



PENINGKATAN KETERAMPILA DRIBBLING SISWA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN FIGURE EIGHTS

¹Junaid Ahmad, ²Suriyadi Datau, ³Haerul Ikhsan

Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo

Kontak Penulis: junaidahmad010120@gmail.com

ABSTRAK

Rumusan Masalah Penelitian Ini Sebagai Berikut : Apakah dengan menggunakan permainan Figure eights dengan keterampilan dribbling punggung kaki siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Biluhu dapat meningkat?, tujuan penelitian ini adalah Untuk Meningkatkan Keterampilan Dribbling Pada Permainan Sepak Bola Melalui Pendekatan Permainan Figure Eights pada siswa kelas VIII di SMPN 1 BILUHU. Berdasarkan data yang diperoleh pada penelitian tindakan kelas Dengan Pendekatan Permainan Figure Eights sebagai metode pembelajaran dalam tahap pembelajaran permainan sepak bola dimata pelajaran Penjasorkes yang dilaksanakan dua siklus, ternyata Keterampilan siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Digambarkan Tahap Observasi awal keterampilan Mendribble pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Biluhu Meningkat dari 48,02% pada kondisi awal menjadi 70,21% Pada akhir siklus I Kemudian dilanjutkan ke siklus II dan meningkat menjadi 84,06% Pada akhir siklus II. Dengan demikian ini membuktikan bahwa dengan menggunakan Pendekatan Permainan Figure Eights dalam pembelajaran Sangat efektif dalam peningkatan Keterampilan Dribble dalam permainan Sepak Bola.

Kata Kunci: Permainan Sepak Bola, Mendribble, Pendekatan Permainan Figure eights

ABSTRACT

The study problem is formulated as follows: Can the use of the Figure Eights game improve the dribbling skills of eighth-grade students at SMP Negeri 1 Biluhu? This study aims to improve dribbling skills in football through the Figure Eights game approach for eighth-grade students at SMP Negeri 1 Biluhu. Based on data obtained from the classroom action research, with the Figure Eights game approach as the learning method in the football game lesson, conducted in two cycles, the students' skills showed significant improvement. The initial observation phase of dribbling skills for eighth-grade students at SMP Negeri 1 Biluhu improved from 48.02% at the baseline to 70.21% at the end of cycle 1. The process continued into cycle II, where the score improved to 84.06% at the end of cycle II. This demonstrates that the Figure Eights game approach in learning is highly effective in improving dribbling skills in football.

Keywords: Football, Dribbling, Figure Eights Game Approach.

Pendahuluan

Pendidikan jasmani bukan hanya merupakan bagian penting bagi kehidupan manusia saja, tetapi berolahraga dapat meningkatkan kesegaran jasmani dan kondisi fisik seseorang, sehingga untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Melalui kegiatan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan memiliki watak disiplin serta sportif yang tinggi dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Dimana karakter disiplin juga diperlukan dalam penjas. Sesuai dengan pembelajaran di Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi saat ini adalah hakekatnya pendidikan jasmani merupakan Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk membugarkan dan menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional

Pembelajaran dribbling pada permainan sepak bola yang dilakukan selama ini belum dapat meningkatkan motivasi siswa. Siswa akan berhasil dalam pembelajaran dribbling jika termotivasi untuk mempelajari gerakan-gerakan dribbling. Untuk meningkatkan motivasi siswa maka perlu adanya metode atau pendekatan yang tepat, sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada kelas VIII SMP Negeri 1 Biluhu peneliti menemukan permasalahan yang terjadi pada kelas VIII, Yaitu kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan Gerakan dribbling, penggunaan Model atau Pendekatan pembelajaran yang kurang tepat Sehingga siswa tidak semangat dan cepat bosan pada saat Pembelajaran permainan Sepak Bola sehingga proses pembelajaran menjadi kurang afektif. Untuk menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa maka perlu adanya Model atau pendekatan pembelajaran yang dapat membuat siswa senang belajar, dan mau mengikuti pembelajaran sampai selesai antara lain Melalui “Pendekatan Permainan Figure Eight”

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Keterampilan Dribbling Siswa pada Permainan Sepak Bola Melalui Pendekatan Permainan Figure Eights”.

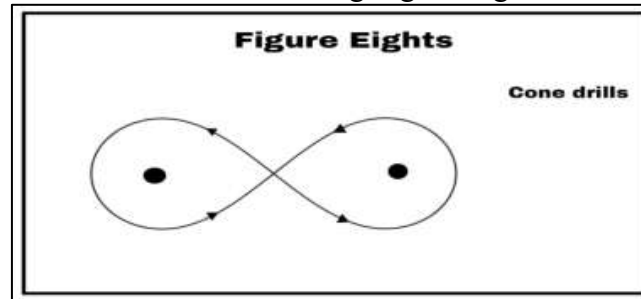
Sepakbola adalah salah satu jenis olah raga yang sangat digemari orang seluruh dunia. Olah raga ini sangat universal. Selain digemari orang laki-laki olah raga ini juga digemari para perempuan tidak hanya tua muda bahkan anak-anak Sejak tahun 1990 an olah raga ini mulai digunakan untuk para wanita meskipun sebelumnya olah raga ini hanya diperuntukkan bagi kaum pria. Menurut Farchan Romadhoni, (2019;10) menyatakan bahwa Sepakbola merupakan permainan beregu dimana setiap regu terdiri dari 11 pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan menggunakan tungkai atau kaki, kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengan atau tangannya didaerah hukumannya.

(Menurut Tirto Ponco Nugroho, 2017) Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepak bola, tidak heran jika para pengamat sepak bola khususnya mengatakan bahwa mahirnya seorang pemain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola. Dribbling berguna untuk mengontrol bola dan menguasainya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik. Dribbling (Menggiring) sepak bola merupakan teknik dasar yang dimiliki pemain sehingga mampu membawa bola dan menghadapi rintangan atau tekanan-tekanan ketika dalam pertandingan. Menggiring bola menurut (Farchoni Ramadhoni : 2018) adalah gerak lari dengan menggunakan bagian kaki dengan mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah.

Metode latihan Dribbling figure eight merupakan modifikasi dari suatu bentuk variasi latihan baku yang biasa membantu meningkatkan kecepatan dan keterampilan dribbling bola dengan mempraktikkan dribbling bola sesuai lintasan berbentuk angka delapan. kemiripan pada kombinasi gerak didalamnya praktiknya yaitu gerakan fainting atau gerak tipu(Kurnia Nova, dkk 2021),

Metode Dribbling figure eight merupakan modifikasi dari suatu bentuk variasi latihan baku yang bisa membantu meningkatkan kecepatan dan keterampilan dribbling bola dengan mempraktikkan dribbling bola sesuai lintasan berbentuk angka delapan yang dibatasi dengan cone dengan jarak keseluruhan yaitu 15 yard.

Gambar Dribbling Figure Eight



(Zainul Ansori, dkk, 2021)

Metode

Penelitian ini merupakan suatu jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang akan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Biluhu khususnya siswa kelas VIII.

Penelitian ini adalah jenis penelitian tindakan kelas (PTK) dengan subjek yang akan diteliti adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Biluhu dengan jumlah siswa sebanyak 24 siswa terbagi atas 9 putra dan 15 putri dengan latar belakang yang berbeda-beda dalam melakukan Dribbling pada cabang olahraga sepak bola.

Observasi akan dilakukan pada siswa VII SMP N 3 GORONTALO dengan aspek yang akan diobservasi adalah kemampuan siswa dalam melakukan gerakan passing atas yang terdiri dari beberapa aspek antara lain:

1. Sikap persiapan :
 - a. kaki tumpu diletakan disamping bola dan lutut sedikit ditekuk
 - b. Badan condong kedepan, Kedua tangan terbuka kesamping untuk menjaga keseimbangan.
 - c. Pandangan tertuju pada bola kemudian ke arah sasaran
 2. Sikap pelaksanaan
 - d. kaki yang menggiring bola tepat mengenai bagian tengah belakang bola dengan kaki bagian punggung
 - e. kaki yang digunakan untuk menggiring bola harus selalu berada didekat bola
 - f. pada waktu menggiring bola mata melihat bagian bola yang digiring, kemudian pandangan tertuju pada arah jalannya bola
 - g. pada waktu menggiring bola badan tetap condong ke depan dengan tangan berada di samping badan sebagai penyeimbang
 3. Sikap lanjutan
 - h. Pandangan tetap tertuju pada arah bola
 - i. Mendribble secara perlahan sesuai jalur atau arah yang ditentukan
 - j. Badan tetap condong kedepan Badan rileks kembali ke posisi
- Adapun bentuk rubrik penilaian dapat dilihat pada tabel berikut :

Indikator Penilaian	Kualitas Gerak				Total	Ratarata
	1	2	3	4		
<p>a. Sikap persiapan</p> <ol style="list-style-type: none"> kaki tumpu diletakan disamping bola dan lutut sedikit ditekuk. Badan condong kedepan, Kedua tangan terbuka kesamping untuk menjaga keseimbangan. Pandangan tertuju pada bola kemudian ke arah sasaran <p>b. Sikap pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> kaki yang menggring bola tepat mengenai bagian tengah belakang bola dengan kaki bagian punggung kaki yang digunakan untuk meggiring bola harus selalu berada didekat bola pada waktu menggiring bola mata melihat bagian bola yang digiring,kemudian pandangan tertuju pada arah jalannya bola pada waktu menggiring bola badan tetap condong ke depan dengan tangan berada di samping badan sebagai penyeimbang <p>c. Sikap lanjutan</p> <ol style="list-style-type: none"> Pandangan tetap tertuju pada arah bola dan sasaran Mendribble secara perlahan sesuai jalur atau arah yang ditentukan Badan rileks kembali ke posisi 						
Jumlah						
Jumlah Skor Maksimal : 40						

Tabel Rubrik Penilaian Keterampilan Dribling Sepak Bola

Untuk menentukan hasil belajar siswa didik, maka digunakan rumus persentase menurut Rukajat (2018:28) yaitu:

$$NA = \frac{\text{Jumlah Skor diperoleh}}{\text{Jumlah Skor Keseluruhan}} \times 100\%$$

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja siswa ujian, dengan nilai antara 1 sampai dengan 4 (skor 4= jika indikator: skor 3 = jika 3 indikator tampak: skor 2= jika 2 indikator tampak: skor 1= jika 1 indikator tampak)

Hasil pengolahan data selanjutnya dikonversikan kedalam kategori sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Konversi Penilaian

NO	Interval	Kategori
1	90-100	Sangat Baik (A)
2	70-89	Baik (B)
3	50-69	Cukup (C)
4	30-49	Kurang (D)
5	0-29	Sangat Kurang (E)

Sumber : Kamarudin (2021 : 24-25)

Hasil

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti dan guru melakukan pengambilan data awal penelitian. Ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada pembelajaran Dribbling Permainan Sepak Bola pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu.

Berdasarkan hasil deskripsi rekapitulasi data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa belum menunjukkan peningkatan Drible permainan Sepak Bola untuk keseluruhan siswa kurang memuaskan masih di bawah KKM. Hal ini dibuktikan dengan rangkuman deskriptif pada tabel 4.1, Hasil Drible pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa keseluruhan siswa atau jumlah siswa 24 orang belum menunjukkan hasil yang baik dengan persentase ketuntasan belajar 80% memperoleh hasil minimal 75. Untuk memperjelas hasil pada tabel berikut ini:

Tabel 4. 1 Rekapitulasi Hasil Observasi awal

KATEGORI	NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASI
SANGAT BAIK	90 – 100	-	-
BAIK	70 – 89	-	-
CUKUP	50 – 69	13 SISWA	54,17%
KURANG	30 -49	11 SISWA	45,83%
SANGAT KURANG	0 – 29	-	-

Sumber penelitian : Ahmad, Junaid. April 2024

Pada dasarnya Pendekatan permainan Figure Eights memberikan Semangat pada pembelajaran Drible Permainan Sepak bola . Hal ini dapat diamati dari sikap siswa yang tak kenal menyerah pada saat melakukan tes dan selalu ingin mengulangi gerakan langkahnya ketika hasilnya belum memenuhi target yang diharapkan.

Hal ini dibuktikan dari hasil rangkuman deskriptif data siklus I yang diperoleh dari masing - masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran dengan kategori yang “baik”

Tabel 4. 2 Rekapitulasi Hasil Siklus I

KATEGORI	NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASI
SANGAT BAIK	90 - 100	-	-
BAIK	70 - 89	14 SISWA	58.33%
CUKUP	50 - 69	10 SISWA	41,67%
KURANG	30 - 49	-	-
SANGAT KURANG	0 - 29	-	-

Sumber penelitian : Ahmad, Junaid. April 2024

Berdasarkan pada siklus I, siswa menunjukkan Keterampilan Dribble permainan sepak bola yang baik. Berdasarkan pada table diatas, rangkuman deskriptif data Keterampilan Dribble pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu setelah diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa sudah menunjukkan hasil belajar yang baik. Siswa yang memperoleh kategori Baik dengan rentang nilai 70-89 berjumlah 14 orang siswa (58,33%) dan siswa yang memperoleh kategori cukup pada rentang nilai 50-69 berjumlah 10 orang siswa (41,67%) dan Melalui rangkuman deskriptif data siklus I yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang sudah baik akan tetapi belum memuaskan bagi peneliti. Maka disusun sebuah tindakan siklus II untuk Peningkatkan Keterampilan Drible permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu melalui Pendekatan permainan *Figure Eights*.

Penerapan Pendekatan permainan *Figure Eights* pada siklus II ini tampaknya semakin membuat siswa bersemangat dan merasa tertantang, hal ini terbukti dengan sikap siswa yang tak hentihentinya ingin selalu mencoba setiap unsur gerakan dan meminta peneliti untuk mengevaluasi.

Tabel 4. 3 Rekapitulasi Hasil Siklus II

KATEGORI	NILAI	JUMLAH SISWA	PERSENTASI
SANGAT BAIK	90 - 100	4 SISWA	16,67%
BAIK	70 - 89	20 SISWA	83,33%
CUKUP	50 - 69	0 SISWA	0%
KURANG	30 -49	0 SISWA	0%
SANGAT KURANG	0 - 29	0 SSIW	0

Sumber penelitian : Ahmad, Junaid. April 2024

Berdasarkan pada tabel hasil rekapitulasi siklus II di atas, siswa menunjukkan Keterampilan Drible yang sangat baik. Hal ini dibuktikan dengan hasil berdasarkan pada tabel diatas, rangkuman deskriptif data hasil Keterampilan Drible pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa sudah menunjukkan hasil yang sangat baik dengan persentase ketuntasan belajar 100% dengan jumlah 24 siswa, atau siswa yang memperoleh nilai dalam kategori sangat baik pada rentang nilai 90-100 dengan kriteria ketuntasan sebanyak sebanyak 4 siswa (16,67%) dan siswa yang memperoleh nilai dalam kategori baik pada rentang nilai 70-89 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 20 siswa (83,33%). Melalui rangkuman deskriptif data siklus II yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan yang memuaskan.

Dari hasil tes pada siklus II menunjukkan bahwa keterampilan siswa mengalami peningkatan. Perbandingan hasil belajar pada observasi awal, akhir siklus I dan akhir siklus II disajikan dalam bentuk table sebagai berikut.

Tabel 4. 4 Perbandingan data keterampilan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Biluhu

Rentang Nilai	Keterangan	Observasi awal	Siklus I	Siklus II
90-100	Sangat baik (A)	0%	0%	16.67%
70-89	Baik (B)	0%	58,33%	83.33%
50-69	Cukup (C)	54,17%	41,67%	0%
30-49	Kurang (D)	45,83%	0%	0%
0-29	Kurang sekali (E)	0%	0%	0%
Rata – Rata		48,02%	70,31%	84,17%

Sumber penelitian : Ahmad, Junaid. April 2024

Pembahasan

Berdasarkan data yang telah diperoleh pada penelitian tindakan kelas dengan penerapan model Pendekatan Permainan Figure Eights sebagai metode pembelajaran dalam tahap keterampilan Dribble Permainan Sepak Bola pada mata pelajaran Penjasorkes yang dilaksanakan dengan dua siklus, ternyata Keterampilan siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Digambarkan pada tahap observasi awal ketuntasan hasil keterampilan dribbling pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu meningkat dari 48,02% pada kondisi awal menjadi 70,31% pada akhir siklus I kemudian dilanjutkan ke siklus II dan meningkat menjadi 84,17% pada akhir siklus II. Dengan demikian ini membuktikan bahwa dengan menggunakan model Pendekatan Permainan Figure Eights dalam pembelajaran mempunyai pengaruh dalam peningkatan Keterampilan Dribble Permainan Sepak bola.

Berdasarkan hasil di atas dapat dikatakan penerapan dengan menggunakan model Pendekatan permainan Figure Eights dalam pembelajaran Dribble Permainan Sepak Bola bertujuan untuk meningkatkan Keterampilan Dribble permainan sepak bola dalam pembelajaran penjasorkes.

SMP Negeri 1 Biluhu memiliki jumlah siswa sebanyak 24 siswa yang cukup potensial, tetapi hal ini dipengaruhi oleh faktor yang dialami siswa pada proses pembelajaran. Salah satu penyebab karena mereka merasa tidak percaya diri pada kemampuannya sendiri. Artinya banyak siswa yang gagal dalam proses belajar mengajar bukan karena tidak memiliki kemampuan, melainkan karena rendahnya kepercayaan diri pada potensi yang dimilikinya. Perlu ditegaskan lagi bahwa pikiran positif akan mampu membentuk dan memperkuat karakter kepribadian siswa. Makanya bagi siswa yang selalu berpikir positif akan terbentuk lebih matang. Dan tidak perlu merasa kuatir dan ragu akan kemampuan yang siswa miliki saat ini. Hal yang penting adalah siswa harus membangun kebiasaan agar selalu berpikir positif dengan melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam diri siswa, serta percaya bahwa siswa akan mampu melakukan hal-hal yang hebat. Diantara siswa-siswa yang telah meraih cita-cita besarnya menjadi terkenal sampai sekarang, jangan disangka bahwa siswa tersebut tidak memiliki kelemahan. Siswa adalah orang memanfaatkan kelemahan, dan kekurangan dirinya menjadi kekuatan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dikemukakan bahwa dengan menggunakan Pendekatan Permainan Figure Eights dalam pembelajaran memberikan peran dan motivasi belajar yang sangat besar terhadap Keterampilan siswa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama dalam pembelajaran teknik dasar Dribble Permainan Sepak Bola.

Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Biluhu dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi Dan Interpretasi, dan (4) Analisis dan Refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada pembahasan sebelumnya, diperoleh simpulan bahwa:

Pendekatan Permainan Figure Eights, dapat meningkatkan Keterampilan Dribble Permainan Sepak Bola pada siswa kelas VIII SMP N 1 Biluhu. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari Observasi awal, siklus I dan siklus II. Keterampilan Dribble pada Observasi Awal mendapatkan Hasil 48,02% dan siklus I

meningkat menjadi 70,31%, dan pada siklus II terjadi peningkatan menjadi 84,17% dengan jumlah siswa 24 orang

Referensi

- Afdal, Muhammad, (2019). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Gaya Mengajar Divergent di SMP Negeri 1 Balusu.*
- Aji, W. Febri, dkk, (2020). *Pembelajaran Dasar Dribbling Sepak Bola Dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament Pada Siswa.* Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Negeri Surabaya. Vol. 08, N0. 02 Tahun 2020, 17-18.
- Alfaiz, Fikri. M, (2020). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Dribbling Sepak Bola Melalui Pendekatan Kooperatif Metode Teams Games Tournament (TGT) Siswa Kelas VIII.1 SMPN 4 PEKANBARU*
- Ansori, Zainul, dkk, (2021). *Pengaruh Latihan Ball Feeling dan Agillity Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola.* Journal Sport Science and Helt Of Mandalika (Jontak). Vol. 2, No. 1 Mei 2021. e-ISSN: 2722-3116.
- Nugroho, P. Tirto, (2017). *Hubungan Antara Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pada Siswa Lembaga Pendidikan Sepak Bola Atlas Binatama Semarang.*
- Romadhoni, Farchan. (2019). *Hubungan Antara Kelincahan, Kecepatan dan Kelentukan dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola (Seurvei pada Siswa Sekolah Sepak Bola Sport Supaya Sehat Semarang Kelompok Usia 13-15 Tahun).* Universitas Negeri Semarang.
- Rusmiati, Putu, dkk, (2021). *Upaya Meningkatkan Kelincahan Dribbling Pada Permainan Sepak Bola Dengan Latihan Agility Run.* E-ISSN: 2716-0157.
- Setiawan. Kurnia.dkk, (2021). *Pengaruh Latihan Dribble X Pattern dan Dribble Figure Eights Terhadap Hasil Kemampuan Dribble Atlet Sheyfa Futsal Academy Kendal.* Indonesia Journal For Physical and Sport. Universitas Negeri Semarang. Vol. 1, No. 2 Tahun 2021. p-ISSN: 2723-6803.
- Susetyaningsih, Titin, (2022). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Dribbling dalam Permainan Sepak Bola Melalui Latihan Lari Cepat 100 Meter.* Vol. 1 No. 2 Oktober 2022.