II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakekat Pendidikan Jasmani

Kegiatan belajar mengajar dalam pelajaran pendidikan jasmani amat berbeda pelaksanaannya dari pembelajaran mata pelajaran lain. Pendidikan jasmani adalah " pendidikan melalui aktivitas jasmani ". Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani. (Samsudin, 2008:21).

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan aktivitas jasmani, permainan dan cabang olahraga yang terpilih dengan maksud untuk mencapai tujuan pendidikan. tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisikal, intelektuan, emosional, sosial dan moral.(Rusli Lutan,1997)

Pada dasarnya program pendidikan jasmani memiliki kepentingan yang relatif sama dengan pendidikan lainnya dalam ranah pembelajaran, yaitu sama-sama mengembangkan tiga ranah utama : psikomotor, afektif dan kognitif. Namun demikian, ada satu kekhasan dan keunikan dari program penjaskes yang tidak dimiliki oleh program pendidikan, yaitu dalam hal pengembangan wilayah psikomotor, yang biasanya dikaitkan dengan tujuan

mengembangkan kebugaran jasmani anak dan pencapaian keterampilan geraknya. (Samsudin, 2008:21)

Aktivitas jasmani harus dikelola secara sistematis, dipilih sesuai karakteristik peserta didik, tingkat kematangan, kemampuan pertumbuhan dan perkembangan peserta didik sehingga mampu meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. 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 emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, baik jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa. Pengalaman yang disajikan akan membantu siswa untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan afektif setiap siswa. (Samsudin, 2008 : 2).

B. Pentingnya Pendidikan Jasmani

Beban belajar di sekolah begitu berat dan menekan kebebasan anak untuk bergerak. Kebutuhan anak untuk bergerak lebih leluasa tidak bisa dipenuhi karena keterbatasan waktu dan kesempatan. Lingkungan sekolah tidak menyediakan wilayah yang menarik untuk dijelajahi. Pendidikanpun lebih mengutamakan prestasi akademis. Faktor kehidupan di rumah dan lingkungan luar sekolah ikut memberikan pengaruh pada anak. Kebiasaan

yang buruk seperti anak kurang bergerak karena asyik menonton TV atau video game membuat kebugaran anak semakin menurun. Sejalan dengan itu semakin diperparah oleh pengetahuan dan kebiasaan makan yang buruk sehingga beresiko menurunkan fungsi organ (degeneratif).

Disinilah pentingnya Pendidikan Jasmani, menurut pakar Nixon dan Jewett dalam Arma Abdullah dan Agus Munadji (1994 : 5) Pendidikan Jasmani adalah salah satu tahap aspek dari pross pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas dasar kemauan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi, dan sosial. Pendidikan Jasmani menyediakan ruang untuk belajar menjelajahi lingkungan, mencoba kegiatan yang sesuai minat anak dan menggali potensi dirinya. Melalui Pendidikan Jasmani anak-anak menemukan saluran yang tepat untuk memenuhi kebutuhannya akan gerak, menyalurkan energi yang berlebihan agar tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental anak, menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna dan merangsang perkembangan yang bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, mental, emosi, sosial, dan moral.

C. Prinsip-Prinsip Belajar Pembelajaran

Banyak teori dan prinsip-prinsip yang dikemukakan oleh para ahli yang satu dengan para ahli yang lainnya yang memiliki persamaan dan

perbedaaan.Menurut Dimyati dan Mudjiono (1999:42-50) membagi Prinsip-prinsip belajar dalam 7 kategori, antara lain :

1. Perhatian dan Motivasi

   Perhatian mempunyai peranan yang sangat penting dalam kegiatan belajar. Dari teori belajar pengolahan informasi terungkap bahwa tanpa adanya perhatian tidak mungkin terjadi belajar. Sedangkan motivasi juga mempunyai peranan penting dalam kegiatan belajar. Motivasi adalah tenaga yang menggerakkan dan mengarahkan aktivitas seseorang.

2. Keaktifan

   Belajar tidak bisa dipaksakan oleh orang lain dan tidak juga dilimpahkan oleh orang lain. Belajar hanya mungkin terjadi apabila anak aktif mengalami sendiri.

3. Keterlibatan langsung atau berpengalaman

   Dalam belajar melalui pengalaman langsung siswa tidak sekedar mengamati secara langsung dalam perbuatan dan bertanggung jawab terhadap hasil belajarnya.

4. Pengulangan

   Di dalam prinsip belajar pengulangan memiliki peranan yang penting, karena mata pelajaran yang kita dapat perlu diadakan pengulangan-pengulangan supaya terjadi kesempurnaan dalam belajar.

5. Tantangan

   Dalam situasi belajar siswa menghadapi suatu tujuan yang ingin di capai tetapi selalu terdapat hambatan dengan mempelajari bahan ajar, maka timbullah motif untuk mengatasi hambatan itu.Agar pada anak timbul

motif yang kuat untuk mengatasi hambatan dengan baik, maka bahan belajar harus memiliki tantangan. Tantangan yang dihadapi dalam bahan belajar membuat siswa bergairah untuk mengatasinya. Bahan belajar yang baru mengandung masalah yang perlu dipecahkan membuat siswa tertantang untuk mempelajarinya.

6. Perbedaan individu

   Perbedaan individu ini berpengaruh pada cara dan hasil belajar siswa, karena perbedaan individu perlu diperhatikan oleh guru dalam upaya pembelajaran di sekolah.

7. Balikan dan penguatan

   Siswa akan belajar lebih semangat apabila mengetahui dan mendapatkan hasil yang baik. Hasil yang baik akan merupakan balikan yang menyenangkan dan berpengaruh baik bagi usaha belajar selanjutnya.Siswa belajar dengan sungguh-sungguh dan mendapatkan nilai yang baik dalam ulangan. Nilai yang baik itu mendorong anak untuk belajar lebih giat lagi. Nilai yang baik dapat merupakan *operant conditioning* atau penguatan positif. Sebaliknya anak yang mendapatkan nilai jelek dan takut tidak naik kelas juga bisa mendorong siswa belajar lebih giat lagi. Ini disebut penguatan negatif atau *escape conditioning*.

D. Pengembangan Keterampilan Motorik

Keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien dan efektif. Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol atas bagian-bagian yang telibat dalam gerakan. Semakin komplek pola gerak yang harus dilakukan semakin komplek pula koordinasi dan kontrol tubuh yang harus dilakukan, dan ini berarti makin sulit juga untuk dilakukan.Keterampilan gerak diperoleh melalui proses belajar yaitu dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang yang disertai dengan kesadaran fikir akan benar atau tidaknya gerakan yang dilakukan.

Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muskular dan diekspresikan dalam gerak tubuh. Yang dipelajari di dalam belajar gerak adalah pola-pola gerak mempelajari gerakan olahraga, seorang atlet berusaha untuk mengerti gerakan yang dipelajari kemudian apa yang dimengerti itu dikomandokan kepada otot-otot tubuh untuk mewujudkan dalam gerakan tubuh secara keseluruhan atau hanya sebagian sesuai dengan pola gerakan yang dipelajari.

Suatu proses belajar keterampilan gerak berlangsung dalam suatu rangkaian kejadian dari waktu ke waktu dan dalam prosesnya melibatkan sistem syaraf, otak dan ingatan. Tugas utama dari proses pembelajaran motorik adalah menerima dan menginterpretasikan informasi tentang gerakan-gerakan yang akan dipelajari kemudian mengolah dan menyusun informasi-informasi tersebut sedemikian rupa sehingga memungkinkan realisasi gerakan secara optimal dalam bentuk keterampilan. Menurut

Lutan (1998:102) jadi belajar motorik dapat menghasilkan perubahan yang relatif permanen, yaitu Perubahan yang dapat bertahan dalam jangka waktu yang relatif lama.

Dalam proses untuk menyempurnakan suatu keterampilan motorik menurut Lutan (1988:31) berlangsung dalam tiga tahapan yaitu : 1) Tahap Kognitif, 2) Tahap Fiksasi, dan 3) Tahap Otomatis.

1. Tahap Kognitif

   Merupakan tahap awal dalam belajar gerak keterampilan motorik. Dalam tahap ini peserta didik harus memahami mengenai hakikat kegiatan yang akan dilakukan. Peserta didik harus memperoleh gambaran yang jelas baik secara verbal maupun visual mengenai tugas gerakan atau model teknik yang akan dipelajari agar dapat membuat rencana pelaksanaan yang tepat.

2. Tahap Fiksasi

   Pada tahap ini, pengembangan keterampilan dilakukan peserta didik melalui tahap praktik secara teratur agar perubahan perilaku gerak menjadi permanen. Selama latihan, peserta didik membutuhkan semangat dan umpan balik untuk mengetahui apa yang dilakukan itu benar atau salah. Lebih penting lagi peserta didik dapat mengkoreksi kesalahan. Pola gerakan sudah sampai pada taraf merangkaikan urutan-urutan gerakan yang didapatkan secara keseluruhan dan harus dilakukan secara berulang-ulang sehingga penguasaan terhadap gerakan akan semakin meningkat.

3. Tahap Otomatis

Setelah peserta didik melakukan latihan dalam jangka waktu yang relatif lama, maka akan memasuki tahap otomatis. Secara fisiologis hal ini dapat diartikan bahwa pada diri anak telah terjadi suatu kondisi reflek bersyarat, yaitu terjadinya pengerahan tenaga mendekati pola gerak reflek yang sangat efisien dan hanya akan melibatkan unsur motor unit yang benar-benar diperlukan untuk gerakan yang diinginkan. Pada tahap ini kontrol terhadap gerakan semakin tepat dan penampilan semakin konsisten dan cermat.Penampilan gerak yang konsisten dan cermat pada tahap otomatis dapat dilihat dari ciri-ciri khusus sebagai berikut:

a. Antisipasi gerakan mengarah pada kemampuan otomatis dan irama gerakan terlihat nyata.
b. Penampilan gerakan dapat dilakukan diberbagai situasi dan kondisi yang berubah-ubah tanpa menghilangkan kelancaran dan kemulusan gerakan.
c. Proses dan hasil gerakan diperlihatkan dalam penampilan yang konstan.Gerak keterampilan adalah gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar.

E. Bermain Sepak Bola

Sepakbola adalah permainan beregu yang menggunakan bola sepak dari dua kelompok yang berlawanan yang masing-masing terdiri atas sebelas

pemain. KBBI (1995:918). Bagi setiap pemain bebas mamainkan bola dengan seluruh angota badan kecuali dengan lengan. Sedangkan bagi penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan semua anggota badannya. Seperti dikemukakan Joseph A. Luxbacher (2004:2) " kiper diperbolehkan untuk mengontrol bola dengan tanganya di dalam daerah pinalti, pemain lainnya tidak diperbolehkan menggunakan tangan atau lengan untuk mengontrol bola, tetapi menggunakan kaki, tungkai atau kepala".

Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau tim. Suatu tim akan dapat menyajikan permainan yang menarik apabila tim tersebut memiliki kekompakan, artinya kerjasama antar pemain dalam satu tim tersebut dapat berjalan lancar, hal ini dapat dilakukan apabila setiap pemain dapat menguasai beberapa teknik dasar dalam permainan sepakbola. Adapun tehnik dasar dalam permainan sepakbola dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu : 1) Tehnik tanpa bola, 2) Tehnik dengan bola (Sukatamsi, 1984:34).

Permainan sepakbola dimainkan di lapangan berumput dan rata serta bentuk lapangannya adalah empat persegi panjang. Pada kedua garis lebar lapangan di tengah-tengahnya, masing-masing didirikan sebuah gawang yang saling berhadap-hadapan. Bola yang digunakan dalam permainan yaitu pada bagian luarnya terbuat dari kulit dan bagian dalamnya terbuat dari karet yang berisi udara.

Permainan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit dan dibantu oleh dua orang penjaga garis atau disebut asisten wasit. Tujuan dari masing-masing kesebelasan adalah berusaha untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha menggagalkan serangan lawan untuk menjaga atau melindungi agar gawangnya tidak kemasukan bola.

Permainan sepakbola dilakukan dalam dua babak, antara babak pertama dan kedua diberi waktu istirahat, dan setelah waktu istirahat dilakukan pertukaran tempat. Kesebelasan yang dinyatakan menang adalah kesebelasan yang sampai akhir pertandingan lebih banyak memasukkan bola ke gawang lawannya.Kerjasama dalam suatu tim merupakan suatu tuntutan dalam permainan sepakbola untuk mencapai kemenangan. Tanpa kerjasama tim yang baik maka tujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan pun akan sulit.

Seorang pemain Sepakbola yang terampil dan sukses menurut Timo Scheunemann (2005:17) bahwa faktor yang menentukan kesuksesan yaitu: a) faktor *genetic*, b) faktor kedisiplinan, c) faktor latihan, dan d) faktor keberuntungan. Beberapa anjuran bagi pelatih dalam mendidik pemain agar kesuksesan dapat tercapai antara lain: a) canangkan pentingnya disiplin, b) anjurkan makanmakanan yang bergizi, hidup sehat dan istirahat cukup, c) jadilah contoh yang baik, d) luaskan wawasan anda sebagai pelatih (*Neverstop learning*), dan e) buat program yang terarah.

F. Gerak Dasar Bermain Sepakbola

Gerak dasar adalah gerak yang perkembangannya sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan. Ketermpilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan yang lebih kompleks. Gerak dasar adalah suatu bentuk gerakan yang menuntun kepada ketrampilan yang sifatnya kompleks. Gerak dasar tersebut meliputi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipilatif. Suharsimi Arikunto (2008:123).

Gerak lokomotor adalah gerakan-gerakan yang mendahului kemampuan berjalan (tengkurap, merangkak, berjalan, lari, melompat, menggelinding dan memanjat). Gerak nonlokomotor yaitu gerakan-gerakan yang dinamis didalam suatu ruangan yang bertumpu pada sesuatu sumbu tertentu. Gerak manipulative yaitu gerakan-gerakan yang terkoordanisasikan seperti dalam kegiatan bermain, menendang, melempar, naik sepeda dan sebagainya. Suharsimi Arikunto (2008:123).

Keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien dan efektif. Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol atas bagian-bagian yang telibat dalam gerakan. Semakin komplek pola gerak yang harus dilakukan semakin komplek pula koordinasi dan kontrol tubuh yang harus dilakukan, dan ini berarti makin sulit juga untuk dilakukan. Sugiyanto (1993:13).

Gerak keterampilan adalah gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar. Sugiyanto (1993:8).

Lutan (1998) mendefinisikan gerak lokomotor adalah gerak yang digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau memproyeksikan tubuh ke atas misalnya: jalan, lari, lompat dan berguling. Gerak non lokomotor adalah keterampilan yang dilakukan tanpa memindahkan tubuh dari tempatnya, misalnya membungkuk badan, memutar badan, mendorong dan menarik. Sedangkan gerak manipulatif adalah keterampilan memainkan suatu proyek baik yang dilakukan dengan kaki maupun dengan tangan atau bagian tubuh yang lain, misalnya menggiring bola basket dan shooting bola.Gerak dasar dalam lari gawang adalah lokomotor kerena dilakukan dengan memendahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain atau memproyekan tubuh ke atas.

Sepakbola adalah permainan beregu, namun penguasaan teknik-teknikdasar secara individu yang baik sangat diperlukan. Dengan dikuasainya teknik dasar dengan baik oleh setiap individu, taktik dan strategi permainan akan dapat dijalankan dengan baik. Seluruh kegiatan dalam permainan sepakbola dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan dengan bola maupun gerakan tanpa bola dari gerakan yang beraneka ragam tersebut dapat diambil pengertian bahwa masalah teknik dasar semata-mata melibatkan orang (pemain) dan bola. Pada saat permainan berlangsung, pemain yang mengolah bola hanya seorang sedang yang lainya melakukan gerakan-gerakan, baik selaku penyerang maupun bertahan.(Sucipto. dkk,1999/2000:9).

Menurut Sukatamsi (1984:34) teknik-teknik sepakbola dibagi menjadi dua golongan, yaitu teknik dasar dengan bola dan teknik dasar tanpa bola.

1. Gerak dasar dengan bola

   Teknik dasar dengan bola yaitu semua gerakan yang dilakukan menggunakan bola, yang terdiri dari:

   a. Menendang bola

      Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting on the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*).

   b. Menghentikan bola

      Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola yang termasuk di dalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk *passing*. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasanya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan telapak kaki.

c. Menggiring bola

Menggiring bola adalah seni menggunakan bagian-bagian kakimenyentuh atau menggulingkan bola terus menerus di tanah sambilberdiri. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

d. Gerak tipu dengan bola

Seorang pemain sambil menguasai bola berusaha melewati lawannya dengan melakukan gerak yang tidak sebenarnya.

e. Merampas atau merebut bola

Merampas bola merupakan upaya untuk merebut bola dari penguasan lawan. Merampas bola dapat dilakukan sambil berdiri (*standing tacling*) dan sambil meluncur (*sliding tackling*).

f. Melempar bola

Melempar bola dilakukan apabila bola keluar dari garis samping lapangan.

g. Gerak khusus penjaga gawang

Gerak khusus penjaga gawang yaitu sikap badan dalam siaga menangkap bola, meninju bola, menepis bola, dan menerkam bola.

h. Mengoper bola

Mengoper bola yaitu tendangan bola yang ditunjukkan pada rekayasa baik itu bola mendatar maupun bola melambung.

i. Menyundul bola

Menyundul bola pada hakekatnya memainkan bola dengan kepala. Tujuan menyundul bola dalam permainan sepakbola adalah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan atau membuang bola.

2. Gerak dasar tanpa bola

Gerak dasar tanpa bola yaitu semua gerakan-gerakan tanpamenggunakanbola terdiri dari :

a. Lari cepat dan mengubah arah

Pemain sepakbola harus dapat mendadak dan segera lari dengan kecepatan maksimal dapat mencapai bola. mengubah arah yaitu dengan gerakan memperlambat langkah dengan memperkecil langkah mengurangi kecepatan lari untuk menjaga keseimbangan badan.

b. Melompat dan meloncat

Dalam permainan sepakbola untuk memenangkan posisi, untuk mengejar bola-bola lambung dan tinggi di udara digunakan teknik melompat. Melompat dengan ancang-ancang (sikap berdiri).

c. Gerak tipu tanpa bola

Gerak tipu tanpa bola merupakan gerak tipu dengan menggunakan badan, misalnya gerak tipu dengan mengubah lari. Gerak tipu merupakan gerak pura – pura dari badan yang oleh lawan dianggap gerakan yang sebenarnya sehingga pemain lawan mengikutinya.

d. Gerakan khusus penjaga gawang

Gerakan khusus penjaga gawang pada umumnya merupakan sikap menunggu dari gerakan pemain lawan.

Salah satu teknik dalam sepakbola yaitu teknik mengoper bola yang akan dibahas dalam penelitian ini, karena mengoper bola sangat penting dalam permainan sepakbola.

G. Teknik Mengoper Bola *(passing)*

Mengoper bola *(passing)* adalah mengumpan atau mengoper kepada teman. *Passing* yang baik dan benar sangat dibutuhkan pada permainan sepak bola,karena dalam menguasai teknik ini maka akan mempermudah teman kita untuk menerima bola. *Passing* juga bisa dilakukan dengan menggunakan kaki dan bagian dalam*(inside).*

Bagian dalam kaki*(inside)* adalah bagian yang sering digunakan untuk menendang bola. Bagian kaki tersebut memiliki permukaan yang paling luas untuk menendang bola dibanding bagian yang lain, sehingga lebih mudah menebak kemana arah bola jika menendangnya,sehingga sangat

ideal untuk melakukan *passing* yang akurat. Menendang dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk mengoper jarak dekat.

Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian dalam hasil yang diperoleh tidak terlalu jauh karena ini biasanya hanya untuk mendorong bola kurang lebih 5 sampai 15 yard (JA Luxbacher, 2001:12).

Gambar 1. Mengoper Bola *(Passing)*.

H. Alat Bantu

Alat bantu adalah sebagai sumber pembelajaran. Jadi alat bantu menjadi perantara dalam memudahkan penyampaian belajar. Alat merupakan bagian dari fasilitas pendidikan yang digunakan untuk proses kegiatan belajar mengajar. Dengan alat pembelajaran guru dapat memberikan contoh secara langsung tentang materi yang akan diberikan kepada siswa, dengan tujuan materi tersebut agar mudah dipahami dan dimegerti oleh siswa. Sedangkan Alat pembelajaran adalah alat yang dapat menyajikan pesan serta perangsang peserta didik untuk belajar.

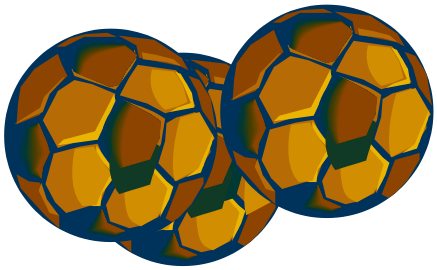
Hamalik dalam Azhar Arsyad (2005: 15) mengemukakan bahwa pemakaian alat bantu dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa.

Menurut Azhar Arsyad (2005: 7), alat bantu adalah suatu proses belajar baik di dalam maupun di luar kelas. Alat bantu digunakan untuk membantu proses pembelajaran agar bahan pelajaran yang disampaikan oleh guru lebih konkret/jelas karena ada model atau replika yang dapat diamati siswa sehingga mudah diterima atau dipahami peserta didik.

Menurut Gagne dan Reiser (1983), alat pembelajaran adalah alat-alat fisik dimana pesan-pesan instruksional dikomunikasikan. Contoh: buku dll

1. Bola karet

Bola karet merupakan alat bantu untuk memperbaiki teknik *passing* siswa. Pemilihan alat bantu bola ini selain praktis dan mudah penggunaannya, diharapkan alat bantu ini dapat menarik minat siswa agar tertarik dan melakukan tugas gerak dengan baik.



Gambar 2. Bola Karet.

Penggunaan alat bantu di atas diharapkan dapat memotivasi anak melakukan tugas gerak yang diberikan. Menurut Rusli Lutan (2002: 10) pembelajaran Pendidikan Jasmani dikatakan berhasil apabila :

1. Jumlah waktu aktif berlatih (JWAB) atau waktu melaksanakan tugas gerak yang dicurahkan siswa semakin banyak.
2. Waktu untuk menunggu giliran relatif sedikit, sehingga siswa aktif.
3. Proses pembelajaran melibatkan partisipasi semua kelas.
4. Guru penjasorkes terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

I. Kerangka Pikir

Dalam penelitian ini penulis mencoba menerapkan suatu cara penyampaian belajar sepakbola teknik dasar mengoper bola atau *passing* menggunakan alat bantu bola karet.

Alat bantu dalam permainan merupakan bagian dari inovasi yang dapat dilakukan dalam dunia pendidikan. Adapun kegiatan inovatif dalam hal ini antara lain pengembangan dan produksi alat-alat pelajaran.

Alat bantu yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bola karet yang relatif lebih ringan dan dan mudah. Hal ini dapat memberikan kemudahan bagi anak dalam usahanya menuju gerak dasar seperti yang diharapkan, karena anak dapat mencoba secara berulang ulang melakukan gerak dasar mengoper bola.

Walaupun bakat masing-masing orang memegang peranan penting, akan tetapi hasil penguasaan psikomotor sebagian besar merupakan fungsi kebiasaan dan keterampilan yang diperoleh ketika melakukan tugas tersebut. Dengan demikian pembelajaran mengoper bola dengan menggunakan alat bantu dapat mengefektifkan pembelajaran dan meningkatkan gerak dasar menggiring bola di MTs Assalam Tanjungsari Lampung Selatan.

J. Hipotesis

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:07), bahwa " Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap suatu masalah penelitian, oleh karena itu suatu hipotesis perlu diuji guna mengetahui apakah hipotesis tersebut terdukung oleh data yang menunjukan sebenarnya atau tidak". Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa, hipotesis adalah suatu konsep yang berfungsi sebagai jawaban sementara terhadap masalah penelitian.

Maka hipotesis dalam penelitian ini, " Melalui Alat Bantu Dapat Meningkatkan Keterampilan Mengoper Bola Pada Siswa Kelas VII di MTs Assalam Tanjungsari".