

# Penerapan Program Latihan *Passing* dan *Control* untuk Meningkatkan Kemampuan *Passing* pada Siswa-Siswi SMA Muhammadiyah Wonosobo

Vickri Haikal Page<sup>1\*</sup>, Rahmita Nurul Muthmainnah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

[nugrahanaufaltsani@gmail.com](mailto:nugrahanaufaltsani@gmail.com)

**Abstrak.** Penelitian bertujuan meningkatkan minat olahraga sepak bola terhadap mata Pelajaran Olahraga khususnya materi *passing* dan *control* melalui model metode yang digunakan adalah dengan Teknik penelitian Penelitian Tindak kelas (PTK). Metode yang dilakukan adalah dengan Penelitian Tindak Kelas praktik *Passing* dan *Control* terhadap siswa/I XII IPA 5 SMA Muhammadiyah Wonosobo yang berjumlah 29 orang. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pada minat siswa/i diketahui dimana sebelumnya memiliki minat sedang pada olahraga dengan 45%, kenaikan yang signifikan terkait Tingkat minat siswa kelas XII IPA 5 SMA Muhammadiyah Wonosobo terhadap Pelajaran Olahraga menjadi minat tinggi sebanyak 69%. Dengan demikian, dapat disimpulkan menyimpulkan bahwa belajar *passing* dan *control* melalui metode permainan dapat meningkatkan hasil belajar *passing* dan *control* dengan menggunakan kaki bagian dalam pada siswa/i kelas XII IPA 5 SMA Muhammadiyah Wonosobo.

**Kata kunci:** *Passing & Control*, Meningkatkan Minat Olahraga, Penelitian Kelas

## 1. Pendahuluan

Sepak bola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Sepak bola adalah permainan yang sangat populer, karena permainan sepak bola sering dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa maupun orang tua. Dalam proses pembelajaran di sekolah, materi sepak bola telah diajarkan sejak dini. Pembelajaran pendidikan jasmani memberikan modal dasar bagi para siswa yang memiliki minat dalam permainan sepak bola. Seorang pemain bukan saja dituntut harus mempunyai fisik serta mental yang kuat, akan tetapi juga teknik dasar permainan yang baik dan benar. Salah satu unsur yang perlu dilatih dalam permainan sepak bola adalah cara teknik *passing* dan teknik *control* bola, Menurut Muhajir (2007) Pada umumnya teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek. Menurut Yulia (2018) menghentikan bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha.

Menurut Anggani (2000), bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberikan kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak. Menurut beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan hal yang harus diajarkan kepada anak karena bermain itu sifatnya menyenangkan, serius, sukarela. Menurut Sudjana (2016) Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman

2274

belajarnya. Menurut Benyamin Bloom (dalam Jihad & Haris, 2008) ada tiga ranah (domain) hasil belajar, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Berdasarkan pemahaman di atas, maka peneliti ingin menerapkan metode Penilaian Tindak Kelas (PTK) sebagai pembelajaran pendidikan Olahraga, dalam mata pelajaran passing dan control pada sepak bola. Harapannya dengan adanya metode permainan dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran teknik passing dan teknik control pada sepak bola, serta untuk mengetahui afektifitas dari pembelajaran yang diberikan guru sehingga siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan senang. Berdasarkan pemikiran tersebut penulis merancang pelaksanaan pembelajaran yang akan dibutuhkan sebagai pengamatan dalam mengetahui tingkat perkembangan dan keberhasilan dari metode yang diterapkan, sehingga diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar passing dan control menggunakan kaki bagian dalam pada sepak bola melalui metode permainan pada siswa kelas XII IPA 5 Muhammadiyah Wonosobo

## 2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian penelitian tindakan kelas (PTK), dalam Penelitian Tindak Kelas ini dilakukan Upaya untuk meningkatkan minat terhadap mata Pelajaran Olahraga. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i XII IPA 5 SMA Muhammadiyah Wonosobo. Siswa. Berjumlah 29 orang. Alasan peneliti memilih subjek tersebut berdasarkan observasi awal bahwa terdapat banyak siswa siswa masih kurang berminat dalam mengikuti proses pembelajaran sepak bola khususnya passing dan control. Disamping itu guru juga merupakan salah satu penyebab kurangnya ketrampilan siswa dalam melakukan passing dan control.

Penelitian ini diambil pada bulan februari sampai maret selama 2 bulan disekolah SMA Muhammadiyah Wonosobo Jl. Kh. Ahmad Dahlan No.10, Ngedok, Wonosobo Bar., Kec. Wonosobo, Kabupaten Wonosobo, Jawa Tengah, Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu obsevasi. Dalam penelitian ini untuk mengukur Tingkat minat siswa/i terhadap mata Pelajaran olahraga..

## 3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada tahap peneliti melakukan penilaian awal untuk mengetahui Tingkat minat siswa kelas XII IPA 5. *Passing* dan *control* Siswa SMA Muhammadiyah Wonosobo Sebelum diberi perlakuan kemampuan *passing* pada pemain sepak bola. Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis data yang dikumpulkan. Data yang dikumpulkan berupa hasil tes *passing* dan *control*. Data yang dikumpulkan terdiri atas tes awal dan tes akhir kemampuan melakukan *passing* dan *control* ke teman.

**Tabel 1**

*Data Pra Praktik*

Tingkat Minat	Jumlah Siswa
---------------	--------------

Sangat Tinggi	0
Tinggi	0
Sedang	15
Rendah	13
Sangat Rendah	1

Berdasarkan Tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa tidak ada siswa mampu melakukan *passing* pada permainan sepak bola yang tergolong sangat baik, diketahui 52% siswa siswi memiliki minat Sedang pada olahraga sepak bola, 45% siswa siswi Rendah, dan 3% sangat rendah memiliki minat terhadap minat olahraga sepak bola.

### Siklus 1

Setelah diberikan perlakuan *passing*, kemudian dilakukan tes *Passing* ke dinding untuk melihat perubahan yang terjadi pada kondisi *Passing* siswa. Gambaran mengenai kondisi *Passing* siswa XII IPA 5 SMA Muuhammadiyah Wonosobo setelah diberikan perlakuan *Passing* digambarkan dalam tabel berikut ini:

**Tabel 2.**

#### *Data Praktik*

Tingkat Minat	Jumlah Siswa
Sangat Tinggi	2
Tinggi	20
Sedang	7
Rendah	0
Sangat Rendah	0

Melihat hasil yang dicapai pada siklus Tabel 2 diatas. Berdasarkan hasil pengamatan hasil penelitian menyimpulkan bahwa proses pembelajaran dengan permainan yang bertujuan meningkatkan minat belajar terhadap mata pelajaran olahraga, Selain itu hasil evaluasi *passing* dan *control* melalui permainan cukup memuaskan bagi peneliti karena dari table diatas terlihat tidak ada lagi siswa dengan tingkat minat sangat rendah. Siswa memiliki minat tinggi memperoleh presentas sebanyak 7%, siswa yang memiliki minat tinggi sebanyak 69% dan sedang memiliki nilai presentase 24%. Maka penelitian tindakan kelas tidak perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.

## 4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa melalui metode permainan dapat meningkatkan efektifitas belajar siswa kelas XII IPA 5 SMA Muhammadiyah Wonosobo. Hasil dari pra praktik yang memiliki minat sangat rendah 3%, siswa dengan minat rendah dengan presentase 45% dan minat sedang 52% pada table 2 praktik siswa yang memiliki sangat tinggi yaitu 7%, siswa yang memiliki minat tinggi sebanyak 69% dan sedang memiliki nilai presentase 24%. Peneliti memperoleh suatu data yang pada awalnya merupakan suatu permasalahan, setelah dilakukan tindakan lanjut, maka mengalami perubahan, meskipun harus melalui pemantauan dan bimbingan langsung terhadap siswa yang bermasalah baik pada table 1 dan terlihat adanya peningkatan hasil minat belajar siswa pada table 2. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa melalui permainan dapat meningkatkan minat olahraga passing dan control pada sepak bola pada kelas XII IPA 5 SMA Muhammadiyah Wonosobo

## 5. Ucapan Terima Kasih

Atas segala bantuan dan dukungan tersebut, maka pada kesempatan ini kami mengucapkan terimakasih kepada Ibu Rahmita Nurul Mutmainnah Md., M.Sc., selaku dosen pembimbing PLP terintegritas KKN, Bapak Budi Prasetya, S.Pd, selaku kepala sekolah SMA Muhammadiyah Wonosobo, para guru dan staf SMA Muhammadiyah Wonosobo

## Daftar Pustaka

- Muhajir, M. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Yudistira
- Yulia, K. E. (2018). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Kelas IV SD dan MI. Solo: Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Anggani, S. (2000). Sumber Belajar dan Alat Permainan. Jakarta. Grasindo.
- Sudjana, N. (2016). Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Jihad, A.. & Haris, A. (2008). Evaluasi pembelajaran. Yogyakarta: Multi Pressindo.
- .