

## **BAB II**

### **MENGGIRING DENGAN PUNGGUNG KAKI PERMAINAN SEPAK BOLA DAN MODIFIKASI BOLA PLASTIK**

#### **A. Permainan sepak bola**

##### **1. Sejarah Sepak bola**

Sejarah sepak bola dunia kali pertama dimulai pada abad ke-19 di tanah Britania Raya, yakni Inggris. Pada saat itu, sepak bola telah berkembang dan menjadi salah satu cabang olahraga yang paling banyak dimainkan oleh masyarakat dari berbagai penjuru dunia. Tak heran, apabila olahraga ini sudah populer sejak dulu dan semakin disukai sampai sekarang. Sebelum berkembang dan terkenal seperti saat ini, ada beberapa versi terkait siapa pencetus pertama kali sepak bola. Ada yang menyatakan bahwa permainan sepak bola sebenarnya berasal dari China. Namun, ada juga versi lain yang menyebutkan bahwa sepak bola berasal dari Romawi. Salah satu catatan sejarah menyebutkan bahwa sepak bola sudah ada pada 3.000 tahun silam, lebih tepatnya dalam budaya Mesoamerika kuno oleh suku Aztec atau biasa dikenal dengan Tchatali. Pada zaman itu, sepak bola sudah dimainkan dengan bola yang ditendang oleh kedua tim. Bola yang digunakan berbahan dasar karet. Perbedaan permainan sepak bola di masa Mesoamerika dengan zaman sekarang adalah kepentingannya. Pertandingan bola pada zaman itu dimainkan dalam beberapa acara ritual. Bola sendiri menjadi simbol matahari. Sementara itu, kapten tim yang kalah nanti akan dijadikan korban bagi para dewa. Menurut *Fédération Internationale de Football Association* (FIFA) sebagai organisasi induk sepak bola Internasional, sepak bola berasal dari daratan Asia Timur, China, yakni pada sekitar abad ke-2 dan ke 3. Di masa Dinasti Han, masyarakat China sudah suka melakukan sepak bola dengan cara digiring dan dimasukkan ke dalam jaring kecil. Bola yang digunakan pada masa ini terbuat dari kulit hewan. Masyarakat China dahulu menyebut olahraga yang dimainkan di atas bidang persegi ini dengan sebutan *tsu chu*.

Bukti sepak bola berasal dari China sendiri ditemukan dari salah satu dokumen militer. Dalam naskah ini menyebutkan bahwa masyarakat China telah memainkan sepak bola pada masa pemerintahan Dinasti Tsing dan Han. Tsu yang memiliki arti menerjang bola dengan kaki. Sementara itu, chu dapat diartikan sebagai sebuah bola yang memiliki lapisan kulit dan berisi. Permainan sepak bola di China pada akhirnya menyebar hingga Jepang. Pada abad ke-8, masyarakat Jepang sudah memainkan sepak bola sebagai salah satu bentuk ritual dalam upacara. Mereka menyebut olahraga ini dengan sebutan “Kemari”. Di sisi lain, dalam bukunya yang berjudul *The World Game: A History of Soccer*, Bill Murray, seorang sejarawan sepak bola kelahiran Australia menyampaikan bahwa sepak bola sudah dimainkan sejak awal Masehi. Masyarakat pada masa Mesir Kuno sudah mengenal permainan sepak bola dengan cara membawa dan menendang bola yang terbuat dari buntalan kain linen. Dari belahan benua yang lain, ditemukan bukti sejarah yang terukir pada beberapa relief museum di Yunani. Masyarakat Yunani zaman dahulu mengenal olah raga ini dengan nama “*Episcuro*“. Gambar pada relief sendiri melukiskan bentuk manusia yang sedang memegang dan menggiring bola. Sejarah sepak bola dunia mulai bergulir di Inggris pada abad ke-12. Pada abad ini, banyak pihak sudah menaruh perhatian sekaligus memberi pengakuan terhadap olahraga ini. Sepak bola sangat disukai oleh masyarakat Inggris. Namun, selain dari tendangan, sepak bola pada masa ini melibatkan pukulan bola dengan kepalan tangan. Hal ini tentu menimbulkan berbagai kekerasan dalam pertandingan sepak bola. Hal ini lantas membuat Raja Edward III melarang sepak bola dimainkan pada tahun 1365.

Sejarah sepak bola modern mulai benar-benar mengalami perkembangan besar pada tahun 1815. Beberapa universitas dan sekolah di Inggris menjadikan sepak bola sebagai salah satu olahraga bagi para pelajarnya. Sampai pada akhirnya pada tahun 1857, berdiri klub sepak bola pertama di dunia dengan nama *Sheffield Football Club* di Inggris. Tak lama berselang, terjadi sebuah perkumpulan yang mempertemukan 11 wakil dari

sekolah dan klub sepak bola di London, Inggris untuk mendirikan *Football Association* (FA) sebagai asosiasi sepak bola Inggris. FA sendiri menjadi organisasi pertama yang mengeluarkan peraturan permainan sepak bola secara resmi. Lahirnya FA menjadikan sepak bola menjadi lebih teratur, terorganisir, dan banyak masyarakat yang terhibur. Setelah berdirinya FA, pada tahun 1883 diselenggarakannya turnamen internasional pertama yang diikuti oleh empat negara dari Britania Raya, diantaranya yaitu Inggris, Irlandia, Skotlandia, dan Wales. Seiring berjalannya waktu, sepakbola yang menjadi fenomena dan digandrungi masyarakat Inggris perlahan menyebar hingga seluruh Eropa. Sejarah sepak bola semakin terukir di dunia Internasional pada saat didirikannya *Federation International de Football Association* (FIFA) pada 21 Mei 1904. Pembentukan induk organisasi sepak bola internasional ini ditanda tangani oleh tujuh negara, yaitu Prancis, Belgia, Denmark, Belanda, Spanyol, Swedia, dan Swiss. Meskipun Inggris lebih dulu memainkan sepak bola, tetapi negara tersebut tidak ikut serta pada masa pembentukan FIFA. Inggris secara resmi bergabung dengan FIFA pada beberapa tahun berikutnya. Pada tahun 1908, sepak bola menjadi salah satu olahraga resmi yang dipertandingkan dalam kompetisi olahraga terbesar di dunia, yaitu olimpiade. Selanjutnya, piala dunia sebagai kompetisi sepak bola internasional pertama kali dilaksanakan pada tahun 1930 di Uruguay. Sampai pada tahun 1996, sepak bola putri menjadi salah cabang olahraga dalam Olimpiade.

## **2. Lapangan dan peralatan sepak bola**

### **a) Ukuran lapangan Sepak bola**

Panjang garis samping lapangan :100-110 m

Lebar Lapangan : 64-75 m

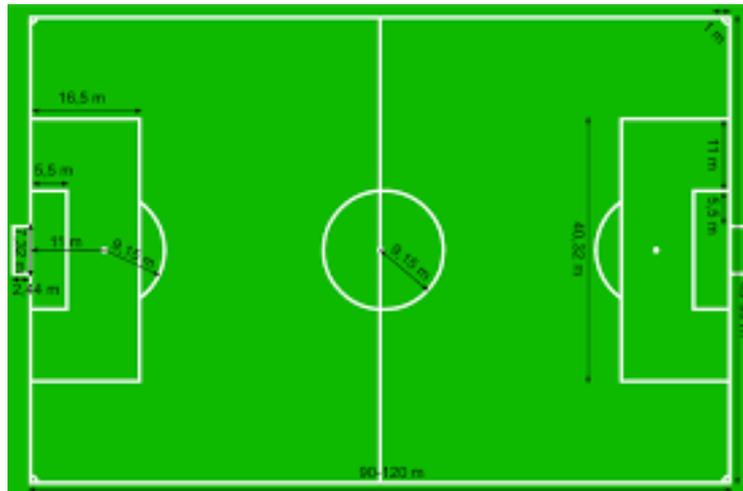
Jari-jari Lingkaran tengah :9.15 m

Daerah gawang :16.50 m

Jarak titik penalti :11 m

Tinggi gawang : 2.4 m

Lebar gawang : 7.3 m



**Gambar: 2.1 Lapangan Sepak Bola**

Sumber: (Andri Setiawan,2007)

## b) Peralatan sepak bola

### 1) Bola

- a). ukuran : 68-70 cm
- b). keliling : 10 cm
- c). berat : 410-450 gram
- d). lambungan : 1000cm pada pantulan pertama
- e). karet atau karet sintesis (buatan )



**Gambar: 2.2 Bola Kaki**

Sumber: (Andri Setiawan,2007)

**b. Tim**

- 1) Jumlah permainan maksimal untuk melalui pertandingan salah satunya penjaga gawang
- 2) Jumlah pemain maksimal keluar lapangan (tidak termasuk cedera):4
- 3) Jumlah pemain cadangan maksimal :12
- 4) Jumlah wasit:1
- 5) Jumlah hakim garis:2-4
- 6) Batas jumlah pergantian pemain :3 kecuali pertandingan uji coba

**c. Perlengkapan permainan**

- 1) Kaos bernomor (sejak tahun 1954)
- 2) Celana pendek
- 3) Kaos kaki
- 4) Perlindungan tulang kering
- 5) Alas kaki bersol karet

**d. Lama permainan**

- 1) Lama normal:2x45 menit
- 2) Lama istirahat:15 menit
- 3) Lama perpanjangan waktu 2x15 menit (bila hasil masihimbang setelah 2x45 menit waktu normal)
- 4) Ada adu pinalti jika gol kedua tim seri perpanjangan waktu selesai.
- 5) Waktu pergantian babak:maksimal 15 menit

**3. Teknik dasar permainan sepak bola**

Menjadi pemain bola yang mahir, seorang pemain harus menguasai berbagai keterampilan teknik dasar bermain sepak bola. Teknik dasar bermain sepak bola adalah suatu kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepak bola. Adapun mengenai teknik dasar bermain sepak bola menurut engkos koasih (1985:216) adalah” hal-hal yang berkaitan dengan teknik dasar bermain sepak bola” adapun secara garis besar teknik dasar bermain sepak bola yang perlu dikuasai merupakan semua gerakan yang digunakan dalam pertandingan atau permainan sepak bola, diantaranya adalah:

a) **Teknik mengumpan (*Passing*)**

Mielke (2007:19) mengatakan mengumpan dalam permainan sepak bola dapat dilakukan dengan sebagai cara seperti dengan kaki bagian luar, bagian dalam, ujung kaki dan punggung kaki. Dalam teknik ini yang tak kalah penting adalah posisi kaki tumpu, sebab kemana arah kaki tumpu, maka bola yang di umpan/passing mengarah kemana arah ujung kaki tumpu.

1) Passing menggunakan kaki bagian dalam

Analisis gerakan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

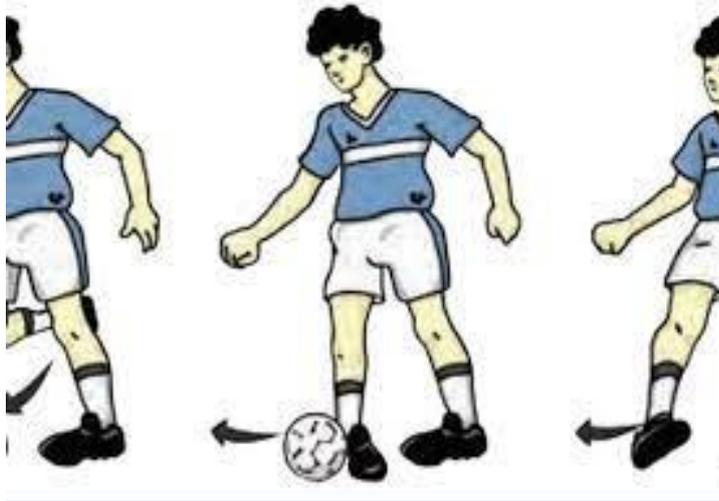
- a) Sikap tubuh berdiri menghadap ke arah bola.
- b) Kaki tumpu diletakan disamping bola dengan lutut sedikit di tekuk disamping badan.
- c) Kaki yang digunakan untuk menendang diayun dari belakang ke arah keluar.
- d) Kaki yang digunakan untuk menendang diayun dari belakang ke arah depan dengan sasaran bola dibagian samping.
- e) Setelah mendorong, berat badan digeser ke kaki yang digunakan untuk menendang menggunakan kaki bagian dalam.

2) Passing menggunakan kaki bagian luar

Analisis gerakan menendang dengan menggunakan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- a) Sikap awal berdiri menghadap ke arah bola.
- b) Kaki tumpuan diletakan disamping bola dengan kedua tangan bergerak refleks untuk keseimbangan.
- c) Kaki yang digunakan untuk menendang sedikit putaran kedalam.
- d) Pandangan mata ke arah bola, kaki yang digunakan menendang diayunkan kedepan.
- e) Kaki bagian luar dikenakan pada bola, kemudian berat badan digeser kedepan.

- 3) Passing menggunakan kaki bagian dalam.
  - a) Sikap awal berdiri menghadap ke arah bola.
  - b) Kaki tumpu diletakan disamping bola dengan lutut sedikit ditekuk, kemudian tanpa refleks untuk keseimbangan.
  - c) Pergelangan kaki yang digunakan untuk menendang bola, ditekuk kebawah dan pandangan mata tertuju pada bola yang akan ditendang.
  - d) Pada waktu akan menendang, lutut kaki yang digunakan untuk menendang ditekuk menghadap kedepan dan ayunkan dari belakang ke arah bola, kemudian kaki disentuh pada bola bagian belakang.
  - e) Setelah menendang, berat badan ke arah depan.



**Gambar: 2.3. Teknik Mengumpan**

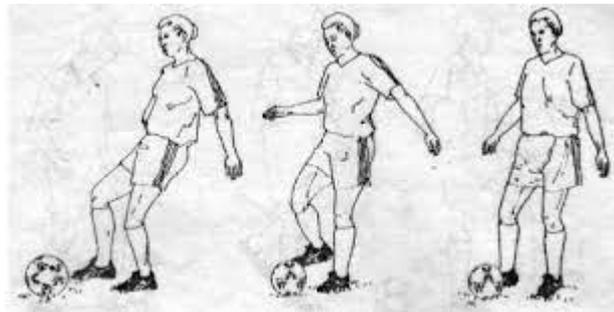
Sumber : (Andri Setiawan,2007)

#### b) Teknik menghentikan bola

Meilke (2007:29), mengatakan menghentikan bola dalam permainan sepak bola dapat dilakukan ketika seorang pemain menghentikan/menahan bola dapat dilakukan dengan cara seperti dengan telapak kaki untuk bola jatuh ketanah dengan punggung kaki untuk bola yang melambung, dengan kaki bagian dalam, dengan kaki bagian luar, dengan dada, kepala dan paha. Dengan kemampuan

menghentikan bola secara baik, akan membuat pemain mampu bergerak liar dan bisa diserobot pemain lawan (Hidayat, 2017:42). Karna itu, kemampuan mengotrol bola juga sangat penting untuk di perhatikan.

Teknik menghentikan bola dapat juga dikatakan dengan teknik menerima bola atau mengotrol bola dan ini merupakan dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Dengan dimilikinya penguasaan mengotrol bola sampai bergerak akan memberikan kemungkinan besar untuk dapat melakukan berbagai tindakan yang telah direncanakan.



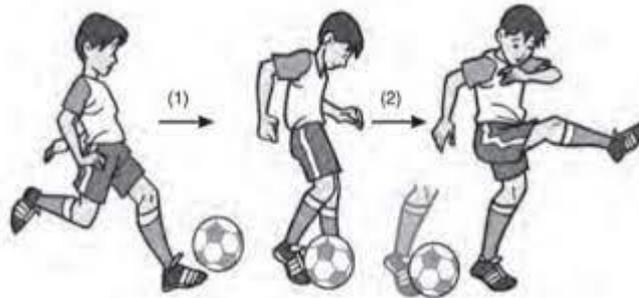
**Gambar:2.4 Teknik Menghentikan Bola**

Sumber : Andri Setiawan, (2007)

#### c) Teknik menembak ( *shooting* )

Mielke (2007:67), mengatakan tujuan sepak bola adalah melakukan shooting kegawang. Teknik menendang bola meliputi, menendang menggunakan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar.

Menendang atau menyepak bola adalah mengerjakan salah satu kaki yang dikarenakan pada bola agar bola itu bergerak ke arah sasaran yang diinginkan. Sedangkan kuat lemahnya tendangan, tergantung pada kuat lemahnya gerakan kaki dan jauh dekatnya sasaran yang dituju, serta tujuan tendangan tersebut.



**Gambar: 2.5 Teknik Menembak ( *shooting* )**

Sember : Andri Setiawan, 2007)

**d) Teknik mengiring bola ( *Dribbling* )**

Mengiring bola/dribbling bola saat perlu dikuasai oleh seorang pemain bola, karena mengiring bola merupakan kelanjutan dari suatu penyerangan ke pihak lawan Mielke (2007:1) mengatakan mengiring bola menggunakan punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar.

Bagian dari sepak bola yang paling mungkin disenangi pemain di Indonesia adalah mengiring bola. Memiliki skill mengiring bola memang penting, tapi pemain hendaknya tidak lupa bahwa mengiring bola sangat menguras tenaga dan sering sekali memperlambat tempo pemain. Memang salah satu kunci terpenting dalam bermain sepak bola adalah melakukan hal yang tepat pada saat yang tepat.



**Gambar:2.6 Teknik Mengiring Bola**

Sumber : Andri Setiawan , (2007)

## **B. Pengertian mengiring bola**

### 1. Pengertian keterampilan

Keterampilan adalah kegiatan yang berhubungan dengan urat syaraf dan otot-otot yang lazimnyatampak dalam kegiatan jasmaniah (Syah,M :2006: 13). Sedangkan (Rusyadi dalam yanto:2005: 27). Mendefinisikan keterampilan sebagai kemampuan seseorang terhadap suatu hal yang meliputi semua tugas-tugas kecakapan, sikap, nilai dan kemengertian yang terpenting untuk menunjang keberhasilannya di dalam menyelesaikan tugas.

Menurut Shmidt yang dikutip oleh Amung M dan Yuda M Saputra, (2000: 68), keterampilan digolongkan menjadi dua, yaitu.

- a. Keterampilan yang cenderung ke gerak, dan
- b. Keterampilan yang mengarah ke kognitif.

Dalam keterampilan gerak, penentuan utama dari keberhasilannya adalah kualitas dari geraknya itu sendiri tanpa memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih,misalnya dalam olahraga teknik dasar sepak sila dalam permainan sepak takraw, si pelompat tidak perlu memperhitungkan kapan dan bagaimana harus bertindak untuk menyepak bola, tetapi dilakukan adalah menyepak bola sebaik dan seefektif mungkin, sedangkan dalam keterampilan kognitif hakekat dari gerak tidak penting, tetapi keputusan gerakan apa dan yang mana harus dibuat merupakan hal yang terpenting.

Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara umum dibedakan menjadi tiga hal utama, yaitu:

- a. Faktor proses belajar mengajar.
- b. Faktor pribadi, dan
- c. Faktor situasional.

Menurut Prawirasaputra (2000: 19-22), penguasaan keterampilan disetiap cabang olahraga berdasarkan pada penguasaan keterampilan dasar yaitu keterampilan dasar tersebut serta umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu:

- a. Keterampilan lokomotor
- b. Keterampilan non lokomotor, dan
- c. Keterampilan manipulatif

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk mencapai hasil dari suatu penampilan yang dipengaruhi oleh faktor latihan, individu dan situasional. Pada pelaksanaan dibutuhkan keterampilan dan terukur.

### **C. Teknik Dasar Mengiring Bola**

#### **1. Pengertian Mengiring bola**

Keterampilan mengiring bola merupakan salah satu teknik yang sangat besar peranannya dalam permainan sepak bola. Menurut Soekatamsi (1984: 158) mengiring bola diartikan sebagai berikut: “Gerakan lari dengan menggunakan kaki mendorong bola agar tergulir terus menerus diatas tanah”

Dari uraian tersebut dapat di rumuskan bahwa keterampilan mengiring bola merupakan gerak lari sambil mendorong bola dengan bagian kaki agar terus menerus bergulir di atas tanah

#### **2. Prinsip- prinsip Mengiring Bola**

Agar bola yang digiring tidak lepas dari penguasaan dan tidak mudah direbut oleh lawan dalam mengiring bola harus memeperhatikan prinsip-prinsip yang ada. Prinsip-prinsip mengiring bola 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 kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang. Iraman sentuhan pada bola tidak merubah irama langkah kaki.
- d. Pada waktu mengiring bola pandangan mata tidak boleh selalu tertuju pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan situasi sekitar dalam lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan.

- e. Badan agak sedikit 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 dimungkinkan akan selalu lengket dengan kaki dan mudah bergerak serta bola tidak mudah direbut oleh lawan. Selanjutnya Luxbacher, (2012) mengemukakan bahwa keberhasilan menggiring bola dengan cepat ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain:

1). Persiapan

- a. Postur tubuh tegak.
- b. Bola didekat dengan kaki.
- c. Kepala tegak untuk melihat lapangan.

2). Pelaksanaan

- a. Fokus perhatian pada bola.
- b. Dorong bola kedepan sehingga kaki bagian punggung kaki tepat mengenai bagian tengah-tengah bola.
- c. Keseimbangan badan tertumpu pada kaki bagian belakang.

3). Follow Through

- a. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik.
- b. Bergerak mendekati bola.
- c. Pandangan kedepan.

3. Macam-macam cara menggiring bola

Dilihat dari perkenaan kaki, menggiring bola dapat dilakukan bermacam-macam. Menurut Nurudin (2015) 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 Luxbacher, (2012) 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 kasalahan pada saat menggiring bola menurut Luxbacher, (2012) 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 tau 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 lawn dapat dijadikan sebagai serangan menggiring bola sehingga mampu menerobos atau melewati pertahanan lawan merupakan kesempatan mencetak gol ke gawang lawan. Akan tetapi menggiring bola didaerah pertahanan sendiri justru merugikan tim sendiri. Kerugian menggiring bola didaerah 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 (2014), 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 sepak bola menurut Shoekatamsi, (2008) 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.
- d. Untuk 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.

## D. Modifikasi Bola

### 1. Pengertian Modifikasi

Samsudin, (2008) Menyatakan bahwa modifikasi adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP, *Esensi* modifikasi adalah menganalisis materi pembelajaran melalui bimbingan dan mengembangkannya menjadi kegiatan belajar yang memungkinkan sehingga memudahkan belajar bagi siswa. Rusli Lutan dalam Samsudin (2008) menyatakan bahwa modifikasi dalam mata pelajaran atau pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar:

- a. Siswa memperoleh kepuasan dan mengikuti pembelajaran.
- 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 menyebut apa yang dimodifikasi dan bagaimana cara memodifikasinya, menyebut dan merangkaikan beberapa aspek analisis modifikasi (Dimiyati, 2006).

Dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu "*Developmentally Appropriate Pranctice*" (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong kearah perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan 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.

## **E. Pembelajaran Menggiring Dengan Punggung Kaki Menggunakan Bola Plastik**

### **1. Pentingnya Memodifikasi Alat dalam Pembelajaran**

Memodifikasi alat dalam pembelajaran adalah sangat penting agar tujuan. Pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Modifikasi dibutuhkan apabila, kondisi pembelajaran 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 2 pendapat diatas bisa disimpulkan bahwa modifikasi merupakan usaha atau cara yang dilakukan oleh seorang pelatih, dimana dalam pelaksanaan latihan pelatih dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas pembelajaran menggunakan memodifikasi peralatan.

Jika keterampilan yang dipelajari sulit atau rumit, maka pelatih dapat mengurangi atau menyederhanakan pembelajaran menggunakan

memodifikasi peralatan yang sesuai dengan kemampuan peserta didik. Sehingga dengan cara ini bisa menuntun, mengarahkan dan membelajarkan siswa dari yang tidak bisa sebagai bisa dari tingkat yang rendah menjadi lebih tinggi.

## 2. Pelaksanaan Modifikasi Alat dalam Pembelajaran Menggiring Bola

Pembelajaran menggiring bola menggunakan bola tidak standar artinya modifikasi pembelajaran yang berdasarkan di peralatan yang digunakan (bola), dimana jumlah bola disebut menjadi penghambat keberhasilan. Bola yang akan dipergunakan pada pembelajaran ini adalah bola plastik, sebab harga bola plastik lebih murah dibandingkan bola standar, sehingga bisa disesuaikan antara jumlah siswa dengan jumlah bola yg dibutuhkan. Maka kesempatan melakukan pembelajaran teknik menggiring dengan punggung kaki semakin banyak dan siswa bisa melakukannya secara berulang-ulang.

Penggunaan bola tidak standar dalam pelaksanaan pembelajaran 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 menurut Eric C Batty (2004 : 114-15) jika anak-anak menginjak usia 6-5 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 62-69 cm), tetapi bola ini lebih jauh ringan dari bola standar.

## 3. Kelebihan Dan Kelemahan Modifikasi bola pada pembelajaran Menggiring Bola

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

- a. Siswa dapat melakukan pembelajaran dengan teknik ini dengan berulang-ulang karna 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 berada dalam bentuk karakteristik gerakan yang sama.

Sedangkan kelemahan dalam modifikasi pembelajaran 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 ringgan, akan mudah terbawa angin, sehingga akan sulit dalam mengendalikan bola.

Ada beberapa langkah untuk membuat bola plastik.

1). Bahan

Bahan-bahan untuk membuat bola plastik sebagai berikut :

a) Bola Plastik



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Bola yang digunakan adalah bola plastik yang mudah didapatkan dengan harga relatif murah.

b) Kantong Plastik



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Kantong plastik yang digunakan adalah kantong plastik bekas yang sudah tidak terpakai dan mudah kita dapatkan.

## c) Busa Kasur Bekas



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Busa yang digunakan adalah busa kasur bekas yang dibeli dari pengepul barang bekas dan busa bekas ini digunakan untuk melapisi bola plastik pada bagian pertama, ketika bola digunakan perkenaan bola dengan kaki akan terasa lebih enak, busa juga digunakan untuk penambah berat pada bola plastik.

## d) Tali rapia



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Tali rapia digunakan untuk mengikat bola pada saat dilapisi kantong plastik agar kuat pada saat digunakan.

## e) Gunting



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Gunting digunakan untuk memotong kertas atau memotong tali.

## f) Pisau Cutter



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Cutter ini digunakan untuk memotong busa menjadi dua bagian.

## g) Korek Api



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Korek api digunakan untuk merapikan tali rafia agar bola terlihat lebih rapi.

## h) Solasi Kertas



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

Solasi kertas digunakan untuk melekatkan busa ke bola agar mudah untuk dilapisi dengan kantong.

## 2). Langkah-Langkah Pembuatan Bola Plastik

## 1. a) Potong busa sesuai ukuran bola yang akan dibentuk



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

## b) Jika busa terlalu tebal bagi busa menjadi 2 bagian.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

## c) Lalu ratakan busa agar mudah saat dilapisi ke bola.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

2. a) Kemudian lapisi bola dengan busa dan rekatkan kedua sisi menggunakan solasi.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Potong tepi busa dan rapikan agar mudah untuk di bentuk.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- c) Rekatkan kembali menggunakan solasi sehingga membentuk bulatan seperti digambar.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

3. a) Pastikan tepi bola sudah dilapisi dengan busa.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Bola yang sudah dilapisi dengan busa rekatkan menggunakan solasi.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- c) Sehingga bola membentuk bulatan pastikan bola sudah direkatkan menggunakan solasi.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

4. a) Potong kantong plastik bagian bawah menggunakan gunting.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Lalu potong kantong plastik bagian atas, seperti digambar.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- c) Kemudian potong bagian tepi kantong plastik sesuai yang diinginkan untuk melapisi bola.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

5. Bola yang sudah direkatkan menggunakan solasi dilapisi kembali menggunakan kantong plastik.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

6. a) Rapikan tepi bola yang sudah dilapisi kantong plastik.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Kemudian rapikan kedua sisi dan rekatkan menggunakan solasi agar terlihat rapi dan mudah pada saat diikati dengan tali rapia.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

7. a) Kemudian buat ikatan keliling sejajar satu arah ikatan menyempit pada titik pertemuan



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Ikatan pertemuan kedua titik yaitu pangkal dan ujung, ikatannya seperti garis bujur dan titik utara selatan (bentuk bola bumi).



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- c) Lalu buat ikatan melintang keliling tegak lurus ikatan bujur.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

8. a) Ikatan melintang harus diikat silang dengan ikatan bujur agar ikatannya rapi.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Kemudian kompakan dan bentuk bulatan plastiknya, ikat bola berbentuk jarring laba-laba.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- c) Jarak ikat antara anyaman sama dan buat serapi mungkin.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

9. a) Setelah semuanya diikat dengan rapi kemudia potong tali yang berlebihan.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

- b) Lalu ikatan yang sudah dipotong rapikan menggunakan korek api agar bola terlihat lebih rapi dan menarik.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

10. Setelah semua langkah-langkah pembuatan bola plastik selesai, dan hasilnya seperti digambar.



*Sumber: Dokumentasi Pribadi*

### **F. Hipotesis Tindakan**

Hipotesis adalah “suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbuktinya melalui data yang terkumpul Suharsimi Arikunto (2006:71)”. Menurut Agus Kristiyanto (2011:96) “menyatakan hipotesis tindakan adalah kerangka berfikir secara logis disusun berdasarkan keterkaitan variabel masalah dan variabel tindakan” jadi sesuai dengan pernyataan diatas hipotesis tindakan, adapun tindakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Modifikasi bola plastik dapat meningkatkan proses pembelajaran menggiring dengan punggung kaki permainan sepak bola pada siswa kelas XI sekolah menengah Atas Negeri 1 Tanah Kabupaten Melawi.

### **G. Kajian Relevan**

Beberapa hasil penelitian yang berhubungan dengan “upaya meningkatkan keterampilan menggiring dengan punggung kaki permainan sepak bola menggunakan modifikasi bola plastik pada siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tanah Pinoh Kabupaten Melawi adalah sebagai berikut:

1. Peneliti Efendi A.R & Rahmadhansyah F (2017) yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik.SMK PGRI Pontianak”. 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 XI A SMK PGRI Pontianak yang terdiri dari 10 siswa putri dan 18 siswa putra. Teknik pengumpul 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 diberikan, yaitu pada siklus I dengan nilai rata-rata 73,82 meningkat sebesar 6,27%. Sedangkan nilai rata-rata pada siklus II adalah 82,71%, terjadi peningkatan sebesar 19,07%. Hal ini menyatakan bahwa melalui modifikasi bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas XI A SMK PGRI Pontianak.

2. Penelitian Yuvenalis Enek yang berjudul Meningkatkan Kemampuan Menggiring Dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Media Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas VII B Smp Ypk Pontianak Secara umum masalah umum dalam penelitian ini adalah "Bagaimanakah meningkatkan kemampuan menggiring dalam permainan sepak bola menggunakan media modifikasi bola plastik pada siswa kelas VII B SMP YPK Pontianak?" Sedangkan yang menjadi tujuan secara umum adalah untuk mengetahui kemampuan menggiring dalam permainan sepak bola menggunakan media modifikasi bola plastik pada siswa kelas VII B SMP YPK Pontianak. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Pada pelaksanaan pembelajaran menggiring dalam permainan sepak bola kelas VII B di SMP YPK Pontianak menunjukkan bahwa hasil belajar kemampuan menggiring dalam permainan sepak bola kelas VII B di SMP YPK Pontianak yang dilakukan oleh siswa meningkat dari 29,16% pada kondisi awal menjadi 62,5% pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 91,67% pada akhir siklus II. Hal ini menyatakan bahwa melalui modifikasi bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas XI A SMK PGRI Pontianak.

3. Penelitian yang dilakukan oleh As'ari Aisyah 2020 dengan judul Upaya Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Olahraga Sepakbola Dengan Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas V SDN 014 Sidodadi Kecamatan Logas Tanah Darat Kabupaten Kuansing. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan teknik dasar dribbling dalam permainan sepak bola dengan menerapkan modifikasi alat pada siswa SDN 014 Sidodadi Kecamatan Logas Tanah Darat Kabupaten Kuansing. Jenis penelitian ini adalah PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 014 Sidodadi Kecamatan Logas Tanah Darat Kabupaten Kuansing berjumlah 15 siswa yang terdiri dari 6 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan. Hasil penerapan modifikasi alat diperoleh rata-rata hasil belajar *dribbling* sebesar 73 dengan jumlah siswa tuntas atau tuntas sebesar 53%. Penerapan metode pembelajaran yang dimodifikasi pada siklus II memperoleh rata-rata hasil belajar *dribbling* sebesar 81,3 dan jumlah siswa tuntas atau tuntas sebesar 87%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah metode modifikasi alat dapat meningkatkan teknik dasar menggiring bola permainan sepak bola siswa kelas V SD Negeri 014 Sidodadi Kecamatan Logas Tanah Darat Kabupaten Kuantan Singingi.