



**Peningkatan Pembelajaran Sepakbola Menggunakan Permainan Sepakbola
Mini Pada Peserta Didik Kelas V-A Sdn 4 Bukit Tunggul**
***Improving Football Learning Using Mini Soccer Games for Class V-A Sdn 4
Students Bukit Tunggul***

Marhat

SDN 4 Bukit Tunggul, Palangkaraya, Kalimantan Tengah, Indonesia.

ARTIKEL INFO

Diterima
April 2021

Dipublikasi
Mei 2021

*e-mail :
mar68hat@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini adalah perlunya meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran sepakbola dengan menggunakan permainan sepakbola mini pada Peserta didik Kelas V-A SDN 4 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil pembelajaran sepakbola menggunakan permainan sepakbola mini pada Peserta didik Kelas V-A. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil pembelajaran sepakbola menggunakan permainan sepakbola mini pada Peserta didik Kelas V-A.

Dari hasil pengamatan yang diperoleh dengan bantuan check list dapat diperoleh hasil bahwa prosentase kemampuan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif dari Peserta didik Kelas V-A SDN 4 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya setelah diberikan pembelajaran terjadi peningkatan, pada siklus I dan siklus II prosentase mengalami peningkatan dari 73,9 % menjadi 86,4 %. Begitu juga dengan prosentase ketuntasan pada siklus I hanya mencapai 57,1 % dari jumlah Peserta didik yang ada. Dan pada siklus II mengalami kenaikan menjadi 92,9 %.

Dengan demikian tindakan pembelajaran sepakbola dengan menerapkan permainan sepakbola mini pada Peserta didik Kelas V-A SDN 4 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya dapat dikatakan berhasil. Dan diharapkan bagi guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar untuk dapat menerapkan permainan sepakbola mini pada Peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

Kata Kunci : Pembelajaran SepakBola, Permainan SepakBola Mini, Pendidikan jasmani.

ABSTRACT

This research is the need to improve learning outcomes in soccer learning by using mini football games in Class V-A students at SDN 4 Bukit Tunggul, Palangka Raya City. This study aims to improve football learning outcomes using mini soccer games for Class V-A students. This study aims to improve football learning outcomes using mini soccer games for Class V-A students.

From the observations obtained with the help of a check list, it can be seen that the percentage of psychomotor, cognitive, and affective aspects of students' abilities in Class VA SDN 4 Bukit Tunggul Palangka Raya City after being given learning increased, in cycle I and cycle II the percentage increased from 73.9% to 86.4%. Likewise, the percentage of completeness in cycle I only reached 57.1% of the number of existing students. And in the second cycle increased to 92.9%.

Thus the action of learning football by applying mini football games to Class V-A students at SDN 4 Bukit Tunggul, Palangka Raya City can be said to be successful. And it is hoped that physical education teachers in elementary schools can apply mini football games to students in learning physical education, sports and health.

Keywords: Football Learning, Mini Soccer Game, Physical education.

© Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani dan kesehatan untuk membawa perubahan global dalam kualitas individu, baik fisik, mental dan emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak secara keseluruhan, yaitu keseluruhan, bukan hanya sebagai pribadi yang terpisah dari kualitas fisik dan mentalnya. (H.J.S. Husdarta, 2009:). Sesungguhnya pendidikan kesehatan dan jasmani adalah bidang studi yang sangat luas. Yang mengkhawatirkan adalah perbaikan gerak manusia. Secara khusus, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerakan manusia dan bidang pendidikan lainnya: perkembangan jasmani dan hubungan antara pikiran dan jiwa. Penekanan pada dampak perkembangan fisik pada area pertumbuhan dan perkembangan aspek-aspek lain dari manusia membuatnya unik. Bidang lain seperti pendidikan jasmani dan kesehatan tidak terkait dengan perkembangan orang secara keseluruhan.

Dalam kurikulum pendidikan dasar mata pelajaran pendidikan jasmani, tujuan umum pendidikan jasmani dan pendidikan kesehatan dasar adalah untuk memperkenalkan dan menumbuhkan sikap positif, keterampilan dasar olahraga dan berbagai aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan siswa. mengklaim itu untuk mendukung perbaikan. Pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Pendidikan jasmani juga harus memberikan pengalaman yang seimbang untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan dalam domain fisik, psikologis, kognitif dan emosional. Dalam hal ini masih terkait dengan kematangan mata pelajaran siswa itu sendiri. Dikarenakan siswa usia SD ialah Kelompok masyarakat yg tumbuh serta berkembang dan mempunyai aneka macam kerawanan yg memerlukan pembinaan serta bimbingan. sebagai pendidik yang objeknya pada

pendidikan jasmani pada Sekolah Dasar sebaiknya perlu memahami perkembangan gerak yg dialami oleh anak-anak seusia anak SD agar pada mentransfer ilmu, terutama pada pendidikan jasmani tidak mengalami kesulitan dan kesalahan gerak yg akan menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak.

Peran pendidik yaitu ikut dan memberikan kesempatan motilitas yg seluas-luasnya dalam pembelajaran buat tumbuh kembang peserta didik pada Sekolah Dasar yang ialah dasar pembentukan motilitas. Dimulai sejak masa anak-anak berita yang berkaitan menggunakan gerak dasar harus diberikan, sebab berita tadi sebagai pengalaman gerak yang akan diharapkan di waktu perkembangan selanjutnya yaitu ketika masa dewasa.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan modifikasi pembelajaran agar proses pembelajaran bisa mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu *developmentally appropriate practice (DAP)* yang berarti bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau syarat anak, serta bisa membantu mendorong perubahan tadi. dengan demikian tugas ajar tadi wajib sesuai dengan tingkat perkembangan serta tingkat kematangan anak didik yg diajarnya. Upaya memodifikasi pembelajaran dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yg tadinya tidak bisa sebagai bisa, yg tadinya kurang terampil sebagai terampil. Tujuan penelitian ini ialah untuk meningkatkan keampuan peserta didik dalam pembelajaran sepakbola dengan menggunakan permainan sepakbola mini.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada Peserta didik berupa aktivitas jasmani, bermain dan

beraktivitas yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral (Depdiknas,2006:1).

Menurut H.J.S. Husdarta (2009:4) Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Definisi tersebut, mengukuhkan bahwa penjas merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan Nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya. Jadi penjas diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak. Yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan adalah gerak insani, manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Tujuan Pendidikan Jasmani merupakan penunjang tercapainya tujuan pendidikan nasional. Tujuan Pendidikan Jasmani, pada Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI tahun 2007 menurut BSNP (2007:05), adalah sebagai berikut:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani yang terpilih;
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik;
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar;
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani.

5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.

Ada beberapa karakteristik anak di usia Sekolah Dasar yang perlu diketahui para guru, agar lebih mengetahui keadaan peserta didik khususnya ditingkat Sekolah Dasar. Sebagai guru harus dapat menerapkan metode pengajaran yang sesuai dengan keadaan Peserta didiknya maka sangatlah penting bagi seorang pendidik mengetahui karakteristik Peserta didiknya. Selain karakteristik yang perlu diperhatikan kebutuhan peserta didik. Anak SD merupakan anak dengan katagori banyak mengalami perubahan yang sangat drastis baik mental maupun fisik. Usia anak SD yang berkisar antara 6-12 tahun menurut Seifert dan Haffung memiliki tiga jenis perkembangan :

a. Perkembangan Fisik Peserta didik SD

Mencakup pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak, otot dan tulang. perempuan tinggi dan berat badannya Pada usia 10 tahun baik laki-laki maupun bertambah kurang lebih 3,5 kg. Namun setelah usia remaja yaitu 12-13 tahun anak perempuan berkembang lebih cepat dari pada laki-laki, Sumantri dkk. (2005).

1. Usia masuk kelas satu SD atau MI berada dalam periode peralihan dari pertumbuhan cepat masa anak awal kesuatu fase perkembangan yang lebih lambat. Ukuran tubuh anak relatif kecil perubahannya selama beberapa tahun di SD.
2. Usia 9 tahun tinggi dan berat badan anak laki-laki dan perempuan kurang lebih sama. Sebelum usia 9 tahun anak perempuan relative sedikit lebih pendek dan lebih langsing dari anak laki-laki.
3. Akhir kelas empat, pada umumnya anak perempuan mulai mengalami masalonjakan pertumbuhan. Lengan dan kakim ulaitumbuhcepat.

4. Pada akhir kelas lima, umumnya anak perempuan lebih tinggi, lebih berat dan lebih kuat dari pada anak laki-laki. Anak laki-laki memulai lonjakan pertumbuhan pada usia sekitar 11 tahun.
5. Menjelang awal kelas enam, kebanyakan anak perempuan mendekati puncak tertinggi pertumbuhan mereka. Periode pubertas yang ditandai dengan menstruasi umumnya dimulai pada usia 12-13 tahun. Anak laki-laki memasuki masa pubertas dengan ejakulasi yang terjadi antara usia 13-16 tahun.
6. Perkembangan fisik selama remaja dimulai dari masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisiologis yang mengubah manusia yang belum mampu bereproduksi menjadi mampu bereproduksi. Hampir setiap organ atau system tubuh dipengaruhi oleh perubahan perubahan ini. Anak pubertas awal (prepubertas) dan remaja pubertas akhir (postpubertas) berbeda dalam tampakan luar karena perubahan perubahan dalam tinggi proporsi badan serta perkembangan ciri-ciri seks primer dan sekunder.

Meskipun urutan kejadian pubertas itu umumnya sama untuk tiap orang, waktu terjadinya dan kecepatan berlangsungnya kejadian itu bervariasi. Rata-rata anak perempuan memulai perubahan pubertas 1,5 hingga 2 tahun lebih cepat dari anak laki-laki. Kecepatan perubahan itu juga bervariasi, ada yang perlu waktu 1,5 hingga 2 tahun untuk mencapai kematangan reproduksi, tetapi ada yang memerlukan waktu enam tahun.

b. Perkembangan Kognitif Peserta didik SD

Hal tersebut mencakup perubahan-perubahan dalam perkembangan pola pikir. Tahap perkembangan kognitif individu menurut Piaget melalui empat stadium :

1. Sensorimotorik (0-2 tahun), bayi lahir dengan sejumlah refleks bawaan mendorong mengeksplorasi dunianya.

2. Praoperasional (2-7 tahun), anak belajar menggunakan dan merepresentasikan objek dengan gambaran dan kata-kata. Tahap pemikirannya yang lebih simbolis. Tetapi tidak melibatkan pemikiran operasional dan lebih bersifat egosentris dan intuitif ketimbang logis.
3. Operasional Konkrit (7-11), penggunaan logika yang memadai. Tahap ini telah memahami operasilogis dengan bantuan benda konkrit.
4. Operasional Formal (12-15 tahun). Kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia.

c. Perkembangan Psikososial

Hal tersebut berkaitan dengan perkembangan dan perubahan emosi individu. J. Havighurst mengemukakan bahwa setiap perkembangan individu harus sejalan dengan perkembangan aspek lain seperti di antaranya adalah aspek psikis, moral dan sosial. Menjelang masuk SD, anak telah mengembangkan keterampilan berpikir bertindak dan pengaruh sosial yang lebih kompleks. Sampai dengan masa ini, anak pada dasarnya egosentris (berpusat pada diri sendiri) dan dunia mereka adalah rumah keluarga, dan taman kanak-kanaknya.

Selama duduk di kelas kecil SD, anak mulai percaya diri tetapi juga sering rendah diri. Pada tahap ini mereka mulai mencoba membuktikan bahwa mereka "dewasa". Mereka merasa "saya dapat mengerjakan sendiri tugas itu, karenanya tahap ini disebut tahap "I can do it my self". Mereka sudah mampu untuk diberikan suatu tugas. Daya konsentrasi anak tumbuh pada kelas kelas besar SD. Mereka dapat meluangkan lebih banyak waktu untuk tugas tugas pilihan mereka, dan seringkali mereka dengan senang hati menyelesaikannya. Tahap ini juga termasuk tumbuhnya tindakan mandiri, kerjasama dengan kelompok dan bertindak

menurut cara-cara yang dapat diterima lingkungan mereka. Mereka juga mulai peduli pada permainan yang jujur. Selama masa ini mereka juga mulai menilai diri mereka sendiri dengan membandingkannya dengan orang lain. Anak-anak yang lebih mudah menggunakan perbandingan sosial (*social comparison*) terutama untuk norma-norma sosial dan kesesuaian jenis-jenis tingkah laku tertentu. Pada saat anak-anak tumbuh semakin lanjut, mereka cenderung menggunakan perbandingan sosial untuk mengevaluasi dan menilai kemampuan mereka sendiri.

Sebagai akibat dari perubahan struktur fisik dan kognitif mereka, anak pada kelas besar di SD berupaya untuk tampak lebih dewasa. Mereka ingin diperlakukan sebagai orang dewasa. Terjadi perubahan-perubahan yang berarti dalam kehidupan sosial dan emosional mereka. Di kelas besar SD anak laki-laki dan perempuan menganggap keikutsertaan dalam kelompok menumbuhkan perasaan bahwa dirinya berharga. Tidak diterima dalam kelompok dapat membawa pada masalah emosional yang serius. Teman-teman mereka menjadi lebih penting daripada sebelumnya. Kebutuhan untuk diterima oleh teman sebaya sangat tinggi. Remaja sering berpakaian serupa. Mereka menyatakan kesetiakawanan mereka dengan anggota kelompok teman sebaya melalui pakaian atau perilaku. Hubungan antara anak dan guru juga seringkali berubah.

Pada saat di SD kelas rendah, anak dengan mudah menerima dan bergantung kepada guru. Di awal-awal tahun kelas besar SD hubungan ini menjadi lebih kompleks. Ada Peserta didik yang menceritakan informasi pribadi kepada guru, tetapi tidak mereka ceritakan kepada orang tua mereka. Beberapa anak pra-remaja memilih guru mereka sebagai model. Sementara itu, ada beberapa anak membantah guru dengan cara-cara yang tidak

mereka bayangkan beberapa tahun sebelumnya. Malahan, beberapa anak mungkin secara terbuka menentang gurunya. Pembelajaran mengandung makna adanya kegiatan mengajar dan belajar, di mana pihak yang mengajar adalah guru dan yang belajar adalah Peserta didik yang berorientasi pada kegiatan mengajarkan materi yang berorientasi pada pengembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan Peserta didik sebagai sasaran pembelajaran. Dalam proses pembelajaran akan mencakup berbagai komponen lainnya, seperti media, kurikulum, dan fasilitas pembelajaran.

d. Strategi Belajar Mengajar Penjas

Strategi manajemen pembelajaran merupakan suatu bentuk kegiatan yang dilakukan oleh pengajar pada menyampaikan pesan atau materi pada peserta didik sebagai akibatnya tujuan pembelajaran yang diperlukan bisa tercapai secara efektif serta efisien. Semakin baik seni manajemen pembelajaran yang dimiliki/dikuasai dan dilaksanakan guru, akan semakin menarik minat peserta didik (suka) buat aktif berperan (sibuk) dalam kegiatan belajar pendidikan jasmani, menjadi model gerakan latihan pendahuluan sebagai *warming-up* tidak selalu *stretching* aktif, *kalestenik* ataupun lari keliling lapangan saja, tetapi dapat divariasikan dengan adanya aktivitas berpasangan, menggunakan alat sederhana.

Pada kegiatan Latihan inti dibutuhkan guru memiliki kompetensi pada membuat daya logika serta menaikkan keterampilan peserta didik melalui aktivitas pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif serta menyenangkan (*PAIKEM*), sehingga peserta didik terbiasa bahkan mempunyai otomatisasi buat berkiprah serta merogoh keputusan secara cepat serta sempurna. Tujuh pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani *Mosston* serta *Ashworth* bisa digunakan menjadi acuan/dasar pada pengembangan seni manajemen pembelajaran pendidikan jasmani pada samping upaya

penciptaan indera sederhana maupun pemanfaatan media yang terdapat di sekolah. strategi belajar-mengajar pendidikan jasmani merupakan kegiatan sebelum proses belajar-mengajar dilaksanakan.

Tujuannya menciptakan kondisi dan kegiatan belajar yg memungkinkan murid lancar belajar serta mencapai sasaran belajar. kegiatan itu antara lain menentukan informasi yg bersifat mulut atau contoh lain mirip motilitas yang akan disampaikan, memutuskan cara-cara pengarah dan pembimbingan ke arah yg dikehendaki, dan terakhir memutuskan cara bagaimana menilai akibat belajar. memilih dan menetapkan cara- cara pengarah dan pembimbingan itu intinya berurusan menggunakan metode pembelajaran yg dianggap sesuai menggunakan situasi dan tujuan pedagogi. taktik belajar-mengajar ini sangat menuntut pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan menerapkan metode pembelajaran dalam pendidikan jasmani serta kesehatan. (Supandi, 1992:5).

e. gerak dasar dalam pendidikan jasmani

Menurut Husdarta dan Yudha M. Saputra (2000 : 73) ruang lingkup pendidikan jasmani salah satunya adalah pembentukan gerak, yang meliputi keinginan untuk bergerak, menghayati ruang waktu dan bentuk termasuk perasaan irama, mengenal kemungkinan gerak diri sendiri, memiliki keyakinan gerak dan perasaan sikap (kinestetik) dan memperkaya kemampuan gerak.

1. Kemampuan Locomotor

Kemampuan locomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, skipping, melompat, meluncur dan lari seperti kuda berlari (gallop).

2. Kemampuan Non Locomotor

Kemampuan non locomotor dilakukan di tempat. Tanpa ada ruang gerak yang memadai kemampuan non locomotor terdiri

dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan dan lain-lain.

3. Kemampuan Manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulasi objek jauh lebih unggul daripada koordinasi mata-kaki dan tangan-mata, yang mana cukup penting untuk item : berjalan (gerakan langkah) dalam ruang.

f. permainan sepakbola

a) Pengetian sepakbola

Menurut Sucipto, dkk. (2000:7) sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hamper seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang di perbolehkan menggunakan lengannya didaerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangan permainan ini dapat dimainkan diluar lapangan (out door) dan diruangan tertutup (in door). Sepak bola berkembang dengan pesat dimasyarakat karena permainan ini dapat di mainkan oleh laki-laki maupun perempuan; anak-anak, dewasa, orang tua. Bukti nyata permainan ini dapat dilakukan Wanita yaitu diselenggarakan sepakbola Wanita pada kejuaraan Dunia 1999. Dalam final hasil tim AS melawan China, sungguh tidak kalah menarik dengan partai final Dunia 19998 antara France dan Brazil.

b) Tujuan permainan sepakbola

Dengan belajar dan berlatih permainan sepakbola secara kontinyu, efektif dan efisien maka akan dapat tercapai tujuan-tujuan berikut :

1. Pembentukan manusia secara keseluruhan, dimana fisik dan mental tumbuh selaras dan seimbang.

2. Untuk meningkatkan tingkat kesegaran dinamis dan kesehatan pemain.
3. Dapat mendatangkan kesenangan, kegembiraan hidup serta rekreasi bagi seseorang.
4. Untuk menyembuhkan beberapa penyakit tertentu.
5. Mengembangkan dan meningkatkan mutu prestasi secara optimal bagi pemain dalam permainan sepakbola.

Di harapkan seseorang setelah belajar dan berlatih permainan sepakbola atas bimbingan guru atau pelatih dapat memiliki pengetahuan, kecakapan, ketrampilan bermain sepak bola yang tinggi serta memiliki kesenangan dan sikap- sikap positif tentang nilai-nilai permainan sepakbola.

c) Fasilitas, Alat Dan Perlengkapan.

Dalam setiap cabang olahraga memang secara khusus mempunyai fasilitas, alat-alat, dan perlengkapan tertentu. Oleh karena itu kiranya perlu disajikan macam-macam alat perlengkapan yang telah diatur dalam peraturan permainan sepakbola. Uraian berikut berisi mengenai hal-hal tersebut diatas.

1. Lapangan

Lapangan sepakbola berbentuk persegi panjang, panjangnya antara 91.8 m–120 m, dan lebarnya antara 46.9 m – 91.8 m. (untuk pertandingan Internasional panjang lapangan 100 m – 110 m dan lebarnya antara 64.26 m – 73.44).

2. Pembatas Lapangan

Lapangan permainan dibatasi dengan garis yang jelas lebarnya tidak lebih dari 15 cm. Bendera sudut lapangan tidak kurang dari 15 m, dan diletakan pada keempat sudut lapangan. Titik tengah lapangan ditandai dengan titik yang jelas dan dikelilingi lingkaran tengah dengan jari-jari 9.15 m.

3. Kotak Gawang

Di setiap ujung lapangan harus digambar 2 garis yang sejajar dengan garis gawang, sejajar dengan lebar lapangan. Daerah yang berada didalam garis- garis ini dinamakan

daerah gawang. Pada setiap ujung lapangan digambar dua garis dengan panjang lapangan dan berjarak masing-masing 16.5 m dari tiang gawang. Garis-garis ini disatukan oleh sebuah garis lain yang sejajar dengan lebar panjang. Daerah yang diapit oleh garis ini disebut daerah tendangan hukuman.

4. Bola

Bola harus bulat terbuat oleh kulit, bola dalamnya terbuat dari karet atau bahan lain yang semacam. Bola tidak boleh terbuat dari bahan yang membahayakan pemain. Keliling bola tidak boleh lebih dari 71 cm dan tidak kurang dari 68 cm. Berat bola antara 410 g – 450 g. Tekanan udara antara 0.6

– 1.1 atmosfer.

5. Gawang

Gawang diletakan ditengah garis gawang, terdiri dari dua tiang tegak, membentuk garis lurus dengan kedua garis sudut dan lebarnya 73.2 m dihubungkan dengan sebuah tiang horizontal yang tingginya 2.44 m. Tiang gawang terbuat dari kayu, besi, bahan yang telah disetujui oleh badan internasional fifa.

6. Perlengkapan Pemain

Pemain-pemain hendaknya memakai kostum yang bernomor di dada dan di punggung. Dalam permainan, pemain diharuskan memakai sepatu sepak bola.

d) karakteristik permainan sepakbola mini

Permainan sepakbola mini adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Permainan ini dimainkan oleh 14 orang yang masing-masing tim 7 orang, serta menggunakan bola plastik. Didalam permainan ini semua pemain bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin dengan mencetak gol ke gawang. Jadi setiap tim melakukan pertahanan dan penyerangan secara bersamaan sehingga didalam permainan tidak ada pemain yang bersantai.

Ada Beberapa macam teknik menendang bola yang diajarkan pada peserta didik SD Kelas V, diantaranya :

1. Menendang bola dengan punggung kaki
2. Menendang bola dengan kaki bagian dalam
3. Menendang bola dengan ujung kaki
4. Menggiring bola
5. Mengoper dan menerima bola
6. Bermain bola dengan sportif

Beberapa perbedaan yang membedakan antara sepakbola mini dan sepakbola pada umumnya antara lain :

Tabel 1. Perbedaan Sepakbola dengan Sepakbola Mini

Sepakbola Normal	Sepakbola Mini	Keterangan
Ukuran lapangan 110 m X 73.44 m	Ukuran lapangan 22 m X 17 m	Luas lapangan menyesuaikan dengan jumlah pemain
11 pemain tiap tim	7 pemain tiap tim	Jumlah pemain disesuaikan dengan lapangan
Lemparan ke dalam	Tendangan kedalam	Dalam permainan Bola datar lebih efektif
2 X 45 menit (15 menit waktu istirahat)	2 x 7 menit (5 Menit waktu istirahat)	Pemain dalam Permainan aktif
Peraturan Offside berlaku	Peraturan Offside tidak berlaku	Semua pemain bebas di posisi manapun
Tackling dan benturan fisik diperbolehkan	Tackling dan benturan fisik tidak diperbolehkan	Dengan lapangan kecil sangat rentan apabila melakukan tackling.
Bola terbuat dari kulit	Bola diperbolehkan terbuat dari plastik	Dengan bola terbuat lebih ringan maka akan menjadikan permainan lebih menarik, lebih mudah ditendang.

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penggunaan metode penelitian diharapkan dapat tepat dan dapat bermanfaat, serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Adapun Jenis penelitian ini yaitu dengan penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Arikunto (2010:3) penelitian tindakan kelas

merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara Bersama. Sedangkan menurut Rochiati (2009:13) Penelitian tindakan kelas adalah bagaimana sekelompok guru dapat berorganisasi kondisi praktek pembelajaran mereka, dan belajar dari pengalaman mereka sendiri. Subjek penelitian ini adalah permainan sepakbola mini pada peserta didik kelas V-A bukit tunggal kota palangka raya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Deskripsi analisis kemampuan aspek psikomotor, aspek kognitif, dan aspek afektif permainan sepakbola mini pada siklus I

Deskripsi data analisis kemampuan aspek psikomotor, aspek kognitif dan aspek afektif permainan sepakbola mini pada saat pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung dengan cara peneliti mengamati secara langsung dengan bantuan check list dapat diperoleh hasil sebagai berikut :

Dari hasil data analisis dari siklus I, didapat prosentase aspek afektif (%) = $62 / 84 \times 100 \% = 73,809 \%$. Sedangkan prosentase ketuntasan Peserta didik pada aspek afektif yaitu $11 / 28 \times 100\% = 39,286\%$. Jadi deskriptif prosentase keseluruhan (%) = $207 / 280 \times 100 \% = 73,92\%$. Sedangkan prosentase ketuntasan keseluruhan pada siklus I hanya mencapai 57,1%. Dari hasil data analisis dari siklus II, didapat prosentase aspek afektif (%) = $77 / 84 \times 100 \% = 91,67 \%$. Sedangkan prosentase ketuntasan Peserta didik pada aspek afektif yaitu $21 / 28 \times 100\% = 75 \%$. Jadi deskriptif prosentase keseluruhan (%) = $242 / 280 \times 100 \% = 86,42 \%$. Sedangkan prosentase ketuntasan keseluruhan pada siklus II mencapai 92,9 %.

Permainan sepakbola mini adalah salah satu permainan sepak bola untuk meningkatkan pembelajaran gerak pada

penjasorkes dimana hanya menggunakan lapangan yang lebih kecil dari sepak bola sesungguhnya. Adapun perubahan yang terjadi melihat hasil pembelajaran Siklus I yang diterapkan didalam Siklus II yaitu ukuran lapangan yang semula 22 m x 17 m diperkecil menjadi 20 m x 15 m dan untuk waktu bermain dipersempit menjadi 2 x 10 menit. Dengan perubahan tersebut bertujuan untuk meningkatkan fisik Peserta didik, karena dengan lapangan diperkecil Peserta didik akan lebih aktif bergerak, dengan ditambahkannya lama permainan, Peserta didik juga bisa lebih menyesuaikan dengan kemampuan daya tahan dan fisiknya.

Dari pengamatan dapat diperoleh hasil bahwa prosentase kemampuan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif dari Peserta didik Kelas V-A SDN 4 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya terjadi peningkatan yang cukup signifikan. Untuk ketuntasan Peserta didik, pada siklus I terdapat beberapa Peserta didik yang belum tuntas belajar, pada aspek psikomotor dari 28 Peserta didik terdapat 8 Peserta didik (28,57%) yang masih belum tuntas belajar, dikarenakan dalam pembelajaran ada beberapa Peserta didik yang belum sungguh-sungguh dalam mempraktekkan teknik dasar sepakbola mini. Pada aspek kognitif dari 28 Peserta didik terdapat 16 Peserta didik (57,14%) yang belum tuntas dalam belajar, dikarenakan dalam pembelajaran siklus I penyampaian materi sepakbola mini belum bisa dimengerti dan dipahami sepenuhnya oleh semua Peserta didik.

Pada aspek afektif dari 28 Peserta didik terdapat 17 Peserta didik (60,71%) yang belum tuntas belajar, dikarenakan dalam bermain banyak Peserta didik yang belum mematuhi tatacara dan peraturan sepakbola mini, lebih mengutamakan individu / kurang bekerjasama dalam tim dan anak lebih emosional sehingga cenderung bermain kasar tanpa mengedepankan sportifitas.

Setelah dilakukan perbaikan kegiatan pembelajaran pada siklus II, Peserta didik yang belum tuntas menjadi lebih berkurang pada semua aspek, yaitu:

Tabel 14. Jumlah Peserta didik Belum Tuntas Pada Siklus I dan Siklus II.

Jumlah Peserta Didik Belum Tuntas		
	Siklus I & Prosentase I	Siklus II & Prosentase II
Aspek Psikomotor	8 (28,57%)	4 (14,28%)
Aspek Kognitif	16 (57,14%)	11 (39,28%)
Aspek Afektif	17 (60,71%)	7 (25%)

Pada aspek psikomotor diberikan peragaan teknik dasar yang lebih meningkat, sehingga dalam penilaian Peserta didik bisa mempraktekkan gerakan teknik dasar dengan benar. Pada aspek kognitif guru lebih detail menerangkan materi permainan sepakbola mini dengan membandingkan dengan permainan sepakbola sebenarnya, sehingga Peserta didik menjadi lebih cepat memahami dan mengerti. Pada aspek afektif guru lebih menjelaskan tentang peraturan dan tata cara bermain yang baik, dengan cara memupuk kepercayaan lebih menghargai teman satu tim, bermain dengan tidak menciderai lawan, menghargai keputusan wasit dan bisa menerima kekalahan, sehingga dalam pembelajaran sepakbola mini Peserta didik terlihat lebih sportif dan bisa bekerja sama dalam tim. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran sepakbola mini pada Peserta didik Kelas V-A SDN 4 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya Tahun Pelajaran 2019/2020 dapat meningkatkan hasil belajar Peserta didik sesuai yang diharapkan.

Adanya peningkatan hasil belajar Peserta didik dalam pembelajaran sepakbola menggunakan permainan sepakbola mini pada Peserta didik Kelas V-A SDN 4 Bukit Tunggul Kota Palangka Raya Tahun Ajaran 2019/2020 tidak lepas dari baiknya strategi pembelajaran yang digunakan guru, dimana menggunakan permainan

sepakbola mini menjadikan kegiatan pembelajaran sepakbola sesuai dengan karakteristik fisik Peserta didik, dimana peralatan yang digunakan sesuai dengan kemampuan fisik dan ukuran tubuh Peserta didik serta peraturan yang digunakan disesuaikan dalam kebutuhan belajar Peserta didik menjadikan hasil belajar yang dicapai Peserta didik menjadi optimal.

KESIMPULAN

SDN 4 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya maka dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran sepakbola mini pada siklus I dan siklus II prosentase mengalami peningkatan dari 73,9 % menjadi 86,4 %. Begitu juga dengan prosentase ketuntasan pada siklus I hanya mencapai 57,14 % dari jumlah Peserta didik yang ada. Dan pada siklus II mengalami kenaikan menjadi 92,85 %.

Dari hasil penelitian ini diharapkan guru dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dengan memberikan berbagai model pembelajaran dengan menerapkan permainan agar Peserta didik merasa tertarik pada pembelajaran yang sedang diajarkan guru dan Peserta didik melakukan pembelajaran sesuai dengan kemampuan dan karakteristiknya masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqip Zainal. 2008. Penelitian Tindakan Kelas : Untuk Guru SD, SDLB, dan TK. Bandung: CV Yrama Widya.
- Andi, Muhammad. 2018. Penelitian Tindakan Kelas Teori Serta Panduan Bagi Guru Kelas Dan Guru Bimbingan Konseling. Deepublish. 1:67.
- Darsono,. 2000. Belajar pembelajaran. Semarang. Ikip Semarang Press
- Depdiknas, Suharsimi A, Suhardjono dan Supardi. 2009. Penelitian Tindakan
- H.J.S. Husdarta. 2009 Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.

Kelas. Jakarta: PT Bumi Aksara.

- Mulyasa E. 2005. Kurikulum berbasis kompetensi, konsep, karakteristik dan implementasi. Bandung : remaja rosdakarya.
- Phill Yanuar Kiram. 1992. Belajar Motorik. Jakarta : Dirjen Dikti. Sucipto, dkk. 2000. Sepak Bola. Jakarta : Depdiknas
- Putra, Chandra Anugrah. 2019. Perancangan Media Pembelajaran Berbasis Multimedia. 137.
- Sugiyanto dan Sudjarwo. 1993. Perkembangan dan Belajar Gerak. Jakarta : DEPDIKBUD.
- Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian. Jakarta : Rineka Cipta.
- Supandi.1992. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Tri Hananto Budi Santoso, dkk. 2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Sd Kelas V. Jakarta : Erlangga.