

BAB II

PEMBELAJARAN MENGGIRING BOLA DENGAN MODIFIKASI BOLA PLASTIK

A. Deskripsi Teori

1. Permainan Sepakbola

Pengusaan teknik dasar bermain sepak bola mempunyai peran penting terhadap keterampilan teknik bermain sepakbola, Karena keterampilan teknik bermain sepakbola merupakan penerapan secara langsung teknik dasar bermain sepakbola. Berkaitan dengan teknik dasar bermain sepakbola, Soekatamsi (1984:14) menyatakan, “Teknik dasar bermain sepakbola adalah semua cara pelaksanaan gerakan-gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola, terlepas sama sekali dari permainannya.”

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa, teknik dasar bermain sepakbola dibedakan menjadi dua macam yaitu teknik gerak tubuh dan teknik memainkan bola. Teknik bermain sepakbola ini terlepas dari permainan sebenarnya. Agar seorang pemain memiliki keterampilan teknik bermain sepakbola, maka komponen-komponen teknik dasar bermain sepakbola harus dikuasai dengan baik.

Pada dasarnya teknik dasar bermain sepakbola dibedakan atas teknik tanpa bola dan teknik dengan bola, unsur-unsur bermain sepakbola menurut Soekatamsi, (1984: 16) yaitu :

1. Teknik tanpa bola

Teknik tanpa bola yaitu semua gerakan-gerakan tanpa bola terdiri dari:

- a. Lari cepat dan mengubah arah
- b. Melompat dan meloncat
- c. Gerak tipu tanpa bola
- d. Gerakan-gerakan khusus penjaga gawang

2. Teknik dengan bola

Teknik dengan bola yaitu semua gerakan-gerakan dengan bola terdiri dari:

- a. Mengenal bola
- b. Menendang bola
- c. Menerima bola:
 - 1) menghentikan bola
 - 2) mengontrol bola
 - 3) Menggiring bola
 - 4) Menyundul bola
 - 5) Melempar bola
 - 6) Gerak tipu dengan bola
 - 7) Merampas atau merebut bola
 - 8) Teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Teknik tanpa bola dan teknik dengan bola tidak dapat dipisahkan dalam pelaksanaan permainan. Keterlibatan antara teknik tanpa bola dan teknik dengan bola ini dilakukan menurut kebutuhan dalam permainan. Penampilan seorang pemain sepakbola akan terlihat baik jika kedua teknik dasar tersebut dikuasai.

B. Teknik Dasar Menggiring Bola

1. Pengertian Menggiring Bola

Keterampilan menggiring bola merupakan salah satu teknik yang sangat besar peranannya dalam permainan sepakbola. Menurut Moh. Gilang (2007:1) pengertian menggiring bola adalah mengubah arah dan kecepatan bola dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat. Menurut Soekatamsi (1984: 158) menggiring bola diartikan sebagai berikut: “Gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar tergulir terus menerus di atas tanah”. Sedangkan menurut Arma Abdoellah (1998: 426) yaitu “*dribling*” diartikan seni menggunakan beberapa kaki menyentuh atau menggulingkan bola terus menerus di atas tanah sambil berlari”.

Dari uraian tersebut dapat dirumuskan bahwa ketrampilan menggiring bola merupakan gerakan lari sambil mendorong bola dengan bagian kaki agar terus menerus bergulir di atas tanah.

2. Prinsip-prinsip menggiring bola

Agar bola yang digiring tidak lepas dari penguasaan dan tidak mudah direbut oleh lawan, dalam menggiring bola harus memperhatikan prinsip-prinsip yang ada. Prinsip-prinsip menggiring bola menurut Soekatamsi (1984 : 158) adalah sebagai berikut :

- a. Bola di dalam penguasaan pemain, tidak mudah direbut oleh lawan dan bola selalu terkontrol.
- b. Di depan pemain terdapat daerah kosong artinya bebas dari lawan.
- c. Bola digiring dengan kaki kanan atau kiri, tiap langkah kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang. Irama sentuhan pada bola tidak merubah irama langkah kaki.
- d. Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu tertuju pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan.
- e. Badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti pada waktu lari biasa.

Dengan memperhatikan prinsip-prinsip menggiring bola tersebut hasil yang diharapkan dapat tercapai. Bola yang digiring di mungkinkan akan selalu lengket dengan kaki dan mudah bergerak serta bola tidak mudah direbut oleh lawan. Selanjutnya Moh. Gilang (2007 :8-9) mengemukakan bahwa keberhasilan menggiring bola dengan cepat ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain:

a. Sikap Awalan

- 1) Berdiri posisi melangkah
- 2) Berat tubuh bertumpu pada kaki kiri dan lutut agak ditekuk
- 3) Letakkan bola di depan, kedua lengan menjaga keseimbangan
- 4) Pandangan berpusat pada bola

b. Pelaksanaan

- 1) Dorong bola ke depan perlahan menggunakan punggung kaki
- 2) Dorong bola ke depan perlahan menggunakan kaki bagian dalam
- 3) Dorong bola ke depan perlahan menggunakan kaki luar

c. Sikap Akhir

- 1) Menghentikan bola dengan telapak kaki
- 2) Tumpuan pada kaki yang tidak digunakan untuk *dribbling*
- 3) Pandangan ke depan

3. Macam-macam cara menggiring bola

Dilihat dari perkenaan kaki, menggiring bola dapat dilakukan bermacam-macam. Menurut Soekatamsi (1984: 159 – 160) pada prinsipnya menggiring bola dapat dilakukan dengan 3 bagian kaki yaitu : (1). Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam, (2). Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar, (3). Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh. Dari ketiga bagian kaki tersebut dalam pelaksanaannya dapat dilakukan dengan salah satu kaki saja atau dua kaki secara bergantian. Hal ini tergantung dari kebiasaan pemain atau situasi yang dihadapi dalam permainan, sehingga dapat menentukan teknik mana yang lebih baik dan tepat untuk menggiring bola.

Di dalam menggiring bola seringkali terjadi kesalahan, sehingga bola lebih mudah direbut oleh lawan. Menurut Joseph A Luxbacher (1997 : 51) kesalahan yang sering terjadi pada saat menggiring bola antara lain:

- a. Bola menggelinding terlalu jauh dari kaki dan berada diluar jangkauan.
- b. Bola terselip di sela-sela kaki saat melakukan dribble.
- c. Mengubah arah dengan cepat dan menggiring bola ke arah lawan.

Selanjutnya cara untuk memperbaiki kesalahan pada saat menggiring bola menurut Joseph A. Luxbacher (1997 : 51) sebagai berikut :

- a. Jaga bola agar tetap berada di bawah tubuh, serapat mungkin dengan kaki, dari posisi tersebut mengubah arah dengan cepat dan bola selalu berada di bawah kontrol. Gunakan sentuhan yang halus saat menggiring bola.

- b. Jangan terlalu bersemangat atau melakukan terlalu banyak gerakan tubuh yang berbeda. Kuasailah sedikit gerakan dribble saja dan gunakanlah untuk mengalahkan lawan.
- c. Jaga agar kepala tetap tegak sesering mungkin saat menggiring bola. Penglihatan lapangan yang baik sama pentingnya dengan mempertahankan kontrol bola yang rapat.

4. Kegunaan menggiring bola

Dalam menggiring bola harus dilakukan pada saat yang tepat sehingga memberikan keuntungan yang diperoleh dalam menggiring bola yaitu apabila menggiring bola dilakukan di daerah lawan dapat dijadikan sebagai serangan menggiring bola sehingga mampu menerobos atau melewati pertahanan lawan merupakan kesempatan mencetak gol ke gawang lawan. Akan tetapi menggiring bola di daerah pertahanan sendiri justru merugikan tim sendiri. Kerugian menggiring bola di daerah sendiri yaitu apabila bola dapat direbut lawan kemungkinan bagi pemain bertahan belum siap melakukan pertahanan, sehingga lawan mempunyai kesempatan untuk mencetak gol, seperti dikemukakan Soedjono (1985 : 60), bahwa :

“Harus disadari bahwa keuntungan untuk menggiring bola di 1/3 lapangan daerah pertahanan adalah rendah, sementara unsur resiko tinggi. Tetapi di 1/3 lapangan daerah penyerangan, kasusnya malah sebaliknya, mempunyai keuntungan yang tinggi dan resiko yang rendah”.

Sedangkan kegunaan dan manfaat menggiring bola dalam sepakbola menurut Soekatamsi (1984 : 158) antara lain :

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

Secara sederhana pengertian atau maksud kegunaan menggiring bola tersebut dapat dijelaskan yaitu untuk melewati lawan, hal ini dimaksudkan

bahwa dengan menggunakan gerak tipu sambil menggiring bola maka lawan akan terkecoh merupakan kesempatan untuk meloloskan diri dari hadangan lawan. Menggiring bola merupakan kesempatan untuk memberikan umpan, hal ini dimaksudkan bagi pemain yang mahir menggiring dan memiliki tendangan yang baik, maka mempunyai peluang yang lebih baik untuk memberikan umpan-umpan pada teman yang bebas dari kawalan lawan. Oleh karena itu dalam menggiring bola harus selalu melihat situasi permainan dan posisi teman. Sedangkan kegunaan menggiring bola untuk menahan, menyelamatkan bola bila tidak ada kesempatan memberikan operan. Hal ini dimaksudkan menggiring bola harus dilakukan sehingga bola tetap dikuasai, dimana tidak ada kesempatan untuk melakukan operan, sebab kemungkinan posisi teman tidak menguntungkan sehingga apabila diberi umpan akan merugikan dan mudah diantisipasi atau direbut oleh lawan.

C. Pembelajaran

1. Hakikat Pembelajaran

Pendekatan pembelajaran merupakan salah satu bagian yang tidak dapat diabaikan dalam kegiatan belajar mengajar. Menurut Suharno, Sukardi, Chotijah dan Suwalni S., (1998: 25) bahwa, “Pendekatan pembelajaran diartikan model pembelajaran”. Menurut Wahjoedi (1999: 121) bahwa, “Pendekatan pembelajaran adalah cara mengelola kegiatan belajar dan perilaku siswa agar ia dapat aktif melakukan tugas belajar sehingga dapat memperoleh hasil belajar secara optimal”. Sedangkan Syaiful Sagala (2005: 68) berpendapat, “Pendekatan pembelajaran merupakan jalan yang akan ditempuh oleh guru dan siswa dalam mencapai tujuan instruksional untuk suatu satuan instruksional tertentu”.

Berdasarkan pengertian pendekatan pembelajaran yang dikemukakan tiga ahli tersebut dapat disimpulkan, pendekatan pembelajaran merupakan cara kerja yang mempunyai sistem untuk memudahkan pelaksanaan proses pembelajaran dan membelajarkan siswa guna membantu dalam mencapai

tujuan yang telah ditetapkan. Untuk mencapai tujuan pembelajaran, maka dibutuhkan perangkat-perangkat yang mendukung kegiatan pembelajaran. Dengan pola pembelajaran yang baik dan didukung perangkat pembelajaran yang baik dan ideal, maka tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

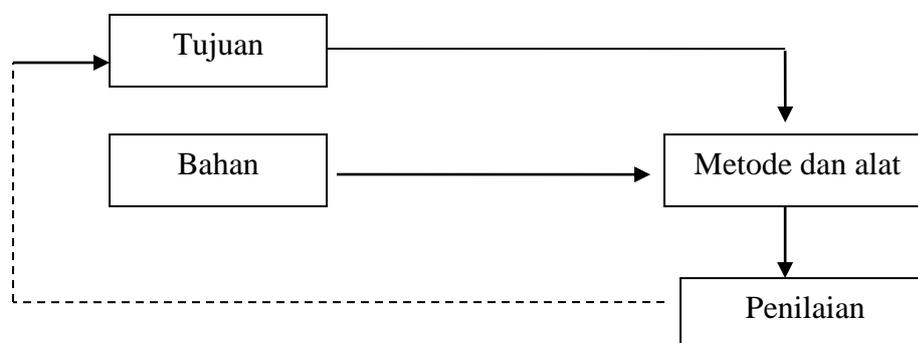
Merencanakan pendekatan pembelajaran sangat penting dalam kegiatan belajar mengajar. Penerapan pendekatan pembelajaran yang tepat maka akan memiliki efektifitas terhadap proses pembelajaran, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal. Adang Suherman dan Agus Mahendra (2001: 143) menyatakan, “Efektifitas pengajaran sangat ditentukan oleh pendekatan pengajaran yang dipilih guru atas dasar pengetahuan guru terhadap sifat keterampilan atau tugas gerak yang akan dipelajari siswa”.

Pendapat tersebut menunjukkan, penerapan pendekatan pembelajaran didasarkan pada pengetahuan guru dan keterampilan yang dipelajari. Untuk mencapai hasil belajar yang maksimal, maka seorang guru harus cermat dan tepat dalam menerapkan pendekatan pembelajaran, sehingga keterampilan yang dipelajari dapat dikuasai siswa dengan baik.

2. Komponen-Komponen Pembelajaran

Dalam kegiatan pembelajaran ada beberapa komponen yang terlibat di dalamnya. Karena pembelajaran merupakan proses, maka sudah barang tentu harus dapat mengembangkan dan menjawab beberapa persoalan yang mendasar mengenai kemana proses akan diarahkan, apa yang harus dibahas dalam proses tersebut, bagaimana cara melakukannya dan bagaimana mengetahui berhasil tidaknya proses tersebut. Hal ini artinya, dalam kegiatan pembelajaran harus mengetahui komponen-komponen yang terlibat di dalamnya. Berkaitan dengan komponen pembelajaran Muhammad Ali (2004: 4) menyatakan, “Komponen-komponen dalam kegiatan belajar mengajar dikelompokkan ke dalam tiga kategori yaitu (1) guru, (2) isi atau materi pelajaran dan (3) siswa”. Menurut H.J. Gino dkk, (1998: 30) berpendapat komponen-komponen dalam suatu kegiatan pembelajaran yaitu: “Siswa, guru, tujuan, isi pelajaran, metode, media dan evaluasi”.

Sedangkan Nana Sudjana (2005: 30) menggambarkan skematis komponen-komponen pembelajaran sebagai berikut:



Gambar 2.1 Skematis Komponen-Komponen Pembelajaran
(Nana Sudjana, 2005: 30)

Komponen-komponen pembelajaran tersebut pada prinsipnya saling berkaitan antara yang satu dengan lainnya. Hal senada tentang komponen-komponen pembelajaran dikemukakan. M. Sobry Sutikno (2009: 35-40) bahwa, “Komponen pembelajaran meliputi beberapa aspek yaitu: “(1) Tujuan pembelajaran, (2) materi pelajaran, (3) kegiatan pembelajaran, (4) metode, (5) media, (6) sumber belajar dan, (7) evaluasi”. Untuk lebih jelasnya komponen-komponen pembelajaran diuraikan secara singkat sebagai berikut:

3. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran pada dasarnya merupakan kemampuan-kemampuan yang diharapkan dimiliki siswa setelah memperoleh pengalaman belajar. Dengan kata lain, tujuan pembelajaran merupakan suatu cita-cita yang ingin dicapai dari pelaksanaan pembelajaran. Tujuan pembelajaran mempunyai jenjang dari yang luas atau umum sampai kepada yang sempit atau khusus. Semua tujuan itu berhubungan antara satu dengan yang lainnya, dan tujuan di atasnya. Bila tujuan terendah tidak tercapai, maka tujuan di atasnya tidak tercapai pula. Oleh karena itu, aspek tujuan pembelajaran merupakan faktor utama yang harus dirumuskan secara jelas dan spesifik, karena akan menentukan arah pembelajaran. Tujuan-tujuan

pembelajaran harus berpusat pada perubahan perilaku siswa yang diinginkan, dan karenanya harus dirumuskan secara operasional, dapat diukur dan dapat diamati ketercapaiannya.

4. Materi Pelajaran

Materi pelajaran merupakan unsur belajar yang penting mendapat perhatian oleh guru. Materi pelajaran merupakan medium untuk mencapai tujuan pembelajaran yang dikonsumsi oleh siswa. Oleh karena itu, penentuan materi pelajaran harus berdasarkan tujuan yang hendak dicapai, misalnya berupa pengetahuan, keterampilan, sikap dan pengalaman lainnya. Materi pelajaran yang diterima siswa harus mampu merespons setiap perubahan dan mengantisipasi setiap perkembangan yang akan terjadi di masa depan. Nana Sudjana (2005: 69) menyatakan, beberapa hal yang harus diperhatikan dalam menetapkan materi pelajaran sebagai berikut:

- a. Bahan pelajaran harus sesuai dan menunjang tercapainya tujuan.
- b. Materi pelajaran yang ditulis dalam perencanaan pembelajaran terbatas pada konsep saja, atau berbentuk garis besar bahan pelajaran tidak pula diuraikan terinci.
- c. Menetapkan materi pelajaran harus serasi dengan urutan tujuan.
- d. Urutan materi pelajaran hendaknya memperhatikan kesinambungan (kontinuitas).
- e. Materi pelajaran disusun dari yang sederhana menuju yang kompleks, dari yang mudah menuju yang sulit, dari yang kongkret menuju yang abstrak. Dengan cara ini siswa akan mudah memahaminya.
- f. Sifat materi pelajaran ada yang faktual dan ada yang konseptual.

Untuk menetapkan materi pelajaran hendaknya harus selalu berpedoman pada tujuan pembelajaran. Oleh karena itu, merumuskan tujuan pembelajaran pada awal pembelajaran sangat penting agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

5. Kegiatan Pembelajaran

Dalam kegiatan pembelajaran, guru dan siswa terlibat dalam interaksi dengan materi pelajaran sebagai mediumnya. Dalam interaksi itu siswa yang lebih aktif, bukan guru. Keaktifan siswa tentu mencakup kegiatan fisik dan mental, individual dan kelompok. Interaksi dikatakan maksimal bila terjadi antara guru dengan semua siswa, antara siswa dengan guru, antara siswa dengan siswa dengan materi pelajaran dan media pembelajaran, bahkan siswa dengan sendirinya sendiri, namun tetap dalam kerangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan bersama.

Agar memperoleh hasil belajar yang optimal, hendaknya guru memperhatikan perbedaan individual siswa, baik aspek biologis, intelektual dan psikologis. Ketiga aspek ini diharapkan memberikan informasi pada guru bahwa, setiap siswa dapat mencapai prestasi belajar yang optimal, sekalipun dalam tempo yang berlainan. Guru harus mampu membangun suasana belajar yang kondusif, sehingga siswa mampu belajar mandiri. Guru juga harus mampu menjadikan proses pembelajaran sebagai salah satu sumber yang penting dalam kegiatan eksplorasi.

6. Metode

Metode merupakan suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam kegiatan pembelajaran, metode diperlukan oleh guru dengan penggunaan yang bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Nana Sudjana (2005: 77-89) metode pembelajaran terdiri dari:

- a. Metode ceramah
- b. Metode tanya jawab
- c. Metode diskusi
- d. Metode tugas belajar dan resitasi
- e. Metode kerja kelompok
- f. Metode demonstrasi dan eksperimen
- g. Metode sosio drama (*role-playing*)
- h. Metode *problem solving*

- i. Metode sistem regu (*team taching*)
- j. Metode latihan (*drill*)
- k. Metode keryawisata (*field trip*)
- l. Metode *resource person* (manusia sumber)
- m. Metode masyarakat
- n. Metode simulasi

Menguasai dan memahami metode-metode pembelajaran tersebut sangat penting bagi seorang guru. Untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan, maka dalam pelaksanaan pembelajaran dapat diterapkan macam-macam metode pembelajaran menurut kebutuhan.

7. Media

Media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran. Berkaitan dengan media pembelajaran, Muhammad Ali 2004: 88) menyatakan: Media pengajaran merupakan bagian integral dalam sistem pengajaran. Banyak media pengajaran yang dapat digunakan. Penggunaannya meliputi manfaat yang banyak pula. Penggunaan media harus didasarkan kepada pemilihan yang tepat, sehingga dapat memperbesar arti dan fungsi dalam menunjang efektifitas dan efisiensi proses belajar dan mengajar.

Pendapat tersebut menunjukkan, penggunaan media atau alat dalam pembelajaran sangat penting. Penggunaan media atau alat yang tepat sesuai materi pelajaran, maka akan memperbesar hasil belajar. Untuk memperbesar hasil belajar, maka seorang guru harus mampu memilih dan menggunakan media pembelajaran yang tepat sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.

8. Sumber Belajar

Sumber belajar merupakan segala sesuatu yang dapat dipergunakan sebagai tempat dimana materi pelajaran terdapat. M. Sobry Sutikno (2009: 39) bahwa, “Sumber belajar dapat dibedakan menjadi dua, yaitu sumber belajar yang direncanakan dan sumber belajar karena manfaat”. Sumber belajar yang direncanakan adalah semua sumber yang secara khusus telah dikembangkan sebagai komponen sistem pembelajaran untuk memberikan

fasilitas belajar yang terarah dan bersifat formal. Sedangkan sumber belajar karena dimanfaatkan adalah sumber-sumber yang tidak secara khusus didesain untuk keperluan pembelajaran, namun dapat ditemukan, diaplikasikan dan digunakan untuk keperluan belajar.

9. Evaluasi

Evaluasi merupakan suatu tindakan atau proses untuk menentukan nilai dari suatu tindakan atau suatu proses untuk menentukan nilai dari sesuatu. Nana Sudjana (2005: 111) menyatakan, "Penilaian yang dilakukan terhadap proses pembelajaran berfungsi (1) untuk mengetahui tercapai tidaknya tujuan pengajaran. (2) Untuk mengetahui keefektifan proses belajar mengajar yang telah dilakukan guru".

Evaluasi merupakan aspek yang penting yang berguna untuk mengukur dan menilai seberapa jauh tujuan pembelajaran telah tercapai atau sampai mana terdapat kemajuan belajar siswa dan bagaimana tingkat keberhasilan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Apakah tujuan yang telah dirumuskan dapat dicapai atau tidak, apakah materi pelajaran yang telah diberikan dapat dikuasai atau tidak, dan apakah penggunaan metode dan alat pembelajaran tepat atau tidak.

10. Kompetensi yang Harus Dimiliki Seorang Guru

Guru ada suatu profesi. Sebelum bekerja sebagai guru, terlebih dahulu dididik dalam suatu lembaga pendidikan keguruan. Dalam lembaga pendidikan keguruan tersebut, bukan hanya belajar ilmu pengetahuan atau bidang studi yang diajarkan, ilmu dan metode pembelajaran, tetapi juga dibina agar memiliki kepribadian sebagai guru.

Sebagai pendidikn profesional, guru bukan hanya saja dituntut melaksanakan tugasnya secara profesional, tetapi juga harus memiliki pengetahuan dan kemampuan profesional. Tanggung jawab dalam mengembangkan profesi guru pada dasarnya merupakan tuntutan dan panggilan untuk selalu mencintai, menghargai, menjaga dan meningkatkan tugas dan tanggung jawab profesinya. Seorang guru harus sadar bahwa tugas dan tanggung jawabnya tidak bisa dilakukan oleh orang lain dan

dalam melaksanakan tugasnya harus bersungguh-sungguh. Seorang guru dituntut agar selalu meningkatkan pengetahuannya, kemampuan dalam rangka pelaksanaan tugas profesinya. Seorang guru harus peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi, khususnya dalam bidang pendidikan dan pengajaran, dan pada masyarakat pada umumnya. Guru harus dapat mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, sehingga dalam pelaksanaan pengajaran sesuai dengan tuntutan perkembangan jaman.

Meningkatkan kemampuan dan pengetahuan diberbagai bidang merupakan keharus bagi seorang guru. Untuk itu seorang guru harus memiliki beberapa kompetensi. Nana Sudjana (2005: 18) menyatakan, kompetensi yang harus dimiliki seorang guru di antaranya:

- a. Kompetensi dibidang kognitif. Artinya kemampuan intelektual seperti pengetahuan mata pelajaran, pengetahuan mengani cara mengajar, pengetahuan mengenai belajar dan tingkah laku individu, pengetahuan tentang bimbingan penyuluhan, pengetahuan tentang adminitrasi kelas, pengetahuan tentang cara menilai hasil belajar siswa, pengetahuan tentang kemasyarakatan serta pengetahuan umum lainnya.
- b. Kompetensi bidang sikap. Artinya kesiapan dan kesediaan guru terhadap berbagai hal yang berkenaan dengan tugas dan profesinya. Misalnya sikap menghargai pekerjaannya, mencintai dan memiliki perasaan senang terhadap mata pelajaran yang dibinanya, sikap toleransi terhadap sesama teman profesinya, memiliki kemauan yang keras untuk meningkatkan hasil pekerjaannya.
- c. Kompetensi perilaku/*performance*. Artinya kemampuan guru dalam berbagai keterampilan/perilaku, seperti keterampilan mengajar, membimbing, menilai, menggunakan alat bantu pengajaran, bergaul dan berkomunikasi dengan siswa, keterampilan menumbuhkan semangat belajar para siswa, keterampilan menyusun persiapan atau perencanaan mengajar, keterampilan melaksanakan adminitrasi kelas dan lain-lain. Perbedaan dengan komptensi kognitif terletak pada sifatnya. Kalau kompetensi kognitif berkenaan dengan aspek teori atau pengetahuannya,

pada kompetensi perilaku yang diutamakan adalah praktik atau keterampilan melaksanakannya.

Pada dasarnya kompetensi yang harus dimiliki seorang guru mencakup tiga aspek yaitu, kompetensi kognitif, kompetensi sikap dan kompetensi perilaku atau *performance*. Dari ketiga kompetensi tersebut tidak berdiri sendiri, tetapi saling berhubungan dan saling mempengaruhi satu sama lainnya. Lebih lanjut Nana Sudjana, (2005: 19) menyatakan, dari ketiga kompetensi tersebut, kompetensi guru yang banyak berhubungan dengan usaha meningkatkan proses dan hasil belajar dikelompokkan ke dalam empat kemampuan yaitu: “(1) Merencanakan program belajar mengajar, (2) melaksanakan dan memimpin, (3) menilai kemajuan proses belajar mengajar, (4) menguasai bahan pelajaran dalam pengertian menguasai bidang studi atau mata pelajaran yang dipegangnya/dibinannya”. Hal senada dikemukakan M. Sobry Sutikno (2009: 47) bahwa seorang guru dituntut menguasai sejumlah kemampuan dan keterampilan yang berkaitan dengan proses pembelajaran antara lain:

- 1) Kemampuan menguasai bahan ajar.
- 2) Kemampuan dalam mengelola kelas.
- 3) Kemampuan dalam menggunakan metode, media dan sumber belajar.
- 4) Kemampuan untuk melakukan penilaian baik proses maupun hasil.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan, kemampuan yang harus dimiliki seorang guru meliputi: kemampuan menguasai bahan pelajaran, kemampuan dalam mengelola kelas, kemampuan dalam menggunakan metode, media dan sumber belajar serta kemampuan untuk melakukan penilaian baik proses maupun hasil. Jika seorang guru memiliki kemampuan yang baik dalam kegiatan belajar mengajar, maka tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan dapat dicapai secara maksimal.

11. Merumuskan Tujuan Pembelajaran

Merumuskan tujuan pembelajaran adalah sangat penting. Hal ini karena, tidak ada suatu pembelajaran yang diprogramkan tanpa tujuan. Pembelajaran yang tidak mempunyai tujuan merupakan suatu hal yang tidak

memiliki kepastian dalam menentukan arah, target akhir dan prosedur yang dilakukan. Secara umum tujuan dari pembelajaran yaitu, terjadinya perubahan kemampuan yang lebih baik pada diri siswa setelah melalui proses pembelajaran. M. Sobry Sutikno (2009: 80) bahwa, “Tujuan pembelajaran adalah kemampuan-kemampuan yang diharapkan dimiliki siswa setelah memperoleh pengalaman belajar”.

Perubahan kemampuan atau keterampilan pada diri siswa merupakan tujuan dari pembelajaran. Untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut, maka perlu dirumuskan secara operasional, dapat diukur dan dapat diamati tercapainya. M. Sobry Sutikno (2009: 81) memberikan petunjuk praktis merumuskan tujuan pembelajaran sebagai berikut:

- a. Formulasikan dalam bentuk yang operasional.
- b. Rumuskan dalam bentuk produk belajar, bukan proses belajar.
- c. Rumuskan dalam tingkah laku siswa bukan perilaku guru.
- d. Rumuskan standart perilaku yang akan dicapai.
- e. Hanya mengandung satu tujuan belajar.
- f. Rumuskan dalam kondisi mana perilaku itu terjadi.

Pendapat tersebut menunjukkan, untuk merumuskan tujuan pembelajaran ada tujuh hal yang harus diperhatikan. Untuk mencapai tujuan pembelajaran, maka petunjuk-petunjuk dalam merumuskan tujuan pembelajaran tersebut harus diperhatikan. Berkaitan dengan perumusan tujuan pembelajaran Sudjana (2001: 40) memberikan rumus formula pembelajaran sebagai berikut, “ $P_b = f(p, m, s, x, y, z)$. Formula pembelajaran tersebut diartikan bahwa, pembelajaran (P_b) adalah fungsi (f), pendidik (p), untuk membelajarkan (m), peserta didik (s), terhadap materi pelajaran (x), untuk mencapai hasil belajar (y), yang menimbulkan pengaruh belajar (z)”.

Rumus formula pembelajaran tersebut, jika dikaitan dengan tujuan pembelajaran maka mencapai hasil belajar (y) merupakan tujuan yang hendak dicapai dalam pembelajaran. Hasil belajar (y) dapat mencakup perubahan perilaku peserta didik dalam ranah kognitif, afektif, dan atau psikomotorik.

Ranah kognitif merupakan tujuan pendidikan yang berkenaan dengan aktivitas berfikir yang meliputi ingatan, pengenalan pengetahuan serta perkembangan kemampuan dan kecakapan intelektual. Ranah afektif merupakan tujuan pendidikan yang berkenaan dengan perilaku, perasaan dan emosi. Perilaku afektif bisa diklasifikasi ke dalam kategori-kategori dari sifat yang sederhana sampai yang sifatnya kompleks. Sedangkan ranah psikomotorik merupakan tujuan pendidikan yang berkenaan dengan gerakan atau keterampilan. Aktivitas psikomotor terutama berorientasi pada gerakan dan menekankan respon-respon fisik yang nampak.

Berkaitan dengan perubahan perilaku siswa dalam belajar keterampilan, maka perubahan psikomotorik merupakan tujuan utama yang akan dicapai dalam belajar keterampilan. Melalui belajar yang teratur dengan diterapkan pendekatan pembelajaran yang baik, maka suatu keterampilan dapat dikuasai oleh siswa dengan baik. Untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal, maka seorang guru harus mampu merumuskan tujuan pembelajaran yang baik dan tepat, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

12. Prinsip-Prinsip Pembelajaran

Belajar suatu keterampilan adalah sangat kompleks. Dengan belajar secara baik dan teratur akan membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Nasution yang dikutip H.J. Gino dkk (1998: 51) bahwa, “Perubahan akibat belajar tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan, melainkan juga dalam bentuk kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan, minat, penyesuaian diri, pendeknya mengenai segala aspek organisme atau pribadi seseorang”.

Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa. Untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Dimiyati dan Mudjiono (2006: 42) bahwa, “Prinsip-prinsip pembelajaran meliputi perhatian dan motivasi, keaktifan siswa, keterlibatan langsung, pengulangan, tantangan, balikan dan penguatan serta perbedaan

individual”. Sedangkan Sugiyanto (1998: 328-329) berpendapat, “Beberapa prinsip yang perlu diperhatikan di dalam mengatur kondisi praktik belajar gerak atau keterampilan yaitu: (1) prinsip pengaturan giliran, (2) prinsip belajar meningkat, (3) prinsip kondisi belajar bervariasi, (4) prinsip pemberian motivasi dan dorongan semangat”

Berdasarkan dua pendapat menunjukkan, untuk mencapai hasil belajar yang optimal dalam belajar keterampilan maka harus didasarkan prinsip-prinsip belajar yang tepat. Penerapan prinsip-prinsip belajar yang baik dan tepat, maka tujuan pembelajaran dapat dicapai lebih optimal. Untuk lebih jelasnya prinsip-prinsip pembelajaran keterampilan secara singkat diuraikan sebagai berikut:

a. Prinsip Pengaturan Giliran Praktik

Mempraktikkan gerakan keterampilan bisa dilakukan secara terus menerus tanpa istirahat. Cara ini disebut *massed conditions*. Dengan cara ini siswa melakukan gerakan berulang-ulang, terus menerus selama waktu latihan, tanpa ada pengaturan kapan harus melakukan gerakan dan kapan harus beristirahat.

Cara yang kedua adalah mempraktikkan gerakan dengan diselingi antara melakukan gerakan dan waktu istirahat. Cara ini disebut *distributed conditions*. Dengan cara ini ada pengaturan giliran melakukan gerakan berapa kali, kemudian diselingi istirahat dan setelah itu melakukan gerakan lagi. Waktu istirahat yang diberikan tidak perlu menunggu sampai siswa mencapai kelelahan, tetapi juga jangan terlalu sering. Yang penting adalah mengatur agar rangsangan terhadap sistem-sistem yang menghasilkan gerakan tubuh diberikan secara cukup, atau tidak kurang dan tidak berlebihan.

b. Prinsip Beban Belajar Meningkat

Gerakan keterampilan pada dasarnya merupakan sekumpulan dari gerakan-gerakan yang menjadi unsurnya. Selain itu bahwa, penguasaan gerakan keterampilan akan terjadi secara bertahap dalam peningkatannya. Mulai dari belum bisa menjadi bisa, dan kemudian

menjadi terampil melakukan sesuatu gerakan. Dengan kenyataan-kenyataan seperti itu, hendaknya pengaturan materi belajar yang dipartikkan dimulai dari yang mudah ke yang lebih sukar, atau dari yang sederhana ke yang lebih kompleks.

c. Prinsip Kondisi Belajar Bervariasi

Mempraktikkan gerakan merupakan kondisi belajar yang paling berat dalam belajar gerak. Siswa harus mengerahkan tenaganya untuk melakukan gerakan berulang kali. Siswa harus memerangi rasa lelah, dan kadang-kadang harus memerangi rasa bosan. Agar kelelahan tidak cepat terjadi atau kalau terjadi tidak begitu dirasakan, serta tidak cepat terjadi kebosanan pada diri siswa, menciptakan kondisi praktik yang bervariasi sangat diperlukan. Disini diperlukan kreativitas guru untuk menciptakan variasi pembelajaran.

Variasi bisa diciptakan dalam berbagai hal, misalnya pengaturan tempat praktik, pengaturan formasi dan kelompok, pengaturan giliran, penggunaan alat-alat, cara memberikan instruksi, cara pemberian umpan balik dan cara-cara pendekatan dengan siswa.

d. Prinsip Pemberian Motivasi dan Dorongan Semangat

Siswa melakukan suatu tugas dari guru tentu dipengaruhi oleh keadaan psikologisnya. Di dalam mempraktikkan gerakan agar melakukannya dengan sungguh-sungguh, siswa perlu mempunyai motivasi yang kuat untuk menguasai gerakan dan mempunyai semangat untuk berusaha.

Motivasi untuk menguasai gerakan bisa timbul anatar lain: apabila siswa berminat terhadap gerakan. Sedangkan minat dapat timbul apabila siswa merasa bahwa gerakan yang dipelajari tersebut memberikan manfaat bagi dirinya atau paling tidak bisa memberikan kegembiraan atau kesenangan.

Semangat berusaha bisa ditimbulkan atau ditingkatkan antar alain melalui cara menciptakan suasana kompetitif di antara para siswa. Dengan adanya suasana kompetitif, siswa akan berusaha berbuat sebaik-

baiknya untuk bisa lebih baik dari teman-teman yang lain. Cara lain untuk memberikan dorongan semangat adalah memberikan instruksi atau arahan menggunakan kalimat-kalimat atau isyarat yang membangkitkan keoptimisan pada diri siswa, bahwa ia akan mampu mencapai keberhasilan melakukan gerakan melalui mempraktikkan berulang-ulang. Pujian perlu diberikan apabila siswa berhasil dengan baik mempraktikkan gerakan, dan dorongan untuk berusaha lagi diberikan kepada siswa yang belum berhasil dengan baik.

13. Pembelajaran yang Sukses

Mencapai hasil belajar yang maksimal yaitu terjadinya peningkatan kemampuan atau keterampilan pada diri siswa sangat didambakan baik dari pihak guru maupun siswa. Namun untuk menentukan indikator bagaimanakah pembelajaran dapat dikatakan sukses atau berhasil tidaklah mudah. Untuk mencapai pembelajaran yang sukses, maka perlu penerapan desain sistem pembelajaran yang baik dan tepat. Heinich dkk (2005) yang dikutip Benny A. Pribadi (2009: 19-21) mengemukakan, perspektif pembelajaran sukses yang terdiri atas beberapa kriteria, yaitu:

a. Peran aktif siswa (*active participation*)

Proses belajar akan berlangsung efektif, jika siswa terlibat secara aktif dalam tugas-tugas yang bermakna, dan berinteraksi dengan materi pelajaran secara intensif. Keterlibatan mental siswa dalam melakukan proses belajar akan memperbesar kemungkinan terjadinya proses belajar dalam diri seseorang.

b. Latihan (*practice*)

Latihan yang dilakukan dalam berbagai konteks dapat memperbaiki tingkat daya ingat atau retensi. Latihan juga dapat memperbaiki kemampuan siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang baru dipelajari. Tugas-tugas belajar berupa pemberian latihan akan dapat meningkatkan penguasaan siswa terhadap pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari.

c. Perbedaan individual (*individual differences*)

Setiap individu memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari individu yang lain. Setiap individu memiliki potensi yang perlu dikembangkan secara optimal. Dalam hal ini, tugas guru atau instruktur adalah mengembangkan potensi yang dimiliki oleh individu seoptimal mungkin melalui proses pembelajaran yang berkualitas.

d. Umpan balik (*feedback*)

Umpan balik sangat diperlukan oleh siswa untuk mengetahui kemampuan dalam mempelajari materi pelajaran yang benar. Umpan balik dapat diberikan dalam bentuk pengetahuan tentang hasil belajar (*learning outcomes*) yang telah dicapai siswa setelah menempuh program dan aktivitas pembelajaran. Informasi dan pengetahuan tentang hasil belajar akan memacu seseorang untuk berprestasi lebih baik lagi.

e. Konteks nyata (*realitic context*)

Siswa perlu mempelajari materi pelajaran yang berisi pengetahuan dan keterampilan yang dapat diterapkan dalam sebuah situasi yang nyata. Siswa yang mengetahui kegunaan pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari akan memiliki motivasi tinggi untuk mencapai tujuan pembelajaran.

f. Interaksi sosial (*social interaction*)

Interaksi sosial sangat diperlukan oleh siswa agar dapat memperoleh dukungan sosial dalam belajar. Interaksi yang berkesinambungan dengan sejawat atau sesama siswa memungkinkan siswa untuk melakukan konfirmasi terhadap pengetahuan dan keterampilan yang sedang dipelajari.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan, pembelajaran yang sukses apabila siswa berperan aktif, diberikan latihan, memahami perbedaan individu, adanya umpan balik, ada konteks yang nyata dan adanya interaksi sosial antar siswa. Untuk mencapai pembelajaran yang sukses, maka hal-hal seperti di atas harus diperhatikan dalam kegiatan pembelajaran.

D. Modifikasi Pembelajaran

1. Pengertian Modifikasi

Syamsudin (2008:58) menyatakan bahwa modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP. *Esensi* modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunnya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya.

Rusli Lutan dalam Samsudin (2008:59) menyatakan bahwa modifikasi dalam mata pelajaran atau pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar :

- a. Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran
- b. Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi
- c. Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani penulis anggap penting untuk diketahui oleh para guru pendidikan jasmani. Diharapkan dengan mereka dapat menjelaskan pengertian dan konsep modifikasi, menyebutkan apa yang dimodifikasi dan bagaimana cara memodifikasinya, menyebutkan dan menerangkan beberapa aspek analisis modifikasi (Dimiyati, 2006: 37).

Dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu "*Developmentally Appropriate Practice*" (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong ke arah perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan sebagai proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, mempunyai peranan yang sangat penting yaitu

memberi kesempatan siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui maktivitas jasmani. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perceptual, kognitif, sosial dan emosional.

Perkembangan dan karakteristik siswa serta kemampuan memodifikasi dan melakukan pendekatan dalam proses pembelajaran. Untuk dapat melakukan gerak dasar dengan baik, siswa perlu bimbingan dan latihan, karena sebagian besar kemampuan gerak dasar berkembang sebagai hasil dari beberapa tahap kematangan. Kemampuan memodifikasi dan menentukan model-model pembelajaran serta pendekatan yang paling tepat merupakan sarana yang efektif untuk mencapai tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dan sekaligus sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lebih bervariasi dan tidak menjemukan. Seorang guru pendidikan jasmani harus memiliki keterampilan dan kemampuan tersendiri untuk dapat menyusun dan menerapkan metode, model serta memodifikasi pembelajaran. Ketidaktahuan dan keterbatasan pengetahuan akan perlunya metode, model pembelajaran serta kemampuan mencipta dan modifikasi pembelajaran, keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran dan keterbatasan dana yang tersedia, harus sudah mulai diantisipasi sejak dini.

Jadi pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, dan penghayatan nilai-nilai serta pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Yang membedakan antara pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani atau manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh guru dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan siswa secara optimal. Agar program pendidikan jasmani dapat dilaksanakan dengan baik,

maka perlu dipersiapkan guru yang berwenang dan memiliki kompetensi sebagai guru pendidikan jasmani.

Dari pendapat beberapa ahli tersebut dapat diartikan bahwa pembelajaran dengan menggunakan pendekatan modifikasi dapat dijadikan salah satu alternative dalam sebuah pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan melakukan modifikasi, guru pendidikan jasmani akan lebih mudah menyajikan suatu materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan di sederhanakan tanpa harus menghilangkan makna apa yang akan di berikan.

2. Konsep Modifikasi

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya (Dimiyanti, 2006: 37).

Modifikasi digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan dengan berbagai pertimbangan. Seperti yang dikemukakan oleh Ngasmain Soepartono (1997) bahwa alasan utama perlunya modifikasi adalah :

- a. Anak bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil, kematangan fisik dan mental anak belum selengkap orang dewasa,
- b. Pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani selama ini kurang efektif, hanya bersifat lateral dan monoton, Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani yang ada sekarang, hampir semuanya di desain untuk orang dewasa.
- c. mengembangkan modifikasi di Australia dengan pertimbangan sebagai berikut:
 - 1) Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa,
 - 2) Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak,

- 3) Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibandingkan dengan peralatan yang standart untuk orang dewasa,
- 4) Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.

Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil. Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajarannya yang diberikan guru mulai awal hingga akhir pelajaran. Selanjutnya guru-guru pendidikan jasmani juga harus mengetahui apa saja yang bisa dan harus dimodifikasi serta tahu bagaimana cara memodifikasinya. Beberapa aspek analisis modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, dan evaluasinya.

Disamping pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang tujuan, karakteristik, materi, kondisi lingkungan, dan evaluasi, keadaan sarana, prasarana dan media pengajaran pendidikan jasmani yang dimiliki oleh sekolah akan mewarnai kegiatan pembelajaran itu sendiri. Dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari yang paling dirasakan oleh para guru pendidikan jasmani adalah hal-hal yang berkaitan dengan sarana serta prasarana pendidikan jasmani yang merupakan media pembelajaran pendidikan jasmani sangat diperlukan.

Minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Banyak hal-hal sederhana yang dapat dilakukan oleh guru pendidikan jasmani untuk kelancaran jalannya pendidikan jasmani.

Guru pendidikan jasmani di lapangan tahu dan sadar akan kemampuannya. Namun apakah mereka memiliki keberanian untuk melakukan perubahan atau pengembangan – pengembangan kearah itu dengan melakukan modifikasi. Seperti halnya halaman sekolah, taman, ruangan kosong, parit, selokan dan sebagainya yang ada dilingkungan sekolah, sebenarnya dapat direkayasa dan dimanfaatkan untuk kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan melakukan modifikasi sarana maupun prasarana, tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melaksanakan pelajaran pendidikan jasmani. Bahkan sebaliknya, karena siswa bisa difasilitasi untuk lebih banyak bergerak, melalui pendekatan bermain dalam suasana riang gembira. Jangan lupa bahwa kata kunci pendidikan jasmani adalah “Bermain bergerak ceria”

3. Modifikasi Bola Plastik

Modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Memodifikasi alat dalam latihan adalah sangat penting agar tujuan latihan dapat tercapai dengan baik.

Modifikasi yang akan digunakan dalam pembelajaran ini adalah bola plastik, karena bola plastik lebih mudah dibuat, karna menggunakan bahan dari plastik bekas yang sudah tidak terpakai yang dikumpulkan dan dibentuk seperti bola standar, sehingga dapat disesuaikan antara jumlah siswa dengan jumlah bola yang dibutuhkan. Maka kesempatan melakukan teknik ini semakin banyak dan siswa dapat melakukannya secara berulang-ulang.

Proses pembuatan bola plastik ini menggunakan bahan dari plastik bekas yang di kumpulkan dan dibersihkan, setelah terkumpul dan dibersihkan maka plastik bekas dibentuk seperti ukuran bola standar dan selanjutnya dirapikan bagian luar bola menggunakan lakban agar rapi dan tidak mudah rusak saat di tendang, untuk berat dari bola plastik ini yaitu 380 gram, lebih ringan dari bola standar.

E. Pembelajaran Menggiring Bola Menggunakan Bola Plastik

1. Pentingnya memodifikasi alat dalam latihan

Memodifikasi alat dalam latihan adalah sangat penting agar tujuan latihan dapat tercapai dengan baik. Modifikasi dibutuhkan apabila, kondisi latihan ini dapat dilakukan pada berbagai aspek tergantung tingkat kesulitan dari gerakan ketrampilan yang dipelajari. Rusli Lutan & Adang Suherman (2000 : 69) menyatakan bahwa, “Modifikasi peralatan berarti guru atau pelatih dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan skill itu”. Pendapat lain dikemukakan Yoyo Bahagia & Adang Suherman (1999/2000 : 1) bahwa Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran atau latihan dengan cara meruntunkan dalam proses aktivitas belajar atau berlatih yang potensial dapat memperlancar siswa dalam latihannya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa dari tingkatnya yang tadinya rendah menjadi lebih tinggi.

Berdasarkan dua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan usaha atau cara yang dilakukan oleh seorang pelatih, dimana dalam pelaksanaan latihan pelatih dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas latihan dengan memodifikasi peralatan. Jika ketrampilan yang dipelajari sulit atau rumit, maka pelatih dapat mengurangi atau menyederhanakan latihan dengan memodifikasi peralatan yang sesuai dengan kemampuan siswa. Sehingga dengan cara ini dapat menuntun, mengarahkan dan membelajarkan siswa dari yang tidak bisa menjadi bisa dari tingkat yang rendah menjadi lebih tinggi.

2. Pelaksanaan Modifikasi Alat Dalam Latihan Menggiring Bola

Latihan menggiring bola menggunakan bola tidak standar merupakan modifikasi yang didasarkan pada peralatan yang digunakan (bola), dimana jumlah bola dianggap sebagai penghambat keberhasilan. Bola yang akan digunakan dalam latihan ini adalah bola plastik, karena bola plastik lebih mudah dibuat dengan bahan dasar plastik bekas yang banyak kita temui,

sehingga dapat menghemat biaya dan bola plastik ini dibentuk seminimal mungkin bentuk dan besarnya seperti bola standar, sehingga dapat disesuaikan antara jumlah siswa dengan jumlah bola yang dibutuhkan. Maka kesempatan melakukan latihan teknik ini semakin banyak dan siswa dapat melakukannya secara berulang-ulang.

Penggunaan bola tidak standar dalam pelaksanaan latihan menggiring bola, diharapkan anak memiliki kemampuan awal untuk mempelajari bentuk latihan yang sebenarnya. Dengan memiliki kemampuan awal yang memadai maka anak akan lebih cepat beradaptasi dengan baik dengan bola yang sebenarnya. Penggunaan bola tidak standar ini, menurut Eric C Batty (2004 : 114 – 15),” Jika anak-anak sudah menginjak usia 5 – 6 tahun, sudah mulai masanya mendapatkan bimbingan dasar permainan sepak bola, untuk itu digunakan bola plastik yang ringan”. Ukuran bola tidak standar yang digunakan seminimal mungkin besarnya hampir sama dengan ukuran bola standar untuk anak-anak (keliling 62 – 65 cm), tetapi bola ini jauh lebih ringan dari bola standar.

Didalam pelaksanaannya, latihan menggiring bola menggunakan bola tidak standar dilakukan dengan beberapa kali pertemuan atau ulangan. Berdasarkan waktu latihan yang tersedia, maka setelah latihan menggunakan bola plastik dilanjutkan menggunakan bola standar, sesuai dengan jumlah bola standar yang ada dan program latihan yang telah ditetapkan.

3. Kelebihan dan kelemahan modifikasi alat pada latihan menggiring bola.

Penggunaan bola yang dimodifikasi dalam latihan menggiring bola ini akan memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan siswa. Berdasarkan modifikasi alat (bola) yang digunakan dalam latihan menggiring bola dapat diidentifikasi kelebihanannya sebagai berikut

- a. Siswa dapat melakukan latihan teknik ini dengan berulang-ulang, karena setiap siswa menggunakan satu bola.
- b. Waktu untuk latihan dapat digunakan secara efektif dan efisien.

- c. Siswa akan memiliki kemampuan awal yang memadai, sehingga akan lebih cepat beradaptasi terhadap beban yang berbeda dalam bentuk karakteristik gerakan yang sama.

Sedangkan kelemahan modifikasi alat pada latihan menggiring bola menggunakan bola tidak standar, antara lain :

- a. Bola yang ringan, maka gerakan bola tidak terarah sehingga dibutuhkan tenaga yang agak besar.
- b. Bola yang ringan, akan sulit dalam mengendalikan bola karena tidak elastis seperti bola standar

F. Kajian Relevan

Penelitian bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar menggiring bola menggunakan modifikasi bola plastik. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan bentuk penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian adalah kelas VII A Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Seluas Kabupaten Bengkayang yang terdiri dari 12 siswa putri dan 14 siswa putra. Teknik pengumpulan data menggunakan pengukuran dengan alat pengumpulan data berupa tes. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa penerapan metode pembelajaran menggiring bola dengan modifikasi bola plastik dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola. Hal tersebut terbukti dengan adanya peningkatan kemampuan menggiring bola dari tes yang di berikan, yaitu pada siklus I dengan nilai rata-rata 71,15 meningkat sebesar 6,27%. Sedangkan nilai rata-rata pada siklus II adaah 73,76% terjadi peningkatan sebesar 19,07%.