

II. TINJAUAN PUSTAKA

1. 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 via aktivitas jasmani, permainan dan cabang olahraga yang terpilih dengan maksud untuk mencapai tujuan pendidikan. tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisik, intelektual, 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 gerakanya. 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).

2. 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, 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.

3. Prinsip-Prinsip Belajar dan Pembelajaran

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

Menurut Dimiyati Mudjiono (1999:42-50) membagi Prinsip-prinsip belajar dalam 7 kategori, antara lain :

a. 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.

b. Keaktifan

Belajar tidak bisa dipaksakan oleh orang lain dan tidak juga dilimpahkan oleh orang lain.

Belajar hanya mungkin terjadi apabila anak aktif mengalami sendiri.

c. Keterlibatan langsung atau berpengalaman

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

d. 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.

e. 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.

f. Perbedaan individu

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

4. 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 terlibat dalam gerakan. Semakin kompleks pola gerak yang harus dilakukan semakin kompleks 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 pikir 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 : a) Tahap Kognitif, b) Tahap Fiksasi, dan c) Tahap Otomatis.

a. 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.

b. 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 mengoreksi 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.

c. 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:

- 1) Antisipasi gerakan mengarah pada kemampuan otomatis dan irama gerakan terlihat nyata.
- 2) Penampilan gerakan dapat dilakukan diberbagai situasi dan kondisi yang berubah-ubah tanpa menghilangkan kelancaran dan kemulusan gerakan.
- 3) 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.

5. Bermain Sepakbola

Sepakbola adalah permainan beregu yang menggunakan bola sepak dari dua kelompok yang berlawanan yang masing-masing terdiri atas sebelas pemain. Muliono (1995:918). Bagi setiap pemain bebas memainkan bola dengan seluruh anggota 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 penalti, 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) anjurkan 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.

a. gerak dasar bermain sepakbola

Gerak dasar adalah gerak yang perkembangannya sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan. Keterampilan 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. Arikunto (2008:123)

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

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 terlibat dalam gerakan.

Semakin kompleks pola gerak yang harus dilakukan semakin kompleks pula koordinasi dan kontrol tubuh yang harus dilakukan, dan ini berarti makin sulit juga untuk dilakukan.

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 karena dilakukan dengan memindahkan tubuh dari satu

tempat ke tempat yang lain atau memproyekan tubuh ke atas.

Sepakbola adalah permainan beregu, namun penguasaan teknik-teknik

dasar 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 lainnya 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.

a. gerak dasar dengan bola

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

1. 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*).

2. 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.

3. Menggiring bola

Menggiring bola adalah seni menggunakan bagian-bagian kaki menyentuh atau menggulingkan bola terus menerus di tanah sambil berdiri. 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.

4. Gerak tipu dengan bola

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

5. Merampas atau merebut bola

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

6. Melempar bola

Melempar bola dilakukan apabila bola keluar dari garis samping lapangan.

7. Gerak khusus penjaga gawang

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

8. Mengoper bola

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

9. 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.

b. Gerak dasar tanpa bola

Gerak dasar tanpa bola yaitu semua gerakan-gerakan tanpa menggunakan

bola terdiri dari :

1. 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.

2. 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).

3. 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.

4. Gerakan khusus penjaga gawang

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

Salah satu teknik dalam sepakbola yaitu teknik menggiring bola yang akan dibahas dalam penelitian ini, karena menggiring bola sangat penting dalam permainan sepakbola ”..... gunakanlah *dribbling* untuk untuk menciptakan ruang di antara kamu dan pemain lawan sehingga kamu berada pada posisi yang lebih baik untuk mengoper atau melakukan *shooting*”.(Danny Mielke, 2007:3).

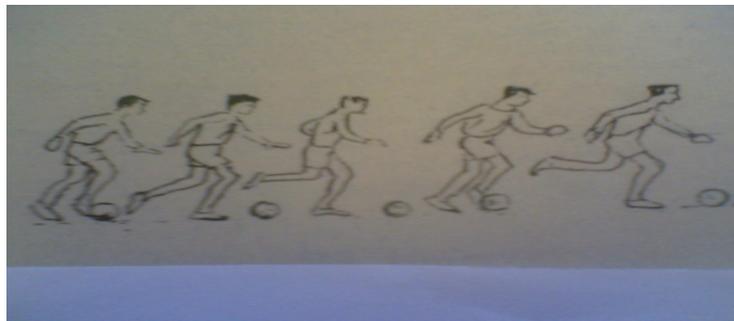
b. Pengertian Menggiring bola (*Dribbling*)

Menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu tempat ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol. Pemain tidak boleh terus menerus melihat bola. Mereka harus melihat ke sekeliling dengan kepala tegak agar

dapat mengamati situasi lapangan dan mengawasi gerak-gerik pemain lainnya. Jozef Sneyers, (2007:51).

Dribbling adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan dan tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar. (Danny Mielke, 2007:1).

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. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.



Gambar 1. Menggiring Bola

Menggiring bola (*dribbling*) memiliki beberapa kegunaan yaitu sebagai berikut :

- a. Untuk melewati lawan

- b. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.
- c. Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung . A. Sarumpaet dkk, (1992 : 24).

Menurut Danny Mielke (2007:2-5) Ada beberapa macam teknik menggiring bola, antara lain : 1) menggiring bola menggunakan sisi bagian dalam, 2) menggiring bola dengan sisi kaki bagian luar, 3) menggiring bola menggunakan kura-kura kaki.

6. Modifikasi

Modifikasi alat pembelajaran yang merupakan suatu upaya seseorang untuk merubah alat berupa bola yang standar diganti dengan bola plastic dan cun diganti dengan bambu yang yang dipasang secara berurutan. Pembelajaran yang sesungguhnya menjadi berbeda dari yang sebelumnya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan agar tujuan yang direncanakan sebelumnya dan dapat dicapai sebaik-baiknya.

a. Pengertian modifikasi

Modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dan dapat memperlancar dalam pembelajaran.

Perlunya modifikasi menurut Bahagia adalah untuk menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dan dapat memperlancar peserta didik dalam belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan peserta didik dari yang tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat keterampilan yang lebih rendah menjadi tingkat keterampilan yang lebih tinggi.

Lutan (1997) menjelaskan bahwa modifikasi adalah perubahan keadaan dapat berupa bentuk, isi, fungsi, cara penggunaan dan manfaat tanpa sepenuhnya menghilangkan aslinya.

b. Tujuan Modifikasi

Secara garis besar tujuan modifikasi adalah :

- 1). mengatasi keterbatasan akan sarana dan prasarana pendidikan jasmani,
- 2). mendukung pertumbuhan dan perkembangan peserta didik,
- 3). mendukung tercapainya tujuan pembelajaran yang efektif,
- 4). mengurangi resiko cidera akibat proporsi antara sarana pembelajaran dan kondisi fisik yang tidak seimbang.

Menurut Samsudin (2008:59) cara guru memodifikasi alat pembelajaran akan tercermin dari aktifitas pembelajaran yang diberikan guru dari mulai awal hingga akhir pembelajaran. Beberapa aspek analisa modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang : 1).Modifikasi tujuan

pembelajaran, 2).Modifikasi materi Pembelajaran, 3).Modifikasi kondisi lingkungan, 4).Modifikasi dalam evaluasi pembelajaran.

Menurut Samsudin (2008:58) modifikasi merupakan salah satu usaha para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*) termasuk didalamnya *body scaling* atau penyesuaian dengan ukuran tubuh siswa yang sedang belajar. Aspek inilah yang harus selalu disajikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran penjas. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial untuk memperlancar siswa dalam proses belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat yang tadinya lebih rendah menjadi tingkat yang lebih tinggi. Modifikasi yang berprinsip DAP diarahkan agar aktifitas belajar sesuai dengan tingkat perkembangan anak serta dapat membantu dan mendorong perubahan kemampuan belajar anak kearah perubahan yang lebih baik.

c. Modifikasi alat (bola plastik dan bambu rintangan)

Modifikasi alat yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bola plastik dan bambu rintangan, memodifikasi bola dan bambu rintangan yang digunakan untuk latihan. Modifikasi alat tersebut dimaksudkan agar membantu siswa kelas X 2 SMAN 1 Kotagajah dapat melakukan *dribbel* bola serta memudahkan peneliti dalam mengevaluasi keterampilan *dribble* bola.



Gambar 2. Alat modifikasi dengan bambu rintangan dan bola plastik.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bola plastik dan bambu rintangan. Bambu rintangan dibuat sepanjang 2 m dan bambu ini ditancapkan pada tanah agar dalam pelaksanaannya siswa dapat melewati bambu rintangan dengan menggiring bolaplastik tersebut dengan benar. Dalam pelaksanaannya alat ini disediakan 5-15 buah bola plastik agar siswa bisa memperoleh kesempatan yang lebih banyak dan penulis juga bisa mengevaluasi gerakan siswa.

Penggunaan alat-alat bantu di atas diharapkan dapat memotivasi anak melakukan tugas gerak yang diberikan. Menurut 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 Fikir

Dalam penelitian ini penulis mencoba menerapkan suatu cara penyampaian belajar sepakbola teknik dasar menyundul bola atau heading menggunakan modifikasi alat permainan (bambu rintangan dan bola plastik).

Modifikasi alat 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.

Modifikasi alat yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bambu rintangan dan bola plastik yang relatif lebih ringan 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 menggiring 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 menggiring dengan modifikasi alat dapat mengefektifkan pembelajaran dan meningkatkan gerak dasar menggiring bola di SMA Negeri 1 Kotagajah Lampung Tengah.

J. Hipotesis

Menurut 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 menunjukkan 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 Modifikasi Alat Dapat Meningkatkan Proses Pembelajaran dan efektifitas belajar Gerak Dasar Menggiring Bola Pada Siswa Kelas X 2 di SMA N 1 Kotagajah”.