

**BAB II**  
**KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAK**  
**BOLA MENGGUNAKAN METODE BERMAIN**

**A. Keterampilan Menggiring Bola**

**1. Belajar Keterampilan Gerak**

Untuk dapat memiliki kemampuan motorik perlu mempelajari apa itu belajar motorik. Pengertian belajar tidak lepas dari pengertian belajar pada umumnya belajar adalah suatu perubahan perilaku yang potensial terhadap situasi tertentu yang diperoleh dari pengalaman yang dilakukan berulang-ulang” (Bower dan Hilgard, 1987: 11) belajar dapat di artikan sebagai suatu proses perubahan tingkah laku berkat interaksi dengan lingkungan (Oemarh.1981: 40-41) belajar adalah suatu perubahan pembawaan atau kemampuan yang bertahan dalam jangka waktu tertentu dan tidak semata-mata disebabkan oleh proses pertumbuhan (Gagne dalam Sugiyanto 1994:33)

Menurut Magil, (1980:40) belajar keterampilan motorik adalah proses suatu gerakan yang ditimbulkan dari rangsangan syaraf otot menjadikan suatu gerakan.dari pengertian tersebut jika dikaitkan dengan motorik maka menunjukkan adanya perubahan penampilan motorik yang dapat diamati dan diukur dari sikap dan penampilanya dalam suatu gerakan atau kegiatan tertentu.karakteristik penampilan merupakan indikasi dari pengembangan belajar atau penguasaan keterampilan.

Penguasaan keterampilan motorik yang telah dikembangkan menjadikan seseorang dapat memiliki keterampilan yang lebih baik dari sebelumnya. “belajar motorik adalah sebagai perubahan yang bersifat tetap dan sebagai hasil dari latihan atau pengalaman” (Oxendine 1984: 8) menurut Drowasky, (1981:17) Belajar motorik adalah proses perubahan atau modifikasi individu sebagai hasil timbal balik antara latihan dan kondisi lingkungan. Menurut Piaget (dalam Brophy, 1990: 134), menyatakan dalam pembelajaran gerak disebut skema sensorimotor yaitu suatu pembelajaran lebih efisien bila diberikan contoh sehingga dapat meniru dan dengan instruksi verbal dan gambaran visual dapat menggunakannya sebagai penuntun terhadap penampilan dan menjadi tambahan kesempatan dalam praktek dengan umpan balik yang korektif.

Dari beberapa pengertian tersebut, menunjukkan adanya kesamaan pengertian tentang proses perubahan perilaku, dan lebih jelasnya dengan menunjukan adanya perubahan penampilan gerak yang dapat diamati, serta menyatakan bahwa belajar gerak adalah proses latihan dan pengalaman. dengan demikian belajar gerak adalah proses pembiasaan yang dilakukan dengan latihan yang berulang-ulang yang akhirnya kalau gerakan itu dilakukan dengan baik dan benar maka akan menjadi otomatisasi gerak.

Perubahan perilaku afektif berhubungan dengan perkembangan emosi dan tingkah sosial, yang meliputi respon terhadap aktivitas jasmani, perwujudan diri, harga diri dan konsep diri. Perubahan perilaku psikomotorik yang dituju adalah perubahan yang terjadi pada gerak, meliputi gerak

perseptual, gerak dasar dan keterampilan olahraga dan lari. Sedangkan perubahan perilaku, berhubungan dengan perubahan pada aspek kemampuan fisik, meliputi kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan umum dan kelentukan.

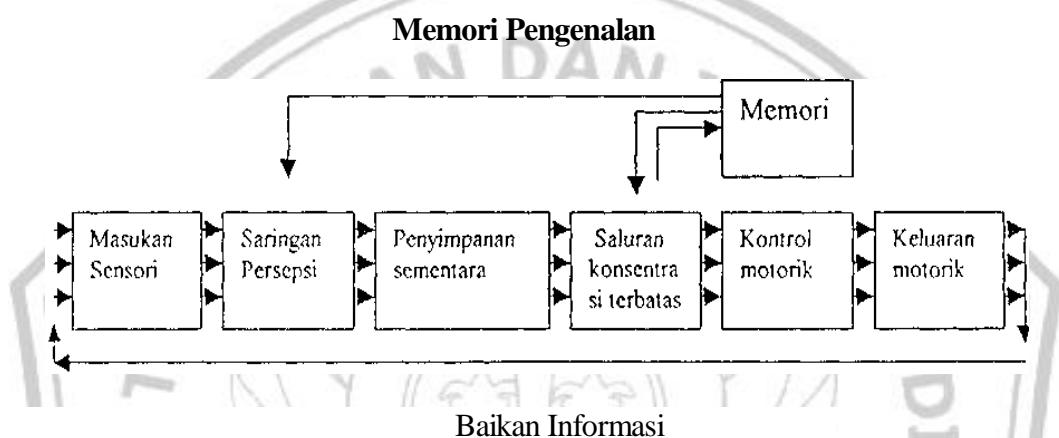
Proses belajar gerak terjadi karena adanya masukan yang diterima oleh indera penglihatan, pendengaran, rasa dan indera kinestesi. Masukan tersebut diteruskan kesistem syaraf pusat untuk diproses yang kemudian ditafsirkan serta disimpan. Pada akhirnya masukan tersebut diterjemahkan dalam bentuk gerakan (hasil atau keluaran).

Masukan sensori berkaitan dengan penerimaan stimulus oleh organ-organ sensori, yaitu stimulus dari luar tubuh dan yang terjadi dalam tubuh. Masukan sensori ini kemudian diproses dalam sistem ingatan, yang selanjutnya diteruskan kepenyimpanan jangka pendek (sementara). Informasi persepsi ini hanya dapat bertahan dalam sistem penyimpanan untuk sementara, yang apabila tidak digunakan dalam waktu yang singkat akan dilupakan/hilang. Pada penyimpanan jangka pendek ini masukan yang dapat disimpan terbatas, sehingga apabila ada masukan informasi berikutnya maka masukan yang pertama akan hilang dengan sendirinya apabila tidak ada penguatan untuk mengingat masukan tersebut.

Selanjutnya masukan yang telah diproses dalam sistem penyimpanan jangka pendek diteruskan ke saluran konsentrasi terbatas, dan pada saluran konsentrasi terbatas ini, proses informasi seseorang hanya dapat menyelesaikan satu masalah saja dalam satu saat. Proses informasi yang telah diselesaikan dalam saluran konsentrasi terbatas kemudian disimpan

dalam gudang penyimpanan hasil belajar (penyimpanan jangka panjang). Semua proses informasi di atas adalah merupakan proses kegiatan kognitif, yang belum tentu informasi tersebut dapat dilakukan atau diterjemahkan dalam bentuk gerakan.

Model dasar pengolahan informasi selengkapnya dapat dilihat pada Gambar di bawah ini :



Gambar 2.1 Model Dasar Pengolahan Informasi

Sesuatu yang telah disimpan dalam penyimpanan jangka panjang masih merupakan masalah yang dipertentangkan lagi. Hal ini dapat dilihat pada anak panah dan memori ke saringan persepsi. Sesuatu yang telah disimpan dalam gudang penyimpanan jangka panjang akan mempengaruhi lagi persepsi dan keputusan, serta pilihan yang diambil dalam saluran konsentrasi terbatas. Di samping itu sebagian konsepsi dalam organisasi kontrol gerakan turut dipengaruhi pula oleh sesuatu yang telah disimpan. Informasi yang berada pada sensori tersebut masih berupa memori pengenalan persepsi yang mampu mengenal informasi yang masuk.

Memori pengenalan ini tidak memuat semua informasi yang masuk, tetapi masih merupakan sebuah simbol atau nama. Setelah informasi persepsi diubah dalam bentuk rencana gerakan (*motor plan*) atau strategi, maka kontrol motorik menyusun seperangkat perintah yang ditujukan kepada perototan untuk menghasilkan gerakan yang sesuai dengan rencana tindakan. Kontrol motorik ini terbagi dua, yakni (1) kontrol jalur tertutup, dan (2) kontrol jalur terbuka.

Pada kontrol jalur tertutup, gerakan dikontrol oleh pusat penyimpanan program-program motorik yang telah direncanakan menjelang pelaksanaan gerakan, yang dibantu dengan balikan. Sedangkan kontrol jalur terbuka, gerakan dikontrol oleh pusat penyimpanan program-program motorik yang telah direncanakan menjelang pelaksanaan gerakan dengan tidak dibantu oleh balikan.

#### **a. Tahap-tahap belajar gerak.**

Dalam mengajarkan keterampilan pukulan lob ini penulis berpatokan kepada tahapan belajar gerak akan mengadopsi model *Three-Stage Model (Fitts & Posner's)* dan *Two-Stage Model (Gentile's)*.

Keluaran motorik adalah hasil akhir dan proses pengolahan informasi. Proses penguasaan dalam tiga tahap, keterampilan motorik dikatakan oleh Fitts dan Posner (1985: 50-51), terbagi dalam tiga tahap, yaitu (1) tahap kognitif, (2) tahap asosiatif, dan (3) tahap otonom.

### **1) Tahap Kognitif**

Karakteristik kognitif sering dicirikan dalam bentuk perencanaan, formulasi hipotesis, dan merumuskan derap langkah maju secara bertahap, dari masukan ke keluaran, sepanjang berlangsungnya rangkaian kesatuan proses informasi. Perilaku yang terencana secara jelas terjadi dalam tahap kognitif atau tahap permulaan dalam belajar keterampilan gerak (Rahantoknam 1988: 41). Pada tahap ini yang penting adalah pemahaman tentang gerakan-gerakan yang dipelajari.

Oleh karena itu diperlukan adanya informasi yang jelas dan benar tentang gerakan yang dipelajari. Untuk memperoleh informasi yang jelas dan benar dapat diberikan dalam bentuk pelajaran verbal dan penjelasan dalam bentuk visual berupa peragaan gerakan. Untuk itu, diperlukan seseorang yang dapat menjelaskan dan memperagakan atau yang dapat menyampaikan penjelasan dan peragaan gerakan.

### **2) Tahap Asosiatif (Fiksasi)**

Tahap fiksasi adalah tahap belajar yang mengutamakan aktualisasi dari bentuk rencana motorik yang telah diprogramkan dalam tahap kognitif, dan bentuk pelaksanaan latihan suatu gerakan merupakan perbaikan dari suatu gerakan-gerakan yang salah untuk menghasilkan koordinasi gerakan yang benar. Untuk hal-hal yang kompleks tahap ini bisa beberapa bulan, kecuali hal-hal yang simpel bisa beberapa hari.

Pada tahap pertama berlatih diperkenalkan dan lebih diperdalam keterampilan dasar, sehingga kesalahan gerakan dapat terdeteksi sedini mungkin. Penampilan terbaik dapat dicapai lebih sempurna melalui gerakan yang berulang-ulang. Peran umpan balik sangat besar sehingga kesempumaan gerakan meningkat, karena adanya latihan gerak yang berulang-ulang.

### **3) Tahap Otomatisasi**

Tahap otomatisasi adalah gerakan yang tidak terlalu memikirkan proses terjadinya gerakan didalam mencapai penampilan yang terbaik. Pada tahap ini siswa berusaha untuk menghilangkan ketegangan dan tekanan yang sering mengganggu, agar gerakan yang dilatih dapat dilakukan setiap saat.

Peningkatan kemulusan gerak dan ketepatan gerak dapat menjadi baik apabila praktek dilakukan secara terus menerus dan berulang-ulang. Peningkatan kualitas yang berkembang tidak hanya kemampuan untuk mendeteksi kesalahan yang dilakukan, tetapi juga kemampuan untuk melakukan penyesuaian yang diperlukan untuk membetulkan gerakan.

## **2. Permainan Sepak Bola**

Sepak bola menarik hampir semua orang memainkannya karena sepak bola adalah suatu cabang olahraga yang sederhana dan menyenangkan untuk dimainkan (Zein, 2009: i).

Sepak bola merupakan olahraga permainan beregu. Begitu juga dengan Usli, dkk (2008: 18) menyatakan bahwa sepak bola merupakan olahraga beregu, satu regu terdiri dari sebelas pemain, tiap-tiap pemain mempunyai peranan masing-masing. Sepak bola dimainkan dilapangan terbuka (outdoor) yang sudah terukur. Sepak bola dimainkan disebuah lapangan yang berbentuk empat persegi panjang, dengan panjang lapangan 100-110 meter, dan lebar lapangan 64-75 meter ini adalah standar lapangan internasional (Usli, dkk, 2008: 18).

#### **a. Sejarah Sepak Bola**

Sejarah olahraga sepak bola dimulai sejak abad ke-2 dan -3 sebelum Masehi di Cina. Di masa Dinasti Han tersebut, masyarakat menggiring bola kulit dengan menendangnya ke jaring kecil. Permainan serupa juga dimainkan di Jepang dengan sebutan *Kemari*. Di Italia, permainan menendang dan membawa bola juga digemari terutama mulai abad ke-16.

Sepak bola modern mulai berkembang di Inggris dan menjadi sangat digemari. Di beberapa kompetisi, permainan ini menimbulkan banyak kekerasan selama pertandingan sehingga akhirnya Raja Edward III melarang olahraga ini dimainkan pada tahun 1365. Raja James I dari Skotlandia juga mendukung larangan untuk memainkan sepak bola. Pada tahun 1815, sebuah perkembangan besar menyebabkan sepak bola menjadi terkenal di lingkungan universitas dan sekolah. Kelahiran sepak bola modern terjadi di Freemasons Tavern pada tahun 1863



ketika 11 sekolah dan klub berkumpul dan merumuskan aturan baku untuk permainan tersebut. Bersamaan dengan itu, terjadi pemisahan yang jelas antara olahraga rugby dengan sepak bola (soccer). Pada tahun 1869, membawa bola dengan tangan mulai dilarang dalam sepak bola. Selama tahun 1800-an, olahraga tersebut dibawa oleh pelaut, pedagang, dan tentara Inggris ke berbagai belahan dunia. Pada tahun 1904, asosiasi tertinggi sepak bola dunia (FIFA) dibentuk dan pada awal tahun 1900-an, berbagai kompetisi dimainkan diberbagai negara.

Sejarah sepak bola di Indonesia diawali dengan berdirinya Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) di Yogyakarta pada 19 April 1930 dengan pimpinan Soeratin Sosrosoegondo. Dalam kongres PSSI di Solo, organisasi tersebut mengalami perubahan nama menjadi Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia. Sejak saat itu, kegiatan sepak bola semakin sering digerakkan oleh PSSI dan makin banyak rakyat bermain di jalan atau alun-alun tempat Kompetisi I Perserikatan diadakan. Sebagai bentuk dukungan terhadap kebangkitan "Sepakbola Kebangsaan", Paku Buwono X mendirikan stadion Sriwedari yang membuat persepakbolaan Indonesia semakin gencar.

Sepeninggalan Soeratin Sosrosoegondo, prestasi tim nasional sepak bola Indonesia tidak terlalu memuaskan karena pembinaan tim nasional tidak diimbangi dengan pengembangan organisasi dan kompetisi. Pada era sebelum tahun 1970-an, beberapa pemain Indonesia sempat bersaing dalam kompetisi internasional, di antaranya Ramang,

Sucipto Suntoro, Ronny Pattinasarani, dan Tan Liong Houw. Dalam perkembangannya, PSSI telah memperluas kompetisi sepak bola dalam negeri, di antaranya dengan penyelenggaraan Liga Super Indonesia, Divisi Utama, Divisi Satu, dan Divisi Dua untuk pemain non amatir, serta Divisi Tiga untuk pemain amatir. Selain itu, PSSI juga aktif mengembangkan kompetisi sepak bola wanita dan kompetisi dalam kelompok umur tertentu (U-15, U-17, U-19, U21, dan U-23).

#### **b. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola**

Untuk bisa bermain sepak bola dengan baik dan benar maka keterampilan gerak dasar permainan sepak bola harus diketahui. Oleh karena itu seorang pemain harus mempelajari dan menguasai teknik dasar.

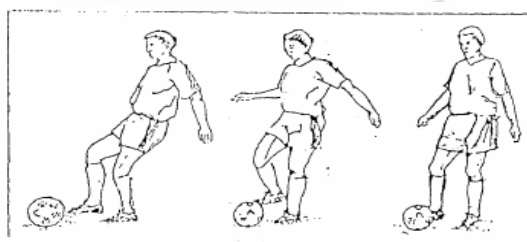
##### **a. *Control* (Menghentikan Bola)**

Control (menghentikan bola) merupakan salah keterampilan atau teknik dasar dalam permainan sepak bola. Menurut Usli, dkk (2008: 46) menyatakan bahwa teknik dasar menghentikan bola merupakan kemampuan dari anggota-anggota tubuh (kecuali lengan) dalam menghentikan bola baik yang datang dari teman, maupun dari lawan, dan merupakan teknik dasar yang penggunaannya tidak terlepas dari teknikk dasar lainnya. Hal yang terpenting dalam menghenikan ialah bagaimana cara meredam bola sehingga bola ketika *impact* dengan kaki tidak terlalu jauh. Menurut Coover dan Bucher (dalam Usli, 2008: 46) menyatakan bahwa “memposisikan tubuh seperti target

yang dituju oleh bola, kemudian menarik bagian tubuh yang akan menerima bola (meredam), saat bola datang untuk mengurangi benturan”.

Dalam menghentikan bola bisa dilakukan dengan berbagai cara, yaitu dengan kaki, paha, dada, maupun kepala. Tetapi yang paling dominan dilakukan ialah dengan menggunakan kaki. Menurut Usli, dkk (2008: 46) menyatakan bahwa “menghentikan bola dengan kaki bagian dalam biasanya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantulan dari tanah”. Seperti yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam. Menurut Usli, dkk (2008:46) pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

- a) Posisikan badan sebaris dengan datangnya arah bola
- b) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk
- c) Kaki penghenti diangkat sedikit dari tanah
- d) Kaki bagian dalam dihadapkan ke arah datangnya bola
- e) Pada saat bola mengenai kaki (*impact*) tarik sedikit kaki kebelakang untuk meredam bola.



Gambar 1:  
Menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam  
(Sucipto, dkk, 2000: 24)

### **b. *Passing* (Menendang Bola)**

Menendang bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan baik, tidak akan mungkin menjadi pemain yang baik (Sukatamsi, 1984: 44). Kesebelasan sepak bola yang baik adalah suatu kesebelasan yang keseluruhan pemainnya menguasai teknik dasar menendang bola dengan baik, baik, cepat, cermat dan tepat sasaran.

Hal itu membuktikan teknik dasar menendang bola sangat penting dalam permainan sepak bola. Di dalam permainan sepak bola menendang merupakan ciri yang paling utama. Seperti yang diungkapkan oleh Sucipto, dkk (dalam Usli, 2008: 40) menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepak bola.

Cepat, maksudnya pemain harus menguasai semua gerakan-gerakan bagian-bagian dan teknik dasar bermain sepak bola dan terampil memainkan bola dalam segala situasi dan posisi disetiap permainan, tidak melakukan gerakan-gerakan yang tidak perlu, kecuali memperlambat gerakan juga akan membuang waktu dan tenaga. Tepat, maksudnya pemain sepak bola memiliki keterampilan menendang bola, tendangan operan kepada teman yang bergerak untuk mendapatkan posisi yang luang mudah menerima bola dan tanpa mendapatkan rintangan dan lawan maupun tendangan ke sasaran tempat luang ke mulut gawang lawan, tanpa mendapatkan rintangan dan penjaga gawang. Cermat, maksudnya pemain dapat memberi operan kepada teman dengan menggunakan arah dan jalan yang paling dekat atau sependek-

pendeknya dan yang terpenting mudah diterima oleh teman. Cermat juga berarti dapat mengontrol bola dengan baik pada tempat yang sempit dan sulit dan sanggup mengontrol bola dengan sentuhan pertama dengan baik dan dengan cepat memainkan sesuai dengan yang dikehendaki.

Untuk membuat hasil tendangan yang baik, maka perlu menguasai prinsip-prinsip dalam menendang bola. Menurut Sukatamsi (1984: 45) menyatakan bahwa prinsip-prinsip dalam menendang bola yang terdiri dari: kaki tumpu, kaki yang menendang, bagian bola yang ditendang, sikap badan, dan pandangan mata.

#### 1) Kaki tumpu

Kaki tumpu adalah kaki yang menumpu pada tanah pada persiapan menendang dan merupakan letak titik berat badan. Posisi kaki tumpu atau di mana harus meletakkan kaki tumpu terhadap bola, posisi kaki tumpu terhadap bola akan menentukan arah lintasan bola dan tinggi rendahnya lambungan bola. Lutut kaki tumpu sedikit ditekuk dan pada waktu menendang lutut diluruskan. Gerakan dari lutut ditekuk kemudian diluruskan kemudian kekuatan mendorong ke depan.

#### 2) Kaki yang menendang

Kaki yang menendang adalah kaki yang digunakan untuk menendang bola. Pergelangan kaki yang menendang bola pada saat menendang dikuatkan atau ditegangkan, tidak boleh bergerak. Tungkai kaki yang menendang diangkat ke belakang kemudian diayunkan ke depan sehingga bagian kaki yang digunakan untuk menendang mengenai bola,

kemudian diteruskan dengan gerak lanjutan ke depan, dan seterusnya bergerak lari untuk mencari posisi.

### 3) Bagian bola yang ditendang

Merupakan bagian bola sebelah mana yang ditendang, akan menentukan arah dan jalannya bola dan tinggi rendahnya lambungan bola.

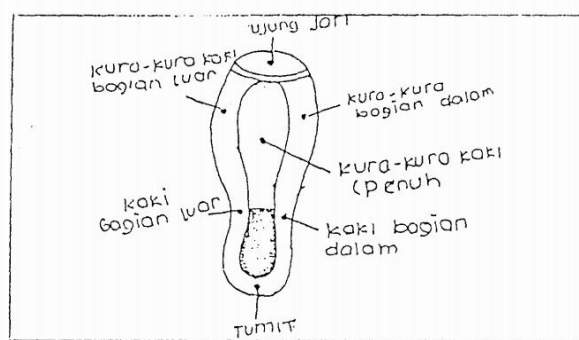
### 4) Sikap badan

Sikap badan pada waktu menendang sangat dipengaruhi oleh posisi kaki tumpu terhadap bola. Posisi kaki tumpu tepat di samping bola, maka pada saat menendang bola badan tepat di atas bola dan badan akan sedikit condong ke depan, sikap badan ini untuk tendangan bola menggulir rendah atau melambung sedang. Posisi kaki tumpu berada di samping belakang bola, maka pada waktu menendang bola badan berada di atas belakang bola hingga sikap badan condong ke belakang, maka hasil tendangan bola melambung tinggi.

### 5) Pandangan mata

Pandangan mata terutama untuk mengawasi situasi atau keadaan permainan, akan tetapi pada saat akan menendang bola mata harus melihat pada bola dan ke arah mana bola akan ditendang (Sukatamsi, 1984: 45-47).

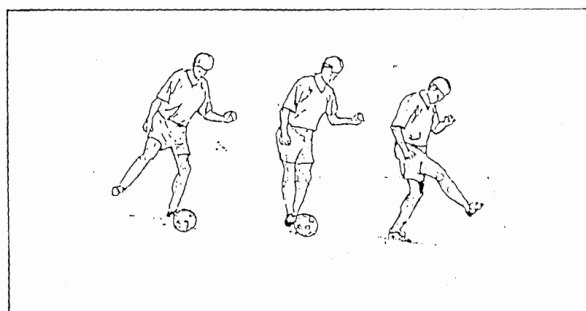
Bagian-bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola, yaitu kaki bagian dalam, ujung jari, kura-kura kaki bagian luar, tumit (jarang digunakan), kura-kura kaki sebelah dalam, dan kura-kura kaki penuh. Untuk lebih jelasnya lihatlah gambar berikut ini.



Gambar 2

Bagian perkenan bola pada kaki  
(Sukatamsi, 1984: 47)

Dilihat dari perkenan bola pada bagian kaki, menendang dibedakan menjadi beberapa macam yang salah satunya adalah menendang dengan kaki bagian dalam. Menendang dengan kaki bagian dalam bisa dipergunakan untuk melakukan operan jarak dekat maupun jarak jauh, hasil tendangan dengan teknik ini akan menghasilkan tendangan yang lebih akurat (Usli, 2008:42).



Gambar 3

Menendang dengan kaki bagian dalam  
(Sucipto, dkk, 2000: 18)

Menurut Sucipto, dkk (2000: 18) analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- Badan menghadap sasaran di belakang bola
- Kaki tumpu berada di samping bola  $\pm 15$  cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk.
- Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola.

- d) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola.
- e) Pergelangan kaki ditegangkan pada saat mengenai bola.
- f) Gerak lanjut tendang diangkat menghadap sasaran.
- g) Pandangan ditujukan ke bola dan mengikuti arahnya jalannya bola terhadap sasaran.
- h) Kedua lengan terbuka di samping badan.

### c. Menggiring Bola (*dribbling*)

Menurut Sucipto (2000:28) Menggiring bola adalah menendang terputus-putus, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Sejalan dengan Sucipto Lingling Usli dkk (2008:51) mengemukakan bahwa menggiring bola adalah suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus dengan posisi bola tidak jauh dari kaki kita sambil berlari untuk mencapai tujuan dalam permainan sepak bola. Sedangkan menurut Sakroni dkk (2004:32) menggiring bola ialah menggulirkan bola ditanah sambil berlari. Dari beberapa pengertian diatas dapat di simpulkan bahwa menggiring bola (*dribbling*) adalah suatu usaha yang dilakukan oleh pemain sepak bola dengan mendorong bola pada posisi tidak jauh dari kaki sehingga bola mudah untuk dikuasai dengan baik.

Teknik menggiring bola dapat dilakukan dengan 3 cara yaitu:

- 1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Dalam permainan sepak bola pada umumnya menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam dipergunakan untuk mengecoh atau melawati lawan yang berusaha merebut bola. Kelebihan dribbling menggunakan kaki bagian dalam adalah dapat mengecoh lawan ke sebelah



kanan lawan apabila menggunakan kaki kanan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kiri bila menggunakan kaki kanan, begitupula sebaliknya.

Menurut Sucipto dkk (2000:28) analisis menggiring bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.
- (b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik kebelakang hanya diayunkan kedepan.
- (c) Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh atau didorong bergulir kedepan.
- (d) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- (e) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- (f) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan kearah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan
- (g) Kedua tangan menjaga keseimbangan disamping badan.



Gambar 2.4  
Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

## 2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar

Dalam permainan sepak bola pada umumnya menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar pada umumnya dipergunakan untuk melewati atau mengecoh lawan. Kelebihan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar yaitu bila menggunakan kaki kanan dapat mengecoh ke sebelah kiri lawan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kanan bila menggunakan kaki kanan, begitupula sebaliknya.

Menurut Sucipto (2000:30) analisis menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki bagian luar.
- (b) Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan.
- (c) Tiap melangkah secara terarur kaki menyentuh bola.
- (d) Bola selalu dekat dengan kaki agar bola tetap dikuasi.
- (e) Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola
- (f) Pada saat kaki menyentuh bola pandangan ke arah bola, selanjutnya melihat situasi.
- (g) Kedua lengan menjaga keseimbangan disamping badan.



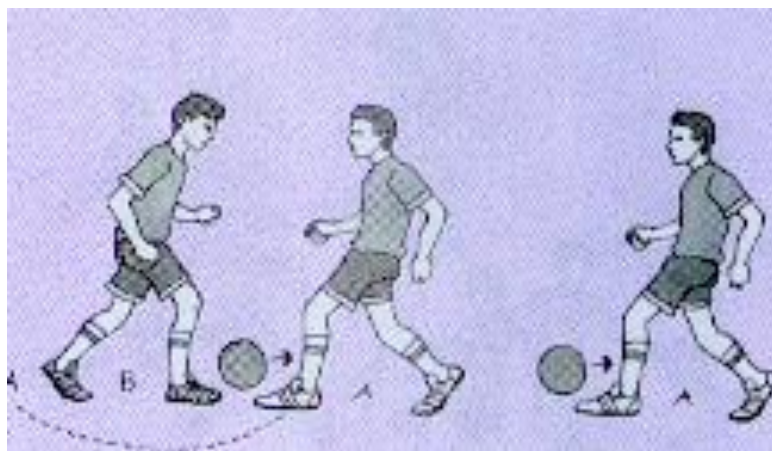
Gambar 2.5  
Menggiring bola dengan kaki bagian luar

### 3) Menggiring bola dengan punggung kaki

Menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada dasarnya digunakan untuk mendekati jarak. Kelebihan *dribbling* menggunakan bagian punggung kaki adalah dapat menggiring bola dengan arah lurus apabila tidak ada lawan yang menghalangi. Sedangkan kelemahannya adalah kurang efektif untuk mengecoh lawan ke sebelah kiri atau sebelah kanan.

Menurut Sucipto (2000:31) analisis menggiring bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki.
- (b) Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh atau mendorong bola tanpa terlebih dahulu ditarik kebelakang dan diayun kedepan.
- (c) Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.
- (d) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- (e) Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola.
- (f) Pada saat kaki menyentuh bola pandangan kearah bola, selanjutnya melihat situasi.
- (g) Kedua lengan menjaga keseimbangan disamping badan.



Gambar 2.6  
Menggiring bola menggunakan punggung kaki

## **B. Pembelajaran Menggiring Bola Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama**

### **1. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama**

Program pembelajaran yang baik adalah program pembelajaran yang sesuai dengan kondisi pelakunya. Pemberian pembelajaran yang baik harus memperhatikan tingkat kemampuan dan perkembangan siswa. Pengajar, khususnya di Sekolah Menengah Pertama perlu mengetahui karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa SMP.

Kemampuan fisik, psikomotor dan psikologis manusia berkembang sesuai dengan tingkatan usia dan taraf pertumbuhan fisiknya. Manusia dari anak-anak hingga dewasa mengalami berbagai perkembangan, antara lain yaitu perkembangan fisiologis, psikologis, intelektual, sosial dan kemampuan gerak. Secara kronologis sepanjang hidupnya manusia dapat dibedakan dalam lima tahapan kehidupan, yaitu “(a) fase sebelum lahir (*prenatal*), (b) fase bayi (*infant*), (c) fase anak-anak (*childhood*), (d) fase

adolesensi (*adolescence*), dan (e) fase dewasa (*adulthood*)” (Sugiyanto, 1998: 7).

Setiap fase kehidupan manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan karakteristik tertentu, termasuk di dalamnya yang berhubungan dengan perkembangan fisiknya. Pada umumnya siswa-siswa di SMP, khususnya kelas VIII usianya adalah antara 13 sampai 15 tahun. Dalam tahapan perkembangan usia 12 sampai 15 tersebut dapat diklasifikasikan pada taraf perkembangan pada fase anak-anak yaitu anak besar. Hal ini seperti yang dikemukakan Sugiyanto (1998:9) bahwa, fase anak besar yaitu “usia 10 sampai 13 atau 15 tahun”.

Kelompok usia 13-15 tahun tersebut termasuk dalam kelompok umur anak besar. Anak usia tersebut memiliki karakteristik perkembangan dan pertumbuhan bersifat khusus, yang berbeda dengan kelompok usia lain. Waharsono (1999:37) mengemukakan bahwa,

Ukuran dan proporsi bagian-bagian tubuh anak besar mengalami perubahan dibandingkan pada anak kecil. Secara proporsional kaki dan tangan tumbuh lebih cepat dibandingkan pertumbuhan togok, hal ini seperti halnya terjadi pada masa anak kecil. Dengan kecepatan pertumbuhan kaki dan pertumbuhan togok yang tidak sama, anak besar umumnya menjadi panjang kakinya. Hal ini makin tampak pada akhir masa anak besar. Pada umur 13 tahun panjang kaki  $\pm 45\%$  dari tinggi badan, dan pada umur 15 tahun panjang kaki  $\pm 47\%$  dari tinggi badan.

Pada usia anak besar, anggota gerak atas dan anggota gerak bawahnya bertambah dengan cepat. Keadaan tersebut berpengaruh pada perkembangan kemampuan gerak yang dicapainya. Dengan cepatnya pertumbuhan anggota gerak atas maupun bawah tersebut, maka

perkembangan kemampuan gerak anak juga cukup pesat.

Perkembangan kemampuan gerak manusia berlangsung secara bertahap. Secara kronologis, tahapan kehidupan tersebut adalah masa bayi, masa anak kecil, masa anak besar, masa remaja, masa dewasa dan masa tua. Sejalan dengan pertumbuhan fisik di mana anak semakin tinggi dan besar, maka kemampuan gerak anak meningkat. Menurut Waharsono (1999:53) bahwa :

Peningkatan kemampuan gerak bisa diidentifikasi dalam bentuk : (a) gerakan dapat dilakukan dengan mekanika tubuh yang makin efisien, (b) gerakan bisa dilakukan semakin lancar dan terkontrol, (c) pola atau bentuk gerakan semakin bervariasi, (d) gerakan semakin bertenaga.

Kemampuan koordinasi merupakan unsur dasar yang baik dalam perkembangan keterampilan dan dalam belajar gerak. Menurut Iskandar Z. Adisapoetra dkk. (1999:10) bahwa, “kemampuan koordinatif merupakan dasar yang baik bagi kemampuan belajar yang bersifat sensomotorik, makin baik tingkat koordinasi, makin cepat dan efektif pula gerakan sulit dapat dipelajari”. Kecepatan seseorang dalam mempelajari suatu keterampilan gerak dipengaruhi oleh kemampuan koordinasi yang dimiliki.

Perkembangan kemampuan gerak pada fase anak besar cukup pesat. Perkembangan tersebut seiring dengan meningkatnya minat anak terhadap aktivitas fisik. Minat anak terhadap aktivitas fisik dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan sosialnya. Mengenai sifat-sifat psikologis dan sosial yang menonjol pada masa anak besar adalah sebagai berikut :



- 1) Imajinatif serta menyenangkan suara dan gerak ritmik
- 2) Menyenangi pengulangan aktivitas.
- 3) Menyayangi aktivitas kompetitif.
- 4) Rasa ingin tahunya besar.
- 5) Selalu memikirkan sesuatu yang dibutuhkan atau diinginkan.
- 6) Lebih menyenangkan aktivitas kelompok daripada aktivitas individual.
- 7) Meningkatkan minatnya untuk terlibat dalam permainan yang diorganisasi, tetapi belum siap untuk mengerti peraturan permainan yang rumit.
- 8) Cenderung membandingkan dirinya dengan teman-temannya, dan mudah merasa ada kekurangan pada dirinya atau mengalami kegagalan.
- 9) Mudah gembira karena pujian, dan mudah patah hati atau tidak senang kalau dikritik.
- 10) Senang menirukan idolanya.
- 11) Selalu menginginkan persetujuan orang dewasa tentang apa yang diperbuat.

Kemampuan koordinasi berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan kematangan anak. Menurut Sugiyanto ( 1998: 166) bahwa, “pada masa anak besar, berbagai gerak dasar dan variasinya yang telah bisa dilakukan sebelumnya akan mengalami peningkatan kualitas atau mengalami penyempurnaan”. Peningkatan kualitas penguasaan sangat dipengaruhi oleh kesempatan untuk melakukannya. Anak besar memerlukan aktivitas gerak yang beragam yang bisa meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan, kreativitas, serta sifat sosialnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikemukakan bahwa karakteristik siswa SMP kelas VIII adalah sebagai berikut :

- a. Siswa SMP kelas VIII berada pada fase perkembangan anak besar.
- b. Ukuran dan proporsi bagian-bagian tubuh anak besar belum matang. Secara proporsional kaki dan tangan tumbuh lebih cepat dibandingkan pertumbuhan togok.
- c. Minatnya terhadap kegiatan fisik makin meningkat, imajinasi, rasa ingin tahu dan kegiatan sosial juga makin meningkat.
- d. Menyukai aktivitas kelompok dan permainan.

Perkembangan kemampuan gerak pada fase anak besar cukup pesat. Gerakannya dapat dilakukan dengan mekanika tubuh yang efisien, semakin lancar dan terkontrol, pola atau bentuk gerakan makin bervariasi serta gerakan semakin bertenaga.

## **2. Pendekatan Pembelajaran Menggiring Bola Untuk Siswa Menengah Pertama**

Teknik menggiring bola memiliki kedudukan yang penting dalam permainan sepak bola. Oleh karena itu, pemain sepak bola harus diberikan pembelajaran passing secara intensif. Dalam melakukan pembelajaran passing bawah diperlukan strategi pendekatan pembelajaran yang sesuai. Dengan melalui pembelajaran yang sistematis, teratur dan kontinyu serta dengan strategi pembelajaran yang sesuai, maka penguasaan keterampilan passing bawah akan dapat tercapai.

Pengajar harus memberikan pembelajaran dengan pendekatan yang baik agar dapat mengantarkan siswanya kepada penguasaan keterampilan menggiring bola secara optimal. Pembelajaran menggiring bola pada siswa SMP, perlu disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa. Kondisi fisik siswa SMP belum matang sehingga program pembelajarannya



memerlukan berbagai modifikasi agar hasilnya lebih optimal. Modifikasi pembelajaran olahraga, menurut Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (1992: 2) meliputi 4 aspek yaitu, “(a) tujuan, (b) karakteristik materi, (c) kondisi lingkungan dan (d) evaluasinya”. Modifikasi pembelajaran bolavoli dapat dilakukan dengan memodifikasi beberapa aspek atau salah satu aspek saja.

Dalam penelitian ini modifikasi pembelajaran sepak bola dilakukan pada aspek kondisi lingkungan yaitu berupa peralatan. Modifikasi kondisi lingkungan meliputi, peralatan, penataan ruang gerak dan jumlah siswa yang terlibat. Berkaitan dengan modifikasi peralatan, Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (1999: 7) mengemukakan bahwa,

Guru dapat mengurangi dan menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan *skill* itu. Misalnya, berat-ringannya, besar-kecilnya, tinggi-rendahnya, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan.

Pembelajaran menggiring bola untuk siswa SMP perlu modifikasi, agar hasilnya optimal. Modifikasi yang diterapkan dalam pembelajaran passing bawah pada penelitian ini adalah modifikasi lingkungan belajar siswa. Dalam penelitian ini dikaji dua macam pendekatan pembelajaran passing, yaitu pembelajaran passing bawah dengan metode pendekatan bermain.

## **C. Metode Mengajar Bermain**

### **1. Hakekat Pembelajaran**

Untuk menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat setrategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Pergaulan yang sifatnya mendidik itu terjadi melalui interaksi aktif antara siswa sebagai peserta didik dan guru sebagai pendidik.

Kegiatan belajar dilakukan oleh siswa, dan melalui kegiatan itu akan ada perubahan prilakunya, sementara kegiatan pembelajaran dilakukan oleh guru untuk memfasilitasi proses belajar, kedua peranan itu tidak akan lepas dari situasi saling mempengaruhi dalam pola hubungan antara dua subyek, meskipun disini guru lebih berperan sebagai pengelola.

Pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku kearah yang lebih baik. Interaksi adalah saling mempengaruhi yang bermula adanya saling keterkaitan antar komponen yang satu dengan yang lainnya. Interaksi dalam pembelajaran adalah kegiatan timbale balik dan saling mempengaruhi antara guru dengan peserta didik.

Pembelajaran merupakan upaya sistematis dan sistemik untuk memfasilitasi dan meningkatkan proses belajar, maka kegiatan pembelajaran berkaitan erat jenis hakikat dan jenis belajar serta hasil belajar tersebut.

Kegiatan belajar merupakan merupakan masalah yang sangat kompleks dan melibatkan keseluruhan aspek psikofisik, bukan saja aspek kejiwaan, tetapi juga aspek neurofisiologis. Namun upaya dan usaha yang dilakukan oleh guru untuk memusatkannya dan menangkap perhatian siswa pada peristiwa pembelajaran maka sesuatu yang asing akan berangsur-angsur berkurang. Oleh karena itu guru harus mengupayakan semaksimal mungkin penataan lingkungan belajar dan perencanaan materi agar terjadi proses pembelajaran di dalam maupun di luar kelas.

## **2. Konsep Strategi Belajar Mengajar**

Strategi berasal dari kata siasat, akal, atau ilmu perang. Pada awalnya strategi merupakan istilah militer yang kemudian diartikan gerakan sebelum pertempuran. Sejalan dengan perkembangan waktu penggunaan kata strategi tidak hanya terbatas dibidang militer saja akan tetapi berkembang dibidang-bidang yang lainnya seperti ekonomi, kesehatan, pendidikan bahkan berkembang pesat dalam dunia belajar mengajar. Dimana strategi harus dipunyai oleh para guru dalam proses belajar mengajar. Strategi mempunyai pengaruh yang besar terhadap hasil belajar siswa yang bersangkutan bahkan sangat menentukan arah proses pembelajaran.

Pengetahuan dan keterampilan menyusun strategi belajar dan pembelajaran sangat diperlukan oleh guru demi tercapainya tujuan proses belajar mengajar sesuai dengan yang telah direncanakan. Secara harfiah kata strategi belajar mengajar dapat diartikan sebagai menyiasati atau

mengakali pelaksanaan belajar mengajar. Pengertian strategi belajar mengajar menurut para ahli dikutip oleh Berliana dkk (2008:70) adalah sebagai berikut :

Joyce dan Harootunian (1967:87) menjelaskan bahwa strategi belajar mengajar adalah keputusan-keputusan yang berhubungan dengan pengetahuan orang-orang, materi, dan ide-ide dalam usaha untuk menciptakan kondisi belajar yang optimal.

Dick dan Garey (1983:47) menjelaskan mengenai strategi belajar mengajar adalah semua komponen materi instruksional dan prosedur yang akan digunakan untuk membentuk dalam mencapai tujuan instruksional tertentu.

Sedangkan menurut Berliana dkk (2008:71) menjelaskan strategi belajar mengajar adalah keputusan yang diambil oleh guru dalam proses pembelajaran yang bertujuan untuk menciptakan kondisi belajar yang memungkinkan siswa lancar belajar dan efektif sesuai tujuan pengajaran yang diharapkan.

Berdasarkan pengertian strategi belajar pembelajaran di atas dapat disimpulkan bahwa strategi belajar mengajar adalah tindakan yang diambil oleh guru dalam proses belajar mengajar supaya kegiatan pembelajaran dapat berlangsung dengan kondusif, menyenangkan serta kooperatif sehingga tujuan pembelajaran yang direncanakan dapat tercapai.

### 3. Definisi Metode Mengajar

Pengertian belajar merupakan sesuatu yang kompleks, karena itu pengertiannya bisa bermacam-macam. Belajar bisa dipandang sebagai suatu hasil apabila yang dilihat adalah bentuk terakhir dari berbagai pengalaman interaksi edukatif, bisa dipandang sebagai suatu proses apabila yang dilihat adalah kejadian selama siswa menjalani proses belajar untuk mencapai suatu tujuan, dan bisa juga dipandang sebagai suatu fungsi apabila yang dilihat adalah aspek-aspek yang menentukan terjadinya perubahan tingkah laku siswa.

Belajar perlu dibedakan dengan konsep-konsep yang berhubungan seperti berpikir, berperilaku, perkembangan atau perubahan. Demikian pula Gagne Brophy dalam Rusli (1990:129) mengemukakan bahwa “Hirarki belajar adalah dimana belajar disusun berurutan dari yang paling sederhana ke yang paling kompleks. Sebagai contoh hirarki mengandung tiga kategori yaitu : (1) Belajar signal adalah belajar suatu respon umum ke dalam bentuk isyarat, misalnya menyiapkan kelas dengan bunyi bel. (2) Belajar respon stimulus yaitu belajar suatu respon stimulus yang tepat ke suatu rangsangan yang dibedakan, misalnya memanggil orang dengan nama-nama yang dibedakan (3) Belajar diskriminasi yaitu belajar membedakan antara anggota dalam kumpulan stimulus yang sama supaya mempunyai respon pada perbedaan ciri individu, misalnya mengidentifikasi perbedaan jenis-jenis anjing yang berbeda, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwasannya metode mengajar adalah

merupakan salah satu cara untuk menciptakan suatu bentuk pengajaran dengan kondisi yang diinginkan guna membantu tercapainya tujuan proses belajar mengajar secara efektif.

Piaget Brophy dalam Rusli (1992:134) menyatakan dalam pembelajaran gerak disebut Skema Sensor Motorik yaitu suatu pembelajaran lebih efisien bila diberikan contoh sehingga dapat meniru dan dengan instruksi verbal dan gambaran visual dapat menggunakannya sebagai penuntun terhadap penampilan dan menjadi tambahan kesempatan dalam praktek dengan umpan balik yang korektif. Latihan merupakan hal yang sangat penting bagi peserta siswa sebagai umpan balik. Umpan balik dalam belajar keterampilan gerak bersifat internal selain umpan balik internal ini keterampilan gerak juga menghasilkan umpan balik external melalui kejadian di lingkungannya. Pada pembelajaran keterampilan gerak penting untuk mencegah berkembangnya kebiasaan buruk. Bila siswa tidak diajarkan prinsip dasar dan bentuk yang tepat, maka mereka dapat mengembangkan keterampilan yang sangat berfungsi sampai pada tahap tertentu tetapi tidak efisien dan secara potensial tidak produktif.

Winarno Surakhmad (1992:24) bahwa Metode mengajar adalah cara yang mempergunakan teknik yang beraneka ragam yang didasari oleh pengertian yang mendalam dari guru akan memperbesar minat belajar murid- murid, sehingga mempertinggi hasil belajar. Program yang diberikan kepada siswa harus disusun secara sistematis, berurutan, berulang-ulang dan kian hari bertambah bebannya dan yang mudah sampai

dengan yang sulit sehingga dalam menyampaikan pesan dapat ditangkap oleh siswa dan memperoleh hasil belajar secara optimal yang berupa perubahan-perubahan kemampuan permainan ke arah peningkatan kualitas gerak, karena setiap individu memiliki kemampuan gerak dasar yang berbeda. Nana Sudjana (2000:25) bahwa Hakikat belajar-mengajar adalah peristiwa belajar yang terjadi pada siswa secara aktif berinteraksi dengan lingkungan belajar yang diatur oleh guru. Asumsi yang melandasi hakikat belajar-mengajar tersebut adalah : (a) proses belajar-mengajar yang efektif memerlukan strategi dan teknologi pendidikan yang tepat. (b) program belajar mengajar dirancang dan dilaksanakan sebagai suatu sistem. (c) Proses dan produk belajar perlu memperoleh perhatian seimbang di dalam pelaksanaan kegiatan-belajar, (d) pembentukan kompetensi profesional memerlukan pengintegrasian fungsional antara teori dan praktek serta materi penyampaianya. (e) pembentukan kompetensi profesional memerlukan pengalaman lapangan, latihan keterampilan terbatas sampai dengan pelaksanaan dan penghayatan tugas-tugas kependidikan secara lengkap dan aktual, (f) kriteria keberhasilan yang mana dalam pendidikan adalah pendemonstrasian penguasaan kompetensi, (g) materi pengajaran, sistem penyampaianya selalu berkembang.

Pendidikan jasmani adalah disiplin akademik yang bersifat *interdisipliner* pengembangannya sangat bergantung dari ilmu yang menyangga (psikologi, kesehatan, filsafat, pendidikan, pengajaran dan sebagainya). Untuk dapat mengembangkan pendidikan jasmani sebagai

disiplin, prasyarat mutlak yang harus dilaksanakan adalah insan akademik pendidikan jasmani untuk mengeksplorasi ilmu-ilmu penyangganya, tanpa menguasai ilmu penyangga pendidikan jasmani akan semakin jauh tertinggal, karena pengembangan konsep dan teori ilmu penyangganya maju dengan pesat. Ilmu pengajaran merupakan salah satu penyangga pendidikan jasmani, baik teoritis maupun praktis. Pengajaran pendidikan jasmani tidak akan berkembang tanpa mengikuti perkembangan ilmu pengajaran. Demikian pula ilmu pengajaran itu tidak akan berkembang tanpa mengikuti perkembangan teori belajar.

Gagne dalam Sugiyanto (1994:233) bahwa belajar adalah suatu perubahan pembawaan atau kemampuan yang bertahan dalam jangka waktu tertentu dan tidak semata-mata disebabkan oleh proses pertumbuhan. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Toeti Soekamto (1997:71) bahwa Tujuan belajar merupakan komponen sistem pengajaran yang sangat penting di dalamnya meliputi pemilihan metode mengajar yang dipakai, sumber belajar yang dipakai, harus bertolak dari tujuan belajar yang akan dicapai. Oleh karena kompleksitas pengembangan teori yang saling berkaitan, maka dalam strategi pengembangan ilmu pendidikan jasmani akan semakin berkembang apabila insan akademiknya mampu mempelajari dan mengembangkan ilmu penyangganya.

Belajar mempunyai makna sebagai proses perubahan tingkah laku akibat adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Belajar gerak menurut Magili (1990:8) adalah “Perubahan dari individu yang



didasarkan dari perkembangan permanen dari individu yang dicapai oleh individu sebagai hasil praktek. Di dalam belajar gerak, materi yang dipelajari adalah pola-pola gerak keterampilan tubuh, misalnya gerakan-gerakan olahraga. Proses belajarnya meliputi pengamatan gerakan untuk bisa mengerti prinsip bentuk gerakannya, kemudian menirukan dan mencoba melakukannya berulang kali. Dalam menerapkan pola-pola gerak yang dikuasai di dalam kondisi tertentu yang dihadapi dan pada akhirnya diharapkan siswa mampu menyelesaikan tugas-tugas gerak tertentu.

Pada awal tahap pembelajaran siswa yang baru mengenal substansi yang dipelajari baik yang menyangkut pembelajaran kognitif, afektif, dan psikomotor bagi siswa materi pembelajaran itu menjadi asing pada awalnya, namun setelah guru berusaha untuk menarik dan memusatkan perhatian siswa pada materi pembelajaran, maka diharapkan sesuatu yang asing bagi siswa tersebut berangsur-angsur hilang dengan sendirinya.

Dalam tahap ini seorang guru harus mengupayakan pembelajaran dengan menata lingkungan belajar dan perencanaan materi yang akan dipelajari atau akan dibahas. Guru harus berperan sebagai fasilitator dan motivator sehingga siswa berminat untuk mengikuti pembelajaran. Klasifikasi tingkah laku domain kognitif, afektif dan psikomotor seperti telah dikemukakan sebelumnya. Domain kognitif menurut Guilford dalam Magili (1980:2) menamakan "*intellectual activities*)" yaitu "kemampuan individu dalam hubungannya dengan pengenalan informasi, dan ingatan yang berkenaan dengan aktivitas berpikir". Kemudian domain afektif

adalah penalaran yang mempunyai peran penting sebagai motivasi dalam belajar keterampilan gerak dan yang terakhir adalah domain psikomotor sangat penting dalam belajar keterampilan gerak, karena berhasil tidaknya seseorang memahami keterampilan gerak dari gerakan yang sederhana ke dalam gerakan yang lebih kompleks. Belajar gerak terjadi dalam bentuk atau melalui respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerakan-gerakan bagian tubuh.

#### **4. Bermain (*Play*)**

Bermain adalah suatu kegiatan yang bentuknya sederhana dan menyenangkan. Kegiatan bermain sangat disukai oleh anak-anak (siswa). Bermain yang dilakukan tertata, mempunyai manfaat yang besar untuk siswa. Pengalaman itu bisa berupa membina hubungan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan.

Bermain adalah kegiatan yang tidak berpretensi apa-apa, kecuali sebagai luapan ekspresi, pelampiasan ketegangan, atau menirukan peran. Dengan kata lain aktifitas bermain dalam nuansa kerianan itu memiliki tujuan yang melekat didalamnya, untuk kegembiraan dan kesenangan Menurut Rusli Lutan (2001:31) memaparkan karakteristik “bermain sebagai aktifitas yang di lakukan secara bebas dan sukarela”. Bermain itu sendiri hakikatnya bukanlah suatu kesungguhan akan tetapi bersamaan dengan itu pula, kita melihat kesanggupan yang menyerap konsentrasi dan tenaga mereka ketika sedang bermain. Menurut Sukintaka (1992:2) “apabila bermain bertujuan untuk memperoleh atau perbaikan rekor maka

bukan merupakan bermain lagi”. Dengan demikian dapat di ambil suatu kesimpulan bahwa dalam bermain merupakan suatu kegiatan yang harus dilakukan dengan sungguh-sungguh tetapi bermain bukan merupakan suatu kesungguhan. Rasa senang bermain itu harus disebabkan karena bermain itu sendiri, bukan suatu yang terdapat diluar bermain.

Berkaitan dengan tujuan bermain, Gusril dalam disertasinya tahun 2004, menyimpulkan bahwa tujuan anak-anak dalam melakukan permainan dapat di tinjau dari beberapa aspek sebagai berikut : (1) Aspek kognitif antara lain menambah wawasan bermain, untuk melatih pola berfikir (2) aspek psikomotorik antara lain : terampil dalam bermain, dan melatih fisik (3) menyenangkan hati dan (4) aspek sosial antara lain : menambah pergaulan dan keakraban, rekreasi dan agar tidak dihina. Selain itu perasaan anak sewaktu dan sesudah melakukan bermain antara lain : merasa senang, gembira, bugar dan bersemangat.

Ada beberapa keuntungan yang diperoleh dari aktifitas bermain bagi anak-anak sebagai berikut : (1) mengubah ekstra energi, (2) mengoptimalkan pertumbuhan seluruh bagian tubuh seperti tulang, otot, dan organ-organ (3) dapat meningkatkan nafsu makan anak, (4) anak belajar mengontrol diri, (5) berkembangnya berbagai ketrampilan yang berguna sepanjang hidupnya, (6) meningkatkan daya kreatifitas, (7) mendapatkan kesempatan menemukan arti benda-benda yang ada disekitar anak, (8) merupakan cara untuk mengatasi kemarahan, kekuatiran diri, iri hati dan kedukaan, (9) kesempatan untuk bergaul dengan anak lainnya,

(10) kesempatan menjadi pihak yang kalah atau menang di dalam bermain, (11) kesempatan untuk belajar mengikuti aturan-aturan, dan (12) dapat mengembangkan kemampuan intelektualnya. Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan dalam aktifitas bermain adalah : (1) ekstra energi, (2) waktu yang cukup untuk bermain, (3) alat permainan, (4) ruangan untuk bermain, (5) pengetahuan cara bermain, dan (6) teman bermain.

## 5. Permainan (*Games*)

Permainan adalah bagian dari bermain yang mempunyai metode atau cara tertentu sesuai situasi, dan memiliki peraturan-peraturan yang tidak boleh dilanggar. Dalam permainan terdapat semangat keberanian, ketangguhan dan kejujuran pemain. Menurut Rusli Lutan (2001: 33) membagi permainan (*games*) menjadi 4 kategori utama :

- 1) Agon – permainan yang bersifat pertandingan, perlawanan kedua belah pihak dengan kesempatan yang sama untuk mencapai kemenangan sehingga di butuhkan pekerjaan fisik yang keras.
- 2) Alea – permainan yang mengandalkan hasil secara untung-untungan, atau hukum peluang seperti dadu, kartu, rolet, dan lain-lain. Sementara kemampuan otot tidak diperlukan.
- 3) Mimikri – permainan fantasi yang memerlukan kebebasan, dan bukan kesungguhan.
- 4) Illinx – mencakup permainan yang mencerminkan untuk melampiaskan kebutuhan untuk bergerak, berpetualang, dan dinamis, lawan dari keadaan diam, seperti berolahraga di alam terbuka, mendaki gunung.

Dari berbagai pendapat diatas dimungkinkan metode pembelajaran menggiring bola dengan pendekatan bermain sangat menarik minat siswa khususnya siswa Sekolah Menengah Pertama untuk mempelajari permainan sepak bola. Penggunaan metode pendekatan bermain akan

menambah semangat siswa untuk mencoba gerakan yang diajarkan, karena menekankan pada permainan yang disukai anak-anak seusia Sekolah Menengah Pertama. Sehingga dengan adanya perasaan senang untuk melakukan kegiatan permainan akan dapat meningkatkan teknik dasar sepak bola terutama dalam hal menggiring bola.

