilan tendangan kaki bagian dalam.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Adapun pokok dari permasalahan yang diangkat adalah Peningkatan keterampilan pembelajaran sepak bola dengan menggunakan bola plastik maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut dari hasil belajar pada kelas V SD Negeri 3 Tanjung Lago Kabupaten Banyuwangi. Apakah dengan pembelajaran tendangan dengan kaki bagian dalam menggunakan bola plastik dapat meningkatkan keterampilan anak untuk melakukan tendangan bola.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini apakah dengan menggunakan bola plastik dapat meningkatkan keterampilan tendangan permainan sepak bola.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai wawasan dan masukan bagi :

#### **1.6.1 Peneliti**

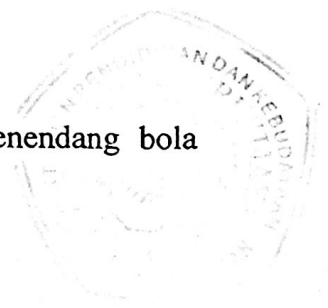
- a. Menemukan salah satu bentuk dalam mengajar
- b. Mendapatkan pengetahuan awal dalam membuat karya ilmiah berupa penelitian

#### **1.6.2 Siswa**

Untuk merangsang siswa belajar sepak bola dengan baik.

#### **1.6.3 Guru**

Sebagai sumbangan pemikiran untuk meningkatkan cara menendang bola menggunakan bola plastik.





#### 1.6.4 Sekolah

Mendapat perhatian khusus pada proses pembelajaran di sekolahnya.

#### 1.6.5 Unit Pelaksana Tehnik Dinas Pendidikan mendapat sumbangan perhatian dalam penelitian ilmiah sehingga menambah kemajuan pendidikan di wilayahnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Berg. 1988, *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*.
- Dimiyati. 2007. *Belajar dan Pembelajaran Departeme Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah*
- Husdarta . 2002. *Belajar dan Pembelajaran Departeme Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah*
- Margono. 2005, *Prosedur Penelitian*. PT Renika Sipta Jakarta Edisi Revisi.
- Mirman. 2004. *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta. Erlangga.
- Muhadi. 1992. *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta. Erlangga.
- Muhammad Saufi. 2008. *Belajar dan Pembelajaran Departeme Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah*
- Mulyasa. 2007. *Prosedur Penelitian*. PT Renika Sipta Jakarta Edisi Revisi
- Oemar Hamalik.2003. *Belajar dan Pembelajaran Departeme Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah*
- Samsudin. 2008. *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta. Yudhistira.
- Sukintaka. 2001. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Tiga Serangkai. Solo
- Suharsimi. 2009. *Prosedur Penelitian*. PT Renika Sipta Jakarta Edisi Revisi
- Soebagio. 1971. *Prosedur Penelitian*. Unnes Press
- Suyatno. 2004. *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta. Erlangga.
- Totok Sumaryanto. 2007 *Pendekatan Kuanlitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Seni*. Semarang. UNNESS PRSS.
- Lutan. 2001 *Azaz-azaz Pendidikan jasmani*.FPOKUPI
- Wiratini. 1998, *Belajar dan Pembelajaran Departeme Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah*.
- Wasiran. 2004. *Pendidikan jasmani SD*. Jakarta. Erlang