



## **SKRIPSI**

# **MENINGKATKAN KEMAMPUAN *DRIBBLING* PERMAINAN SEPAKBOLA MELALUI METODE LATIHAN BERMAIN PADA SISWA KELAS V SDN 20 BANAWA SELATAN KABUPATEN DONGGALA**

**DISUSUN OLEH:  
ARISMAN S MANDJAILI  
NIM. A42123209**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Tadulako**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TADULAKO  
2025**



***IMPROVE THE DRIBBLING ABILITY OF FOOTBALL GAMES THROUGH  
THE PRACTICE METHOD OF PLAYING IN GRADE V STUDENTS  
OF SDN 20 SOUTH BANAWA, DONGGALA REGENCY***

**BY  
ARISMAN S MANDJAILI  
NIM. A42123209**



***SKRIPSI***

***Proposed as one of the requirements to earn a degree in Physical Education,  
Health and Recreation Study Program, Education Science Department  
Teacher Training and Education Faculty  
Tadulako University***

***PHYSICAL EDUCATION, HEALTH AND RECREATION STUDY PROGRAM  
EDUCATION SCIENCE DEPARTMENT  
TEACHER TRAINING AND EDUCATION FACULTY  
TADULAKO UNIVERSITY  
YEAR 2025***

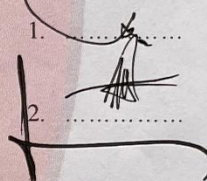
## HALAMAN PENGESAHAN

### Meningkatkan Kemampuan Dribbling Permainan Sepakbola Melalui Metode Latihan Bermain Pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala

Disusun Oleh  
**ARISMAN S MANDJAILI**  
No. Stb. A 421 23 209

Telah dipertanggungjawabkan di depan penguji sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan dari Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Ilmu Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Palu, 30 Juni 2025

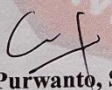
#### PANITIA UJIAN

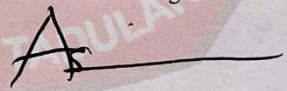
No.	Jabatan	Nama: NIP/NIDN	Tanda Tangan
1	Ketua/Pembimbing	<b>Jumain, S. Pd., M.Pd</b> NIP. 19770310 200501 1 003	1. .... 
2	Sekretaris/Pembahas I	<b>Muhammad Agusman, S.Pd., M.Pd.</b> NIDN. 0017088801	2. ....
3	Anggota/Pembahas II	<b>Dr. Humaedi, S.Pd., M.Pd. AIFO</b> NIP. 19740702 200012 1 002	3. ....

Mengetahui,

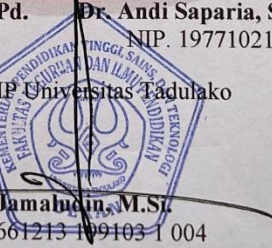
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Koordinator Program Studi PJKR

  
**Dr. Didik Purwanto, S.Pd., M.Pd.**  
NIP. 19831220 200812 1 002

  
**Dr. Andi Saparia, S.Pd., M.Pd. AIFO.**  
NIP. 19771021 200604 1 003

Dekan FKIP Universitas Tadulako

  
**Dr. Jamahudin, M.Si**  
NIP. 19661213 199103 1 004



**HALAMAN PERSETUJUAN**

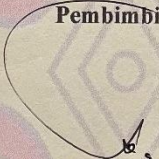
**MENINGKATKAN KEMAMPUAN DRIBBLING PERMAINAN  
SEPAKBOLA MELALUI METODE LATIHAN BERMAIN  
PADA SISWA KELAS V SDN 20 BANAWA SELATAN  
KABUPATEN DONGGALA**

**ARISMAN S MANDJAILI**  
**NIM. A 421 23 209**

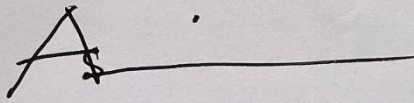
**SKRIPSI**

**Telah diperbaiki dan disetujui untuk melaksanakan Ujian Skripsi**

**Pembimbing,**

  
**Jumain, S.Pd., M.Pd.**  
**NIP. 19770310 200501 1 004**

**Mengetahui,**  
**Koordinator Program Studi**  
**Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi**

  
**Dr. Andi Saparia, S.Pd., M.Pd.AIFO**  
**NIP. 19771021 200604 1 003**

## ABSTRAK

**Arisman S Mandjaili. 2025.** Meningkatkan Kemampuan *Dribbling* Permainan Sepakbola Melalui Metode Latihan Bermain Pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tadulako, Pembimbing (I) Jumain.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah dengan metode latihan bermain dalam permainan sepakbola dapat meningkatkan kemampuan dribbling siswa kelas V pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala yang berjumlah 16 orang siswa dan terdiri dari 9 orang siswa laki-laki dan 7 orang siswa perempuan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, bahwa hasil belajar *dribbling* siswa dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut ditandai dengan nilai rata-rata siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan sebesar 7,29. Sedangkan indikator keberhasilan dari tindakan yang telah diterapkan dengan ketuntasan belajar secara klasikal minimal 80% dan perolehan nilai individu minimal 75 telah terpenuhi. Karena hasil belajar dribbling para siswa telah melampaui ketuntasan belajar secara klasikal, maka siklus II pada penelitian ini dihentikan dan tidak perlu ada siklus berikutnya. Akan tetapi bagi siswa yang belum tuntas, diberikan pembelajaran tambahan melalui pembelajaran remedial dan pengayaan. Peningkatan hasil belajar dribbling yang diperoleh menunjukkan aktifitas guru selama proses pembelajaran telah dilaksanakan dengan baik dan maksimal sejak awal hingga akhir proses pembelajaran. Tahapan-tahapan pembelajaran yang dilaksanakan sudah sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah diprogramkan sebelumnya.

**Kata Kunci:** Kemampuan *Dribbling*, Sepak Bola, Metode Latihan Bermain.

## ABSTRACT

**Arisman SML Mandjaili. 2025.** *Improving the dribbling ability of football games through the practice method of playing in grade V students of SDN 20 South Banawa, Donggala Regency. Thesis, Health and Recreation Physical Education Study Program, Department of Education, Faculty of Teacher Training and Education, Tadulako University, Supervisor (I) Jumain.*

*The purpose of this study is to find out whether the practice method of playing in a football game can improve the dribbling ability of grade V students in Class V students of SDN 20 South Banawa, Donggala Regency. This type of research is class action research (PTK). The subject of this study is grade V students of SDN 20 South Banawa, Donggala Regency which consists of 16 students and consists of 9 male students and 7 female students. Based on the research that has been conducted, the learning outcomes of dribbling students from cycle I to cycle II have increased. The increase was marked by the average score of grade V students of SDN 20 South Banawa of 7.29. Meanwhile, the success indicators of the actions that have been implemented with classical learning completeness of at least 80% and individual score of at least 75 have been met. Because the dribbling learning outcomes of the students have exceeded the completeness of learning in a classical manner, the second cycle in this study was stopped and there was no need for a next cycle. However, for students who have not completed it, additional learning is given through remedial learning and enrichment. The increase in dribbling learning outcomes obtained shows that the teacher's activities during the learning process have been carried out well and optimally from the beginning to the end of the learning process. The stages of learning that are carried out are in accordance with the pre-programmed learning plan.*

**Keywords:** *Dribbling Ability, Football, Practice Method*



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis haturkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Walaupun keberadaannya sangat sederhana dan masih jauh dari kesempurnaan namun penulis sudah berupaya untuk mengerjakannya semaksimal mungkin. skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam penyelesaian studi untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Strata Satu (S1) Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.

Syukur Alhamdulillah, atas segala nikmat, karunia, kesehatan keselamatan dan kesabaran yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya sesuai dengan harapan. Adapun judul pada penelitian ini adalah **“Meningkatkan Kemampuan Dribbling Permainan Sepakbola Melalui Metode Latihan Bermain Pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala.”**. Sesuatu yang sangat berarti dan sangat membanggakan bagi penulis adalah mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini sebagai salah satu bentuk tanggung jawab dan apresiasi penulis kepada orang tua dan istri tercinta atas harapannya selama ini kepada diri penulis. Sembah sujud dan lantunan do’a tidak lupa Ananda berikan kepada kedua orang tua ayahanda tercinta Sarwan Mandjaili dan yang utama untuk ibunda Asria serta istri tercinta Dahlia karena atas limpahan cinta, kasih sayang, do’a dan pengorbanan yang tidak henti-hentinya demi kesuksesan penulis dalam suka maupun duka.

Rasa terima kasih yang sangat besar dan tulus juga penulis haturkan kepada Bapak Jumain, S.Pd., M.Pd selaku pembimbing, Bapak Dr. Humaedi, S.Pd., M.Pd selaku Sekretaris (Pembahas I) dan Bapak Muhammad Agusman, S.Pd., MPd selaku Anggota (Pembahas II) yang telah meluangkan waktu dan tempatnya dengan penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan, motivasi, semangat dan apresiasinya dalam penulisan skripsi ini dari awal penulisan hingga akhir penulisan.

Melalui kesempatan ini juga dengan kerendahan hati yang tulus penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Amar, S.T., M.T., IAI., IPU., Asean. Eng. Rektor Universitas Tadulako.
2. Dr. Jamaludin, M.Si. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.
3. Dr. Sahrul Saehana, M.Si sebagai Wakil Dekan 1 Bidang Akademik Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.
4. Dr. Darsikin, S.Pd, M.Pd sebagai Wakil Dekan 2 Bidang Keuangan dan Umum Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.
5. Dr. Humaedi, S.Pd, M.Pd, AIFO sebagai Wakil Dekan 3 Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.
6. Dr. Didik Purwanto, M.Pd. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.
7. Dr. Yusdin bin Mahmudin Gagaramusi, Lc., M.Ed. Sekretaris Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.



8. Dr. Andi Sapariah, M.Pd. AIFO Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako.
9. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen (Civitas Akademika) di Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako yang telah banyak membantu dan memberikan berbagai ilmu pengetahuan kepada penulis selama di bangku perkuliahan.
10. Kepala Sekolah SDN 20 Banawa Selatan dan seluruh Guru serta Staf Tata Usaha yang telah bersedia memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
11. Seluruh siswa yang telah berpartisipasi dan membantu peneliti dalam proses pelaksanaan penelitian.
12. Seluruh Keluarga besar Penulis dari Ayahanda tercinta, terima kasih yang sebesar-besarnya atas motivasi, bantuan, perhatian, pengertian dan kasih sayangnya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah dengan baik di kampus tercinta Universitas Tadulako.
13. Seluruh keluarga dari Ibunda tercinta, terima kasih yang sebesar-besarnya atas motivasi, bantuan, perhatian, pengertian dan kasih sayangnya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah dengan baik di kampus tercinta Universitas Tadulako.
14. Seluruh Keluarga Besar dari Istri terkasih, terima kasih yang sebesar-besarnya atas motivasi, bantuan, perhatian, pengertian dan kasih sayangnya

selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah dengan baik di kampus tercinta Universitas Tadulako.

15. Kepada sahabat seperjuangan yang bersama-sama berjuang menimba ilmu, terima kasih yang sebesar-besarnya atas bantuan, motivasi, apresiasi dan do'a yang telah diberikan. Semoga selalu diberikan rahmat kesehatan dan rejeki serta tali silaturahmi tetap terjaga.
16. Kepada senior-senior yang telah memberikan referensi serta bantuannya baik secara langsung dan tidak langsung.
17. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwasanya segala kesalahan ini berasal dari saya dan kebenaran hanyalah berasal dari Allah SWT. Skripsi ini merupakan sebagian kecil dari luasnya perkembangan ilmu pengetahuan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan bagi pembacanya dan bagi Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan hidayah, taufik dan rahmat-Nya kepada kita semua, sehingga apa yang kita kerjakan dan penulis kerjakan selama ini mendapatkan ridha dari Allah SWT. Amin Ya Rabbal Alamin.

Penulis

**Arisman SML Mandjaili**  
**NIM. A42123209**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>SAMPUL INGGRIIS</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Rumusan Masalah.....	5
1.3    Tujuan Penelitian .....	5
1.4    Manfaat Penelitian .....	5
1.5    Batasan Istilah.....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN</b> .....	<b>8</b>
2.1    Penelitian yang Relevan.....	8
2.2    Kajian Pustaka .....	10
2.2.1    Hakekat Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	10
2.2.1.1    Pengertian Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	10
2.2.1.2    Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	12
2.2.2    Hakekat Belajar.....	14
2.2.3    Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Usia Sekolah Dasar .....	16
2.2.4    Hakekat Permainan Sepak Bola.....	18
2.2.5    Metode Latihan Bentuk Bermain .....	24
2.3    Kerangka Pemikiran .....	28
2.4    Hipotesis Tindakan .....	30

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
3.1    Jenis Penelitian .....	31
3.2    Rancangan Penelitian.....	31
3.3    Lokasi dan Waktu Penelitian .....	34
3.4    Subjek Penelitian .....	34
3.5    Definisi Operasional Variabel .....	34
3.6    Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.7    Teknik Analisis Data .....	36
3.8    Indikator Keberhasilan.....	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>36</b>
4.1    Hasil Penelitian .....	36
4.1.1    Hasil Penelitian Siklus I.....	38
4.1.2    Hasil Penelitian Siklus II .....	43
4.2    Pembahasan .....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>51</b>
5.1    Kesimpulan .....	51
5.2    Saran .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Teknik menggirng bola dengan kaki bagian dalam .....	22
2.2 Teknik menggirng bola dengan kura-kura kaki penuh .....	23
2.3 Teknik menggirng bola dengan kura-kura kaki bagian luar .....	23
2.4 Ilustrasi Latihan Passing Bawah Sepakbola dengan Metode bermain .....	27
2.5 Skema Kerangka Pemikiran .....	29



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Perbedaan dan Persamaan Penelitian .....	10
4.1 Tes Hasil Belajar Dribbling Permainan Sepak Bola (Pra Siklus).....	36
4.2 Tes Hasil Belajar <i>Dribbling</i> Permainan Sepak Bola Siklus I .....	41
4.3 Tes Hasil Belajar <i>Dribbling</i> Permainan Sepak Bola Siklus II .....	46
4.4 Rekapitulasi Nilai Rata-Rata Ketuntasan pada Siklus I dan Siklus II .....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Modul Ajar 1 dan 2 .....	56
2 Lembar Observasi Guru Siklus 1 dan 2 .....	62
3 Rubrik Penilaian Dribbling Permainan Sepak Bola (Pra Siklus).....	64
4 Rubrik Penilaian Dribbling Permainan Sepak Bola Siklus I dan II .....	65
5 Dokumentasi Penelitian .....	66
6 Daftar Hadir .....	70

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan sebuah kegiatan pendidikan yang mana bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas fisik. Disamping itu, pendidikan jasmani juga harus diutamakan karena mempunyai tujuan yang penting dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan pengembangan jasmani peserta didik. Banyak orang menganggap kurang penting mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani, dikarenakan belum mengerti peran dan fungsi pendidikan jasmani.

Menurut Toho Cholik dan Rusli Lutan (2001:2) mengatakan bahwa, “Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerak fisik”. Maka dari itu pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa. Karena dengan meningkatnya kesegaran jasmani serta daya tahan tubuh siswa dan dengan bugarnya kondisi siswa akan mempengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pelajaran.

Salah satu permasalahan yang sangat mendalam pada pelajaran pendidikan jasmani dewasa ini adalah rendahnya kualitas pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Hal itu disebabkan karena terbatasnya kemampuan guru pendidikan jasmani dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung terlaksananya proses pendidikan jasmani. Guru yang mengajar kurang mampu

melaksanakan profesinya secara profesional, serta kurang berhasil dalam melaksanakan tanggung jawabnya untuk mengajar dan mendidik siswa, serta untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan siswa secara menyeluruh baik secara fisik, mental dan intelektual.

Proses belajar mengajar yang efektif lebih cenderung menekankan pada proses yang terjadi yaitu “*active teacher-learning student*” dimana gurunya secara aktif menciptakan lingkungan pembelajaran yang menguntungkan bagi siswa untuk belajar, melalui penggunaan berbagai teknik sementara itu anak didik dengan senang dan giat belajar sesuatu yang menjadi fokus pembelajarannya dengan proporsi waktu yang relatif lama. Banyak hal yang dapat menunjang proses pembelajaran agar lebih efektif, misalnya harus mempunyai SDM yang baik antara guru dan murid, infrastruktur yang memadai, dan proses RPP yang terstruktur susunannya dalam proses belajar mengajar.

Dalam suatu proses pembelajaran terdapat dua unsur yang sangat penting adalah metode belajar mengajar dan media pembelajaran. Kedua aspek ini saling berkaitan. Pemilihan satu metode mengajar tertentu akan mempengaruhi jenis media pembelajaran yang sesuai, meskipun masih ada berbagai aspek lain yang harus diperhatikan dalam memilih media, antara lain tujuan pembelajaran, jenis tugas dan respon yang diharapkan siswa kuasai setelah pembelajaran berlangsung, dan konteks pembelajaran termasuk karakteristik siswa.

Dalam pelaksanaan pembelajaran guru yang mengajar menjelaskan materi kemudian memberikan contoh bagaimana cara *dribbling* yang benar. Banyak dari siswa yang tidak memperhatikan guru saat guru memberikan penjelasan bagaimana

cara melakukan teknik dasar *dribbling* permainan sepak bola. Siswa yang tidak memperhatikan guru yang mengajar justru bercanda sendiri dengan temannya. Hal itu disebabkan karena pembelajaran inti yang guru berikan kurang menarik bagi siswa terutama saat penjelasan teknik dasar *dribbling* permainan sepak bola. Banyak dari mereka yang masih melakukan kesalahan dalam melakukan *dribbling* atau saat menggiring bola.

Namun, berdasarkan observasi awal di kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala, ditemukan bahwa kemampuan *dribbling* siswa masih berada pada level dasar dan belum optimal. Hal ini terlihat dari ketidakmampuan beberapa siswa untuk mempertahankan bola dalam waktu yang cukup lama ketika berhadapan dengan lawan, serta kesulitan mengontrol arah bola dengan baik. Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi hal ini adalah kurangnya intensitas latihan *dribbling* yang spesifik serta metode pembelajaran yang kurang melibatkan aspek-aspek permainan secara menyeluruh dan menyenangkan. Pembelajaran *dribbling* yang hanya berfokus pada teknik dasar secara repetitif cenderung membuat siswa bosan dan kurang termotivasi untuk mengasah keterampilan mereka secara optimal.

Pendekatan metode latihan bermain adalah salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* siswa secara efektif. Latihan bermain tidak hanya melibatkan teknik dasar tetapi juga melibatkan situasi-situasi permainan yang memungkinkan siswa untuk mempraktikkan *dribbling* secara lebih realistis dan aplikatif. Metode ini lebih mengutamakan pendekatan kontekstual, di mana siswa belajar melalui situasi permainan yang menekankan



keterampilan motorik, pengambilan keputusan, serta kerjasama dalam tim. Menurut Lutan dalam Agung Hidayat (2016:24) metode latihan bermain dapat meningkatkan minat siswa terhadap pembelajaran olahraga, karena latihan dilakukan dalam suasana yang kompetitif namun menyenangkan, yang pada akhirnya meningkatkan motivasi dan antusiasme siswa.

Sejalan dengan prinsip pendidikan jasmani yang menekankan pada pengembangan keterampilan motorik dan afektif, metode latihan bermain diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dribbling siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala,, sehingga mereka tidak hanya terampil dalam teknik menggiring bola, tetapi juga memiliki pemahaman yang baik tentang situasi permainan sepakbola. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas metode latihan bermain dalam meningkatkan kemampuan dribbling pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala,. Diharapkan bahwa melalui penerapan metode ini, siswa dapat memiliki keterampilan yang lebih baik dalam mengontrol bola, menjaga penguasaan bola dalam situasi bertekanan, dan menikmati proses belajar olahraga, sehingga tercapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani yang komprehensif.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi guru penjas dalam memberikan materi pembelajaran penjas terutama pada materi *dribbling* sepak bola, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul: Meningkatkan Kemampuan Dribbling Permainan Sepakbola melalui Metode Latihan Bermain pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang diuraikan di atas, maka peneliti rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah metode latihan bermain dapat meningkatkan kemampuan dribbling siswa kelas V dalam permainan sepakbola pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan masalah dalam penelitian yang telah dijelaskan di atas, setiap penelitian harus didasarkan pada tujuan yang hendak dicapai. Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu: Untuk mengetahui apakah dengan metode latihan bermain dalam permainan sepakbola dapat meningkatkan kemampuan dribbling siswa kelas V pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian yang peneliti harapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat secara praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengembangan Ilmu Pendidikan Jasmani: Penelitian ini dapat menambah wawasan dalam bidang pendidikan jasmani, khususnya mengenai metode latihan bermain sebagai pendekatan efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar sepakbola pada siswa sekolah dasar.
2. Sumber Referensi untuk Penelitian Selanjutnya: Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih

dalam metode latihan bermain atau mencari metode lain dalam meningkatkan keterampilan olahraga tertentu pada siswa.

3. Kontribusi pada Teori Pembelajaran Motorik: Penelitian ini berkontribusi pada teori pembelajaran motorik dengan menunjukkan bagaimana pendekatan berbasis bermain dapat mendukung pengembangan keterampilan dribbling siswa.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat secara praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan Keterampilan Dribbling Siswa: Bagi guru pendidikan jasmani, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan praktis dalam meningkatkan keterampilan dribbling siswa dengan cara yang lebih efektif dan menyenangkan.
2. Panduan Metode Pembelajaran di Sekolah Dasar: Metode latihan bermain yang terbukti efektif dalam penelitian ini dapat diterapkan sebagai model latihan di sekolah dasar, sehingga pembelajaran sepakbola lebih menarik dan bermanfaat bagi siswa.
3. Peningkatan Motivasi dan Minat Siswa: Dengan menggunakan metode latihan bermain, siswa diharapkan lebih termotivasi dan tertarik dalam mengikuti pembelajaran sepakbola, yang pada akhirnya dapat meningkatkan partisipasi aktif dan pencapaian mereka di bidang pendidikan jasmani.

## 1.5 Batasan Istilah

Untuk menghindari timbulnya penafsiran yang meluas, dan untuk memperoleh gambaran yang jelas maka perlu adanya ruang lingkup untuk membatasi istilah-istilah dalam penelitian ini, yaitu meliputi:

1. **Kemampuan Dribbling:** Kemampuan dribbling dalam konteks penelitian ini merujuk pada keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang meliputi kontrol bola, kecepatan, dan ketepatan dalam melewati lawan sambil tetap menjaga penguasaan bola.
2. **Permainan Sepakbola:** Permainan sepakbola dalam penelitian ini adalah aktivitas olahraga yang dimainkan dengan aturan sederhana di mana siswa belajar dasar-dasar permainan, khususnya keterampilan dribbling. Fokusnya adalah meningkatkan keterampilan teknik dasar sesuai dengan tingkat pemahaman siswa kelas V.
3. **Metode Latihan Bermain:** Metode latihan bermain adalah pendekatan pembelajaran yang melibatkan latihan dribbling dalam bentuk permainan kecil atau situasi permainan nyata. Tujuannya untuk membuat latihan lebih menarik dan aplikatif, sehingga siswa dapat melatih keterampilan dribbling dalam suasana kompetitif dan menyenangkan.
4. **Siswa Kelas V:** Siswa kelas V yang menjadi subjek penelitian ini adalah siswa sekolah dasar dengan rentang usia sekitar 10-11 tahun yang sedang mempelajari keterampilan dasar sepakbola, khususnya dribbling, dalam pendidikan jasmani di sekolah.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS**

#### **2.1 Penelitian yang Relevan**

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan berkaitan dengan judul penelitian yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Agustanico Dwi Muryadi. (2024) penelitian berjudul: Pengaruh Metode Latihan Bermain terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada atlet usia 13-14 tahun SSB Putra Mayong tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode analisis dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dan sampel penelitian ini siswa usia 13-14 tahun SSB Putra Mayong tahun 2024 berjumlah 20 orang. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Dengan jumlah sampel 20 orang diberikan perlakuan metode latihan bermain dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola pada atlet sekolah sepak bola. Pengumpulan data dengan tes kemampuan menggiring bola. Skor yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik statistik yang dituangkan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola pada atlet SSB Putra Mayong,



dengan  $t$  hitung 20.942 dan  $t$  tabel (df 13) 4.11 dengan nilai signifikansi  $p$  sebesar 0,011. Oleh karena  $t$  hitung 20.942 >  $t$  tabel 4.11, dan nilai signifikansi  $0.011 < 0.05$ . Persentase peningkatan kemampuan menggiring bola pada atlet SSB Putra Mayong setelah diberikan metode latihan bermain sebesar 15.70%.

2.1.2 Sadik. (2016) penelitian berjudul: Upaya Meningkatkan Keterampilan *Dribble* Bola Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode *Student Teams Achievent Division* Pada Siswa Kelas IV dan V SDN Blumbungan 1 Pamekasan Tahun Ajaran 2015-2016. Masalah yang akan diungkap di penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan pembelajaran metode *Student Teams Achievement Division* dalam keterampilan dribling bola pada permainan sepak bola dan dilandasi teori-teori yang ada hubungannya dengan permasalahan. Hasil dari pengujian tersebut dalam siklus pertama hanya 19 siswa atau 63,33% siswa yang tuntas. Sedangkan pada siklus ke 2 mencapai 25 siswa atau 83,33% siswa yang tuntas. Dari metode *STAD* (*Student Teams Achievement Division*) yang digunakan pembelajaran dribel bola dianggap efektif karena dapat memotifasi serta meningkatkan hasil belajar. Berdasarkan dari hasil analisis yang didapatkan, disimpulkan bahwa, dengan metode *STAD* (*Student Teams Achievement Division*) yang digunakan pembelajaran dribel bola dianggap efektif karena dapat memotifasi serta meningkatkan hasil belajar. Saran untuk memperoleh hasil yang baik adalah dengan kreatifitas pengajar dan metode yang menarik seperti pengelompokan siswa yang sama.

Berdasarkan penelitian yang relevan di atas, maka dapat di buat kan perbedaan dan persamaan peneliti terdahulu dan peneliti saat ini sebagai berikut:

**Tabel 2.1 Perbedaan dan Persamaan Penelitian**

No.	Nama dan Judul Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1	Agustanico Dwi Muryadi. (2024) penelitian berjudul: Pengaruh Metode Latihan Bermain terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola.	Peneliti terdahulu dilakukan dengan jenis penelitian kuantitatif. Sedangkan penelitian saat ini dilakukan dengan jenis penelitian Penelitian Tindakan Kelas.	Peneliti terdahulu dan saat ini meneliti tentang metode latihan dalam permainan sepak bola.
2	Sadik. (2016) penelitian berjudul: Upaya Meningkatkan Keterampilan Dribble Bola Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode <i>Student Teams Achievent Division</i> Pada Siswa Kelas IV dan V SDN Blumbungan 1 Pamekasan Tahun Ajaran 2015-2016.	Peneliti terdahulu dilakukan dengan metode <i>Student Teams Achievent Division</i> (STAD) dan jumlah ssampel yang berbeda dengan penelitian saat ini.	Peneliti terdahulu dan saat ini meneliti tentang Keterampilan <i>Dribble</i> dalam permainan sepak bola.

## 2.2 Kajian Pustaka

### 2.2.1 Hakekat Pembelajaran Pendidikan Jasmani

#### 2.2.1.1 Pengertian Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar (SD). Menurut Dini Rosdiani (2013:137) menjelaskan bahwa, “Pendidkan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas

jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”. Menurut Hari Amirullah (2008:81) menjelaskan bahwa, “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berpikir, emosional, sosial dan moral”.

Menurut H.J.S. Husdarta (2009:4) Pendidikan jasmani merupakan 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.

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental, serta

emosional. Melalui pendidikan jasmani yang teratur, terencana, terarah dan terbimbing diharapkan dapat dicapai sepakat tujuan yang meliputi pembentukan dan pembinaan bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani intelektual emosional, social dan moralspiritual (H.J.S. Husdarta, 2000: 72).

Berdasarkan pengertian Pendidikan Jasmani yang telah dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani merupakan pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan serta menumbuhkan rasa disiplin, tanggung jawab serta menumbuhkan mental yang kuat. Jika pembelajaran Pendidikan Jasmani direncanakan dengan cermat dan dilaksanakan dengan baik, maka dapat diharapkan bahwa pembelajaran sebagai tempat pencapaian tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan berhasil dengan baik.

#### **2.2.1.2 Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Tujuan Pendidikan Jasmani merupakan penunjang tercapainya tujuan pendidikan nasional. Tujuan Pendidikan Jasmani, pada Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI tahun 2007 dikemukakan oleh Dini Rosdiani (2013:143) 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;
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan;

- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Menurut H.J.S. Husdarta (2009:9) secara sederhana, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk:

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial;
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani;
- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali;
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara berkelompok maupun perorangan;
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang;
- 6) Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Sedangkan menurut Rusli Lutan (2000:8) untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani, faktor yang terpenting untuk mewujudkan pengajaran yang sukses adalah adanya perumusan tujuan, proses belajar mengajar, substansi tugas ajar, metode mengajar dan evaluasi. Pergaulan yang terjadi didalam adegan yang bersifat mendidik itu dimanfaatkan secara sengaja untuk menumbuhkan berbagai kesadaran emosional dan sosial anak. Dengan demikian anak akan berkembang secara menyeluruh yang akan mendukung tercapainya aneka kemampuan.

## **2.2.2 Hakekat Belajar**

### **2.2.2.1 Pengertian Belajar**

Belajar adalah menambah dan mengumpulkan sejumlah pengetahuan. Menurut Max Darsono, dkk (2000:4) menjelaskan bahwa, “Belajar merupakan suatu aktivitas mental yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan nilai sikap”. Menurut Tim Abdi Guru (2007:1) menjelaskan bahwa, belajar adalah *key term* (istilah kunci) dalam setiap usaha pendidikan. Sementara pendidikan (tarbiyah) memiliki kesejatan makna sebagai usaha pendewasaan manusia agar menjadi manusia sempurna yakni manusia beriman, bertakwa, bertanggung jawab, dan bermanfaat bagi lingkungannya pada masa sekarang maupun mendatang. Sedangkan menurut Gagne, Briggs, dan Warner dalam buku Udin Winataputra yang dikutip oleh Dini Rosdiani (2013:73) menjelaskan pengertian belajar serangkaian kegiatan yang dirancang atau didesain untuk memungkinkan terjadinya proses pada suatu lingkungan.

Dengan demikian, belajar diartikan sebagai suatu tahapan aktivitas yang menghasilkan perubahan tingkah laku dan mental yang relatif tetap sebagai bentuk respon terhadap suatu situasi sebagai hasil dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan.

### **2.2.2.2 Pengertian Hasil Belajar**

Hasil belajar merupakan suatu perubahan perilaku yang didapatkan oleh seseorang setelah melalui aktivitas pembelajaran. Menurut Bloom (dalam Munandi, 2010:9-10) mengklasifikasikan hasil belajar dalam tiga domain, yang meliputi:

- 1) Domain Kognitif, yaitu domain yang mencakup pengetahuan dan pengembangan skill intelektual, termasuk mengidentifikasi fakta-fakta spesifik, pola prosedur, dan konsep yang mengembangkan kemampuan intelektual;
- 2) Domain Afektif, yaitu domain yang mencakup sikap secara emosional, perasaan, nilai, apresiasi, antusiasme, motivasi dan perilaku;
- 3) Domain Psikomotor, yaitu domain yang mencakup gerakan fisik, koordinasi dan penggunaan skill motorik.

Menurut Battersby (dalam Irna Istiyana, 2012:11) menjelaskan bahwa, “Hasil belajar merupakan salah satu tolak ukur dari keberhasilan siswa dalam melakukan proses pembelajaran”. Hasil belajar siswa merupakan salah satu bentuk pertanggung jawaban sekolah kepada orang tua siswa dan masyarakat yang telah mempercayakan terhadap sekolah untuk mendidik, mengajar, dan mempersiapkan para siswa untuk kehidupan di masa yang akan datang. Hasil belajar sering kali digunakan sebagai ukuran untuk mengetahui seberapa jauh seseorang menguasai bahan yang sudah diajarkan. Untuk mengaktualisasikan hasil belajar tersebut diperlukan serangkaian pengukuran menggunakan tes atau ulangan yang baik dan memenuhi syarat. Meningkatnya hasil belajar dapat dilihat dari hasil tes atau ulangan yang diselenggarakan secara bertahap.

Menurut Agus Suprijono (2011:7) menyatakan bahwa, hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan bukan hanya salah satu aspek potensi kemanusiaan saja. Artinya, hasil pembelajaran yang dikategorisasi oleh para pakar pendidikan sebagaimana tersebut di atas tidak dilihat secara fragmentasi atau terpisah, melainkan komprehensif. Salah satu tugas pokok seorang guru adalah mengevaluasi taraf keberhasilan rencana pelaksanaan kegiatan belajar-mengajar. Untuk dapat melihat sejauh mana taraf keberhasilan mengajar guru dan belajar

siswa secara tepat dan dapat dipercaya maka diperlukan sebuah informasi yang didukung oleh data yang objektif dan memadai tentang indikator perubahan perilaku dan pribadi siswa.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, disimpulkan bahwa hasil belajar yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah perubahan yang mencakup aspek, kognitif, afektif dan psikomotor yang bisa dilihat dari kemampuan siswa dalam proses pembelajaran sepak bola khususnya teknik dasar menggiring bola (*dribbling*).

### **2.2.3 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Usia Sekolah Dasar**

Adapun karakteristik perkembangan gerak anak sekolah dasar (SD) adalah sebagai berikut:

#### **1) Ukuran dan Bentuk Tubuh Anak Usia 6 – 12 Tahun**

Perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibanding pada masa sebelumnya dan juga pada masa sesudahnya. Kecenderungan perbedaan yang terjadi adalah dalam hal kepesatan dan pola pertumbuhan fisik anak laki-laki dan perempuan sudah mulai menunjukkan kecenderungan semakin jelas tampak adanya perbedaan (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:101).

Menurut Phil Yanuar Kiram (1992:36) menyebutkan, ukuran dan proporsi tubuh berubah secara bertahap, dan hubungan hampir konstan dipertahankan dalam perkembangan tulang dan jaringan. Oleh karena energi anak diarahkan ke arah penyempurnaan pola gerak dasar yang telah terbentuk selama periode masa awal anak. Disamping penyempurnaan pola gerak dasar, adaptasi dan modifikasi terhadap gerak dasar perlu dilakukan, hal ini dimaksudkan untuk menghadapi adanya peningkatan atau penambahan berbagai situasi.

#### **2) Perkembangan Aktivitas Motorik Kasar (*Gross Motor Ability*)**

Perkembangan motorik dasar difokuskan pada keterampilan yang biasa disebut dengan keterampilan motorik dasar meliputi jalan, lari, lompat, loncat, dan keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang dan memantulkan bola. Keterampilan motor



dasar dikembangkan pada masa anak sebelum sekolah dan pada masa sekolah awal.

### 3) Perkembangan Aktivitas Motorik Halus (*Fine Motor Actlity*)

Adalah kemampuan untuk mengatur penggunaan bentuk gerakan mata dan tangan secara efisien, tepat dan adaptif.

Menurut Anita J. Harrow (dalam Makmur Baharudin, 2012:13-14) menyebutkan, perkembangan gerak anak berdasarkan klasifikasi dominan psikomotor dapat dibagi menjadi 6 meliputi:

#### a. Gerak refleks

Gerak refleks adalah respon atau aksi yang terjadi tanpa kemauan sadar yang ditimbulkan oleh suatu stimulus. Gerak ini bersifat prerekuisit terhadap perkembangan kemampuan gerak pada tingkat-tingkat berikutnya. Gerak refleks dibagi menjadi tiga, yaitu: refleks segmental, refleks intersegmental, dan refleks suprasegmental (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:219).

#### b. Gerak dasar fundamental

Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar berkembangnya sejalan dengan pertumbuhan tubuh dan tingkat kemampuan pada anak-anak. Gerakan ini pada dasarnya menyertai gerakan refleks yang sudah dimiliki sejak lahir, gerak dasar fundamental mula-mula bisa dilakukan pada masa bayi dan masa anak-anak, dan disempurnakan melalui proses berlatih, yaitu dalam bentuk melakukan berulang-ulang.

#### c. Kemampuan perspektual

Kemampuan perspektual adalah kemampuan untuk mengantisipasi stimulus yang masuk melalui organ indera.

#### d. Kemampuan fisik

Kemampuan fisik adalah kemampuan untuk memfungsikan sistem organ tubuh didalam melakukan aktivitas psikomotor. Secara garis besar kemampuan fisik, kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung aktivitas psikomotor. Secara garis besar kemampuan fisik dibagi menjadi empat macam yaitu ketahanan (*endurance*), kekuatan (*strenght*), fleksibilitas (*flexibility*), kelincahan (*aqility*) (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:221-222).

#### e. Gerakan keterampilan

Gerakan keterampilan adalah gerakan yang memerlukan koordinasi dengan kontrol gerak yang cukup kompleks, untuk menguasainya diperlukan proses belajar gerak. Gerakan yang terampil menunjukkan sifat efisien di dalam pelaksanaannya.

#### f. Komunikasi non-diskursif

Menurut Harrow (dalam Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:322) komunikasi non-diskursif merupakan level komunikasi domain psikomotor. Komunikasi non-diskursif merupakan perilaku yang berbentuk komunikasi melalui gerakan-gerakan tubuh. Gerakan

yang bersifat komunikatif meliputi gerakan ekspresif dan interpretif.

## **2.2.4 Hakekat Permainan Sepak Bola**

### **2.2.4.1 Pengertian Permainan Sepak Bola**

Sepak bola telah dikenal ribuan tahun yang lalu. Bukti ilmiah memperlihatkan, di Cina sejak dinasti Han ada semacam sepak bola yang disebut “*TSU CHU*” untuk melatih fisik tentaranya. *Tsu Chu* adalah latihan menendang bola kulit dan memasukkannya ke dalam jaring kecil yang diikatkan di bambu panjang. Pemain hanya boleh menggunakan kaki, dada, punggung, serta bahu sambil menahan serangan lawan. Namun, orang Inggrislah yang memulai perkembangannya dengan sempurna sehingga menjadi permainan sepak bola seperti sekarang ini (Budi Susanto & Bahsin Khafadi, 2010:2).

Sepak bola juga merupakan olahraga permainan yang pelaksanaannya dilakukan oleh 2 kesebelasan atau 2 tim. Sepak bola adalah olahraga yang sangat digemari dari berbagai kalangan dan umur di seluruh dunia. Jumlah pemain yang bertanding setiap tim 11 orang termasuk penjaga gawang. Masing-masing tim mempertahankan gawang dan berusaha menjebol gawang lawan (Luxbacher, 2008:2). Menurut Sucipto, dkk (2000:7) mendefinisikan sepak bola merupakan permainan beregu yang terdiri dari 11 pemain, dan salah satunya adalah penjaga gawang. Di dalam permainan sepakbola, setiap pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badan kecuali dengan lengan atau tangan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam

memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, dengan kaki maupun tangannya selama posisi kiper masih di dalam kotak 16 besar.

Sepak bola di mainkan di atas lapangan rata, berbentuk persegi panjang. Pada kedua garis batas lebar lapangan di tengah-tengahnya masing-masing didirikan sebuah gawang yang berhadapan. Dalam permainan digunakan sebuah bola yang bagian luarnya terbuat dari kulit. Masing-masing regu menempati separuh lapangan. Permainan dipimpin oleh seorang wasit tengah, dibantu 2 orang asisten wasit sebagai penjaga garis, wasit pengganti dan 1 pengawas pertandingan. Pelaksanaan permainan sepakbola dilakukan 2 babak selama 2 x 45 menit. Tujuan masing-masing kesebelasan adalah berusaha memasukkan bola ke dalam gawang lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang.

Sepak bola merupakan olahraga permainan, untuk itu supaya dapat bermain dengan baik dan benar maka kemampuan dasar keterampilan bermain sepak bola harus diketahui, dimengerti dan dipelajari terlebih dahulu. Oleh sebab itu, Sucipto, dkk (2000:17) menjelaskan bahwa seorang pemain harus menguasai kemampuan dasar keterampilan sepak bola yang meliputi: 1) Menendang bola (*kicking/passing*), 2) Menghentikan bola (*stopping*), 3) Menggiring bola (*dribbling*), 4) Menyundul bola (*heading*), 5) merampas bola (*tackling*), 6) Lemparan ke dalam (*throw-in*), dan 7) Menjaga gawang (*goal keeping*). Penerapan dan penguasaan kemampuan dasar tersebut merupakan salah satu landasan yang sangat penting agar dapat meningkatkan prestasi dalam bermain sepak bola.

Sasaran yang hendak dicapai dalam pembinaan ini ialah penguasaan gerak tubuh. Latihan dengan bola saja sudah banyak ragamnya. Ini akan nampak jika

dilakukan latihan intensif dengan bola, di mana akan semakin menambah kegembiraan berlatih. Tidak ada cabang olahraga lain yang mendalami penguasaan teknik yang begitu banyak seperti sepak bola. Situasi yang dihadapi senantiasa berubah sedang lawan yang harus ditanggulangi mungkin seorang tapi bisa juga lebih.

Berdasarkan dari beberapa pendapat yang telah dijelaskan di atas, disimpulkan bahwa permainan sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing regu ada 11 pemain termasuk penjaga gawang. Setiap regu berusaha memasukkan dan menghalangi kemasukan bola ke gawang dengan alokasi waktu 2 x 45 menit.

#### **2.2.4.2 Teknik Dasar *Dribbling* (Menggiring Bola)**

Dalam permainan sepak bola modern, di mana pertarungan satu lawan satu adalah sangat penting, maka kemahiran membawa bola merupakan tuntutan utama dalam taktik perorangan. Menggiring bola adalah membawa bola dengan cepat ke depan dengan *passing-passing* pendek dari kedua kaki silih berganti (Budi Susanto & Bahsin Khafadi, 2010:6).

Menurut Sucipto, dkk (2000:28) menjelaskan bahwa, menggiring bola (*dribbling*) diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Oleh sebab itu, bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati

jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat permainan. Pemain dapat terkenal dikarenakan memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, seperti Diego Armando Maradona dari Argentina.

Menurut Sukatamsi (2001:3.3) menyebutkan prinsip-prinsip teknik dalam menggiring bola (*dribbling*) meliputi:

- 1) Bola didalam penguasaan pemain, bola selalu dekat dengan kaki, badan pemain terletak diantara bola dan lawan, supaya lawan tidak mudah untuk merebut bola;
- 2) Di depan pemain terdapat daerah kosong, bebas dan lawan;
- 3) Bola digiring dengan kaki kanan atau kaki kiri, mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang, irama sentuhan kaki pada bola tidak mengubah irama langkah kaki;
- 4) Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan;
- 5) Badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti lari biasa.

Lebih lanjut, menurut Sukatamsi (2001:3.4) menjelaskan kegunaan teknik menggiring bola (*dribbling*) dalam permainan sepak bola antara lain, yaitu:

- 1) Untuk melewati lawan;
- 2) Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat;
- 3) Untuk menahan bola agar tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Sedangkan macam-macam cara menggiring bola (*dribbling*) menurut Sukatamsi (2001:3.5-3.6) sebagai berikut:

- 1) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam, meliputi:
  - a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam;

- b. Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, akan tetapi setiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut oleh lawan;
- c. Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu sedikit ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola;
- d. Kemudian melihat situasi di lapangan, melihat posisi lawan dan posisi teman. Lebih jelas dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 2.1 Teknik menggiring bola dengan kaki bagian dalam  
Sumber: Muhajir (2007:26)

- 2) Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh, meliputi:
  - a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura penuh;
  - b. Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki penuh kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki;
  - c. Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, jangan melihat situasi lapangan, posisi lawan dan posisi teman. Lebih jelas dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 2.2 Teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh  
Sumber: Muhajir (2007:26)

Menggiring bola dengan kura-kura penuh ini, pemain dapat membawa bola dengan cepat. Dari teknik ini hanya digunakan apabila di depan pemain terdapat daerah kosong atau bebas dan lawan, sehingga jarak untuk menggiring bola cukup jauh.

- 3) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar, meliputi:
- a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam posisi menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar;
  - b. Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan. dan bola harus selalu dekat dengan kaki, sesuai dengan irama lari;
  - c. Pada saat menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola dan selanjutnya melihat situasi lawan dan posisi teman. Lebih jelas dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 2.3 Teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar  
Sumber: Muhajir (2007:26)

### 2.2.5 Metode Latihan Bentuk Bermain

Menurut Lutan (2002:31), bermain adalah aneka respon secara sadaritu dinyatakan dalam bentuk kegiatan bermain (*play*) sebagai fitrah manusia yang hakiki sebagai makhluk bermain (*homo luden*), suatu kegiatan yang tidak berpretensi apa-apa, kecuali sebagai luapan ekspresi, pelampiasan ketegangan, atau peniruan peran. Dengan kata lain, aktivitas bermain dalam nuansa keringanan itu memiliki tujuan yang melekat didalamnya.

M.Furqon H. (2006:5) menyatakan, “Seringkali pelatih memberikan permainan untuk menumbuhkan kesenangan anak atau menguatkan keterampilan sosial tertentu. Meskipun hal ini memiliki tujuan yang bermanfaat, maka permainan tidak dipandang sebagai tujuan utama, melainkan sebagai alat untuk mencapai tujuan tertentu”. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, permainan merupakan cara untuk menubuhkan rasa senang pada diri atlet dan dapat dijadikan alat untuk mencapai tujuan tertentu. Hal ini artinya, metodebermain merupakan cara latihan yang dikemas dalam bentuk permainan untuk memenuhi rasa senang anak dan bertujuan untuk mencapai tujuan dalam latihan. Hal senada dikemukakan Depdiknas (2004: 28), “Metode permainan bertujuan untuk mengajarkan permainan agar anak memahami manfaat teknik permainan tertentu dengan cara mengenalkan situasi permainan tertentu terlebihdahulu kepada anak”.

Berdasarkan dua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, metode latihan bentuk bermain adalah kegiatan yang diambil dari bagian-bagian kecil dalam situasi permainan atau pertandingan, situasi-situasi yang merupakan gambaran sesungguhnya yang terjadi pada suasana permainan atau pertandingan



itu diangkat dan dijadikan pola untuk latihan bermain ( Muchtar, 1992 : 100 ).

Latihan bentuk bermain ini merupakan salah satu metode latihan atau belajar yang dapat digunakan oleh seorang pelatih atau guru guna memberikan variasi bentuk latihan yang berbeda kepada anak didik atau atletnya dengan tujuan agar anak didik atau atletnya tidak mengalami kejenuhan atau kebosanan dalam berlatih.

Dengan memberikan metode latihan bentuk bermain, latihan ini akan ada aktivitas seperti permainan sepakbola yang sesungguhnya. Selain itu dalam latihan ini akan ada gangguan dari pemain yang lain sehingga *skill* atau keahlian dalam melakukan *passing* bawah dan kontrol pemain dapat ditingkatkan.

Latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain merupakan bentuk latihan *passing* bawah sepakbola yang dikemas dalam bentuk permainan kecil. Soekatamsi ( 2000:218&219 ) menyatakan, Permainan kecil dalam permainan sepakbola dimaksudkan untuk cermatnya cara belajar keterampilan bermain sepakbola dan merupakan suatu cara melakukan permainan yang mirip dengan situasi yang sesungguhnya dalam bentuk kecil atau penyederhanaan bentuk permainan. Maksud dan tujuan pelatihan teknik dasar sepakbola dengan metode bermain yaitu:

- 1) Agar para pemain berusaha menguasai dan meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola.
- 2) Menanamkan pengertian kerjasama antar pemain, mengembangkan, melakukan taktik regu secara sederhana untuk memenangkan pertandingan.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain yaitu latihan *passing* bawah sepakbola yang dikemas dalam permainan sepakbola kecil. Pemain hanya diperbolehkan melakukan *passing* bawah saat permainan berlangsung. Permainan sepakbola kecil yang dimaksud yaitu ukuran lapangan lebih kecil, jumlah pemain sedikit dan peraturan permainan yang diterapkan lebih sederhana. Selain bertujuan meningkatkan kemampuan *passing* bawah, metode *game* juga bertujuan untuk meningkatkan kerjasama tim, taktik dan strategi permainan.

Pelaksanaan latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain yaitu permainan dilakukan dua tim, setiap tim terdiri dari 5 orang pemain. Permainan atau *game* dilakukan di lapangan persegi panjang dengan ukuran 5 m X 20 m. Dengan batas 3 sentuhan bola tidak boleh lebih dari itu. Sedangkan ditengah-tengah lapangan dibuat garis yang membagi lapangan menjadi dua sama besarnya dan ditengah-tengah garis belakang dibuat gawang selebar 1 meter. Masing-masing regu hanya boleh memainkan bola dengan *passing* bawah. Jika bola tidak *dipassing* bawah, maka dinyatakan pelanggaran dan dilakukan tendangan bebas. Permainan dilakukan dalam dua babak dengan waktu 2 X 15 menit dengan waktu istirahat di antara waktu permainan 5 menit. Tim atau regu dinyatakan menang jika salah satu tim memperoleh skor paling banyak, skor dihitung dari banyaknya bola yang masuk di gawang lawan sampai akhir permainan. Untuk lebih jelasnya berikut ini disajikan ilustrasi latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain sebagai berikut:



Gambar 5. Ilustrasi Latihan *Passing* Bawah Sepakbola dengan Metode bermain  
(Sumber: Dokumentasi Penelitian)

Berdasarkan pelaksanaan latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya.

Kelebihan yang terdapat pada metode latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain adalah:

- 1) Hasrat gerak pemain terpenuhi sehingga dapat menimbulkan rasa senang dan gembira serta motivasi latihan meningkat.
- 2) Dapat meningkatkan kebugaran jasmani pemain, karena atlet selalu bergerak.
- 3) Dapat meningkatkan kerjasama tim dan memicu pemain untuk berfikir dan memecahkan masalah yang dihadapi dalam permainan.

Sedangkan kelemahan yang terdapat pada metode latihan *passing* bawah sepakbola dengan metode bermain adalah:

- 1) Teknik *passing* sering diabaikan pemain, karena adanya tekanan lawan
- 2) Pelatih akan lebih sulit dalam mengamati kesalahan yang dilakukan pemain
- 3) Sering terjadi kesalahan teknik ( atlet melakukan teknik selain *passing* )

### 2.3 Kerangka Pemikiran

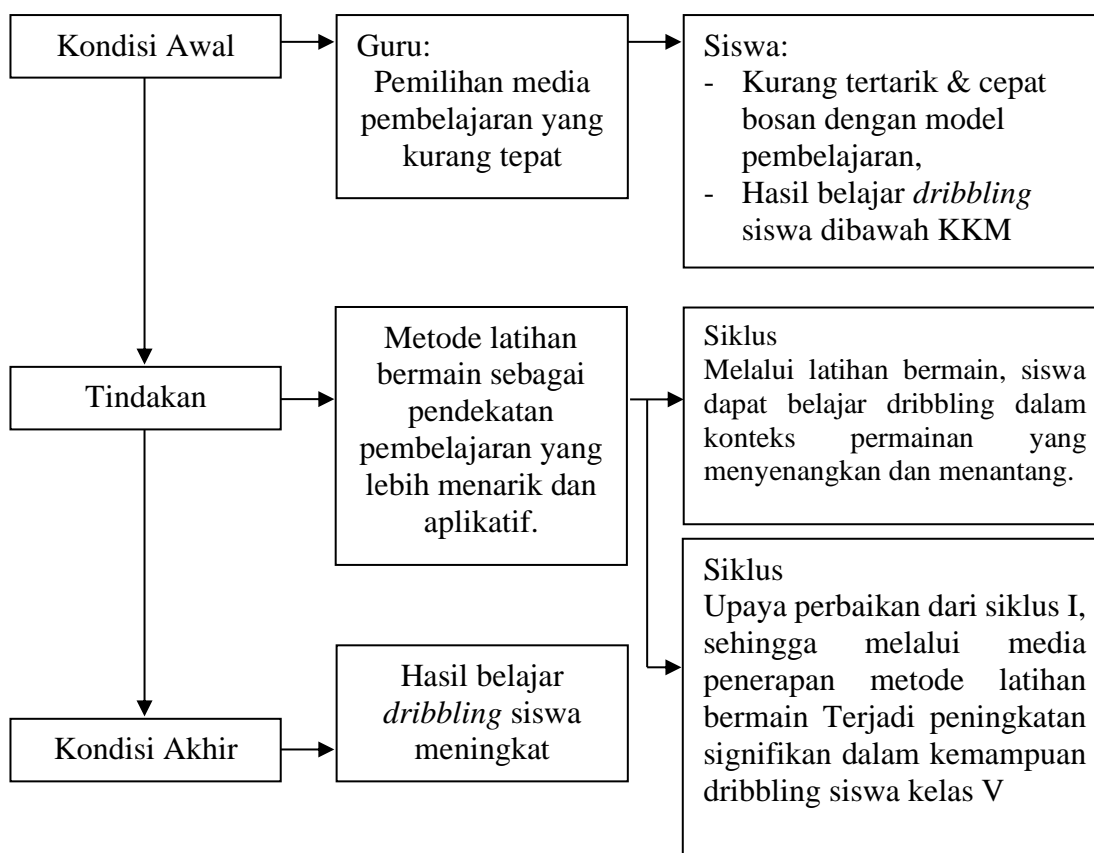
Kemampuan dribbling merupakan salah satu keterampilan dasar yang penting dalam permainan sepakbola. Keterampilan ini melibatkan kemampuan menguasai bola sambil menggiringnya melewati lawan, serta mempertahankan kontrol bola dalam situasi permainan. Pada siswa sekolah dasar, terutama kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala, kemampuan *dribbling* seringkali belum optimal. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan dalam metode latihan yang digunakan, yang cenderung kurang variatif dan berfokus pada latihan repetitif tanpa situasi permainan yang sebenarnya. Latihan yang monoton dan kurang aplikatif ini dapat membuat siswa bosan dan mengurangi minat mereka untuk berlatih lebih intensif.

Untuk mengatasi masalah tersebut, metode latihan bermain menjadi alternatif yang dapat diterapkan. Metode ini mengkombinasikan teknik dasar dengan situasi permainan kecil yang menantang dan menyenangkan, sehingga latihan menjadi lebih kontekstual dan menarik bagi siswa. Dengan pendekatan ini, siswa dapat belajar mengembangkan keterampilan *dribbling* melalui situasi permainan yang lebih realistis. Di dalam metode latihan bermain, siswa tidak hanya berfokus pada aspek teknis *dribbling*, tetapi juga diasah kemampuan pengambilan keputusan dan kerjasama dalam tim, yang dapat meningkatkan efektivitas latihan *dribbling*.

Berdasarkan teori Experiential Learning, siswa belajar lebih efektif melalui pengalaman langsung dalam situasi nyata atau simulasi. Dengan metode latihan bermain, siswa dapat mengaplikasikan teknik *dribbling* dalam konteks

permainan sehingga terbentuk keterampilan yang lebih terintegrasi. Selain itu, latihan dalam bentuk permainan memberikan tantangan yang melibatkan aspek kognitif dan afektif, seperti pemecahan masalah dan sportivitas, yang membantu siswa mengembangkan minat yang lebih tinggi terhadap pembelajaran olahraga.

Dari sini, dapat diasumsikan bahwa penerapan metode latihan bermain akan memberikan dampak positif terhadap kemampuan *dribbling* siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Melalui penelitian ini, diharapkan ada peningkatan signifikan dalam kemampuan *dribbling* siswa setelah mereka dilatih dengan metode latihan bermain. Selanjutnya kerangka pemikiran dalam penelitian ini akan digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.4 Skema Kerangka Pemikiran

## 2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan jawaban awal yang dirumuskan terhadap permasalahan yang diajukan dalam sebuah penelitian. Adapun perumusan hipotesis tindakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Penerapan metode latihan bermain dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala dalam permainan sepakbola.
2. Melalui metode latihan bermain, siswa kelas V akan mengalami peningkatan ketepatan dan kontrol saat melakukan *dribbling* dalam permainan sepakbola.
3. Penggunaan metode latihan bermain mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala dalam pembelajaran *dribbling* sepakbola.

## BAB III

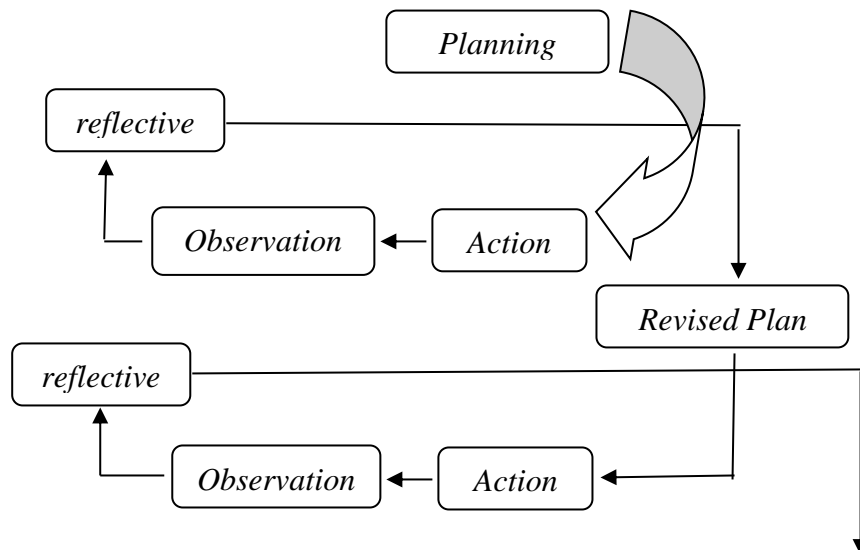
### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Mettetal sebagaimana yang dikutip oleh Asrori (2012:2) menyatakan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan penyelidikan secara sistematis dengan tujuan menginformasikan praktik pembelajaran di dalam situasi tertentu.

#### 3.2 Rancangan Penelitian

Adapun rancangan atau model penelitian tindakan kelas disajikan pada gambar berikut.



Gambar 3.1 Diagram Alur Penelitian Tindakan Kelas  
Sumber: Suharsimi Arikunto (2009:16)

Adapun penjelasan dari masing-masing tahapan penelitian menurut desain penelitian Kemmis dan Mc. Taggart, antara lain:

### 1) Perencanaan (*Planning*)

Tahap perencanaan, peneliti mempersiapkan segala sesuatunya, proses pembelajaran yang menunjuk pada aspek-aspek yang perlu di amati, yaitu hanya pada aspek psikomotor. Selain itu, harus mempersiapkan berbagai langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian diantaranya menyusun pedoman instrumen dan menyiapkan rencana pembelajaran atau modul ajar.

### 2) Tindakan (*Action*)

Pelaksanaan tindakan merupakan kegiatan yang dilakukan sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat. Garis besar dan rencana pembelajaran yang dilaksanakan pada siklus I, antara lain:

#### a. Pemanasan

Tahapan pemanasan pembelajaran dibuat dalam bentuk permainan yang menyenangkan. Bentuk permainan tertuju pada nilai-nilai yang terkandung unsur gerak dasar sepak bola yang bertujuan agar siswa tidak mengalami cedera.

#### b. Kegiatan inti

Guru atau peneliti memberikan penjelasan mengenai materi yang akan dipraktekkan, kemudian guru atau peneliti memberikan contoh atau gerakan-gerakan teknik dasar *dribbling* sepak bola. Gerak siswa dibagi menjadi dua kelompok dan mempraktekan gerakan-gerakan teknik dasar sepak bola dikarenakan siswa lebih banyak mempraktekan dan mencoba teknik dasar sepak bola melalui penerapan media *audio visual* hal ini berdampak pada keterampilan bermain sepak bola, siswa berkompetisi dengan teman



kelompoknya, setelah semua siswa melakukan dilanjutkan secara kelompok kompetisi dan siswa bermain sesuai dengan peraturan yang ada.

c. Kegiatan akhir

Tahapan pada kegiatan ini, setelah melakukan penenangan diadakan evaluasi sekaligus pemberian motivasi kepada siswa yang masih belum maksimal dalam proses pembelajaran.

3) Pengamatan (Observasi)

Observasi dilakukan secara cermat, tepat, dan rinci atas semua aktifitas siswa. Selanjutnya siswa bermain game, lalu peneliti mencatat aktivitas serta kejadian selama siswa bermain. Peneliti menggunakan lembar observasi berupa *check list*.

4) Refleksi

Setelah melakukan penelitian, maka yang akan dilakukan refleksi dari hasil yang telah diamati selama siswa bermain sepak bola melalui penerapan metode latihan dengan lembar pengamatan. Proses tersebut kemudian, dicermati, dilihat dari kekurangan dan kelebihan dari aspek psikomotor. Kemudian kelemahannya dijadikan sebagai bahan koreksian dalam pembelajaran selanjutnya. Sedangkan kelebihan dirangkum dijadikan pengetahuan dan pedoman dalam pembelajaran berikutnya.

Terakhir pada putaran siklus ke dua, yaitu refleksi. Hasil pengamatan diteliti dan dianalisis apakah telah terjadi peningkatan pembelajaran oleh siswa dan terjadi peningkatan pada aspek psikomotornya yaitu hasil belajar *dribbling*. Setelah hasil data dikumpulkan, maka selanjutnya dilakukan perenungan tentang

hasil pelaksanaan tindakan dan menganalisis kekurangan-kekurangannya serta diadakan perbaikan untuk siklus berikutnya jika masih diperlukan.

### 3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Peneliti menentukan lokasi penelitian ini V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala dengan dasar hasil observasi awal yaitu rendahnya hasil belajar *dribbling* para siswa. Sedangkan waktu penelitian tindakan kelas (PTK) dimulai pada Semester Genap Tahun Ajaran 2024/2025 yang disesuaikan dengan jadwal pembelajaran sekolah.

### 3.4 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala yang berjumlah 16 orang siswa dan terdiri dari 9 orang siswa laki-laki dan 7 orang siswa perempuan.

### 3.5 Definisi Operasional Variabel

Definisi secara operasional mengenai variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **Kemampuan Dribbling:** Dalam penelitian ini, kemampuan dribbling adalah keterampilan siswa dalam mengontrol dan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Kemampuan ini diukur dari aspek ketepatan, kecepatan, dan kontrol bola saat menggiring melewati rintangan atau lawan. Penilaian dilakukan berdasarkan skor dari hasil pengamatan selama kegiatan latihan dan permainan simulasi.

2. **Metode Latihan Bermain:** Metode latihan bermain adalah pendekatan pembelajaran yang mengkombinasikan latihan dribbling dengan situasi permainan kecil atau simulasi permainan sepakbola. Dalam penelitian ini, metode ini diterapkan dalam bentuk latihan-latihan yang menyerupai permainan nyata, dirancang untuk meningkatkan keterampilan dribbling secara menyenangkan dan kompetitif. Keberhasilan metode ini diukur melalui peningkatan keterampilan dribbling dan respon positif siswa terhadap latihan.

### **3.6 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

#### **3.6.1 Modul Ajar Kurikulum Merdeka**

Modul Ajar merupakan rencana yang menggambarkan prosedur dan manajemen pembelajaran untuk mencapai satu atau lebih kompetensi dasar yang ditetapkan dalam standar isi dan dijabarkan dalam silabus. Modul ajar merupakan komponen penting dari Kurikulum Merdeka, yang pengembangannya harus dilakukan secara profesional. Tugas guru yang paling utama terkait dengan modul ajar kurikulum merdeka adalah menjabarkan Alur Tujuan Pembelajaran (ATP) atau silabus ke modul ajar yang lebih operasional dan rinci, serta siap dijadikan pedoman atau skenario dalam pembelajaran. Dalam pengembangan modul ajar Guru diberi kebebasan untuk mengubah, memodifikasi, dan menyesuaikan Alur Tujuan Pembelajaran (ATP) atau silabus dengan kondisi sekolah atau daerah, serta karakteristik peserta didik.

### 3.6.2 Lembar Observasi

Lembar observasi yang digunakan sebagai alat untuk mengetahui aktivitas atau kegiatan siswa dan guru dalam proses pembelajaran demi meningkatkan hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola.

### 3.6.3 Dokumentasi

Dokumentasi merupakan foto-foto kegiatan pada saat penelitian dan pelaksanaan tes *dribbling* dalam permainan sepak bola pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala.

## 3.7 Teknik Analisis Data

Data tes siswa dianalisis agar dapat mencapai data yang akurat. Data yang ada tersebut dibandingkan dari data sebelum diberikan metode latihan bermain dengan data setelah pemberian metode latihan pada siswa. Langkah ini dimulai dari mengumpulkan bahan nilai, mengatur dan mengolah data tabel serta menganalisa dan menyimpulkan. Untuk mengukur keberhasilan tindakan yang telah dilakukan, maka dibuatlah sebuah instrumen penilaian hasil belajar *dribbling* untuk melihat sejauh mana hasil belajar siswa setelah pelaksanaan proses kegiatan melalui metode latihan bermain yang telah di laksanakan.

Adapun rumus yang digunakan menurut Sudjana (dalam Susni, 2014: 48) sebagai berikut:

- 1) Untuk menentukan nilai akhir hasil belajar siswa yang diperoleh masing-

masing siswa, menggunakan rumus: 
$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{jumlah jawaban benar}}{\sum \text{jumlah seluruh soal}} \times 100$$

- 2) Untuk menentukan nilai rata-rata kelas, menggunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{nilai keseluruhan siswa}}{\sum \text{siswa}} \times 100$$

- 3) Untuk menentukan tingkat ketuntasan belajar klasikal, menggunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{siswa yang mendapatkan nilai} \geq 75}{\sum \text{siswa yang mengikuti tes}} \times 100$$

### 3.8 Indikator Keberhasilan

Melalui hasil belajar *dribbling* dengan penguatan umpan balik melalui metode latihan bermain pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala menjadi lebih baik dari dibandingkan sebelumnya. Ukuran keberhasilan penelitian ini adalah adanya peningkatan hasil belajar siswa sekurang-kurangnya 80% siswa dapat mencapai ketuntasan belajar klasikal dengan nilai hasil belajar individu minimal 75.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

Sebelum pelaksanaan tindakan dengan menggunakan metode latihan bermain, peneliti terlebih dahulu harus mengetahui hasil belajar *dribbling* dalam permainan sepak bola pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Sehingga pada hari Senin, 05 Mei 2025 peneliti melakukan tes awal yang diikuti oleh 15 orang dari jumlah keseluruhan sebanyak 16 orang siswa dan terdiri dari 9 orang siswa putra dan 7 orang siswa putri. Pada pelaksanaan tes awal (pra siklus) ini satu orang siswa berhalangan hadir dan tanpa keterangan.

Pada tahap ini, pelaksanaan pembelajaran menggiring bola (*dribbling*) melalui metode latihan bermain sama sekali belum diterapkan. Dari data evaluasi awal siswa terhadap materi ini menunjukkan bahwa, sebagian besar siswa masih kurang memahami teknik menggiring bola pada permainan sepak bola, dimana yang menjadi aspek penilaian dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Tes Hasil Belajar *Dribbling* Permainan Sepak Bola (Pra Siklus)

No	Nama Siswa	L/P	Indikator Penilaian			Skor	Nilai	Keterangan	
			Kaki Dalam	Kaki Luar	Punggung Kaki			T	TT
1	Bintang	L	3	3	2	8	66,67		TT
2	Moh. Shadiq	L	4	3	3	10	83,33	T	
3	Alhamdy	L	3	3	3	9	75,00	T	
4	Hendri	L	3	2	2	7	58,33		TT
5	Andi Faiz	L	3	4	3	10	83,33	T	
6	Shobirin	L	2	3	2	7	58,33		TT
7	Gilang	L	3	3	3	9	75,00	T	

8	Fadel	L	3	2	3	8	66,67		TT
9	Hilal	L	3	3	2	8	66,67		TT
10	Salsabila	P	3	3	3	9	75,00	T	
11	Latifa	P	3	3	3	9	75,00	T	
12	Fadila	P	2	3	2	7	58,33		TT
13	Mawar	P	3	3	3	9	75,00	T	
14	Talita	P	2	2	2	6	50,00		TT
15	Aisyah	P	3	2	2	7	58,33		TT
16	Aqilla	P	3	2	2	7	58,33		TT
<b>Jumlah</b>			<b>46</b>	<b>44</b>	<b>40</b>	<b>130</b>	<b>1083,33</b>	<b>7</b>	<b>9</b>
<b>Rata-rata Kelas</b>			<b>2,88</b>	<b>2,75</b>	<b>2,50</b>	<b>8,13</b>	<b>67,71</b>		
<b>Ketuntasan</b>								<b>43,75%</b>	<b>56,25%</b>

**Sumber : Data Olahan 2025**

Hasil dari tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa hasil belajar *dribbling* dalam permainan sepak bola pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala pada tes awal (pra siklus) diuraikan sebagai berikut:

- 1) Banyak siswa yang tuntas secara individu sebanyak 7 orang dengan persentase ketuntasan belajar klasikal sebesar 43,75%.
- 2) Rata-rata nilai siswa dalam kelas sebesar 67,71 dengan nilai rata-rata setiap aspek: (1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam sebesar 2,88; (2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar sebesar 2,75; dan (3) Menggiring bola dengan punggung kaki sebesar 2,50

Berdasarkan dari hasil pengamatan awal yang telah diuraikan di atas, maka peneliti mendapatkan data awal tentang hasil belajar *dribbling* siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Dengan harapan setelah diterapkan pembelajaran melalui metode latihan bermain, hasil belajar *dribbling* permainan sepak bola akan mengalami peningkatan hingga mencapai ketuntasan secara klasikal yaitu sebesar 80%.

#### **4.1.1 Hasil Penelitian Siklus I**

Pada tahap ini, kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam proses penelitian adalah sebagai berikut:

##### **1) Perencanaan**

Pada tahap ini, peneliti menyusun beberapa rencana kegiatan yang akan dilakukan dalam pelaksanaan tindakan, antara lain:

- (1) Membuat Modul Ajar Kurikulum Merdeka.
- (2) Menyiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan.
- (3) Membuat lembar observasi yang akan digunakan untuk memantau kegiatan guru dan siswa dalam pembelajaran.

##### **2) Pelaksanaan Tindakan**

Pelaksanaan tindakan merupakan kegiatan yang dilakukan sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat. Pelaksanaan tindakan dilakukan pada hari Senin tanggal 12 Mei 2025 sampai dengan hari Senin tanggal 19 Mei 2025. Garis besar dan rencana pembelajaran yang dilaksanakan pada siklus I, antara lain:

##### **d. Pemanasan**

Tahapan pemanasan pembelajaran dibuat dalam bentuk permainan yang menyenangkan. Bentuk permainan tertuju pada nilai-nilai yang terkandung unsur gerak dasar sepak bola yang bertujuan agar siswa tidak mengalami cedera.



e. Kegiatan inti

Guru atau peneliti memberikan penjelasan mengenai materi yang akan dipraktekkan, kemudian guru atau peneliti memberikan contoh atau gerakan-gerakan teknik dasar *dribbling* sepak bola. Gerak siswa dibagi menjadi dua kelompok dan mempraktekan gerakan-gerakan teknik dasar sepak bola dikarenakan siswa lebih banyak mempraktekan dan mencoba teknik dasar sepak bola melalui penerapan metode latihan bermain hal ini berdampak pada keterampilan bermain sepak bola, siswa berkompetisi dengan teman kelompoknya, setelah semua siswa melakukan dilanjutkan secara kelompok kompetisi dan siswa bermain sesuai dengan peraturan.

f. Kegiatan akhir

Tahapan pada kegiatan ini, setelah melakukan penenangan diadakan evaluasi sekaligus pemberian motivasi kepada siswa yang masih belum maksimal dalam proses pembelajaran.

3) Observasi

Pada tahap ini, observasi yang dilakukan berkaitan dengan aktivitas siswa dan guru dalam proses pembelajaran.

a. Hasil Observasi Aktivitas Guru (Siklus I)

Hasil observasi yang dilakukan oleh seorang pengamat, diperoleh informasi bahwa pada umumnya peneliti telah melaksanakan pembelajaran dengan baik, meskipun dalam pelaksanaannya peneliti kurang dapat mengelola waktu dengan baik. Peneliti telah berusaha untuk menjelaskan tata cara pelaksanaan *dribbling* dengan baik, memotivasi siswa, memberikan

penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan selama proses pembelajaran yang berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran *dribbling* bola melalui metode latihan bermain, memfasilitasi siswa melakukan percobaan lapangan, bertanya jawab dan meluruskan kesalahan pemahaman, serta memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan penyimpulan berkaitan dengan materi pelajaran.

b. Hasil Observasi Aktivitas Siswa (Siklus I)

Hasil observasi yang dilakukan oleh pengamat diperoleh informasi bahwa, pada umumnya subjek penelitian telah menunjukkan aktivitas yang cukup baik dalam proses pembelajaran, meskipun dalam pelaksanaannya masih terdapat subjek yang kurang aktif dalam pembelajaran. Observasi dilakukan pada siklus I berkaitan dengan perilaku siswa dalam pembelajaran *dribbling*, meliputi:

- a) Pengamatan dilakukan terhadap pembelajaran yang berlangsung dan mengamati penguasaan teknik *dribbling* pada setiap siswa, aktivitas dan tingkat keseriusan para siswa.
- b) Hasil pengamatan menunjukan bahwa aktivitas siswa pada saat pembelajaran berlangsung masih beraneka ragam, dimana pada awal pembelajaran, yaitu pada setiap lima menit masih banyak siswa yang asyik bercengkrama dengan siswa lain. Aktivitas siswa sebagian besar tidak aktif dan lebih banyak diam. Hal ini terjadi karena para siswa belum terbiasa dengan apa yang dilakukan, sehingga mereka merasa ragu-ragu

untuk melakukan kegiatan *dribbling* tetapi pada saat guru aktif memberikan motivasi, siswa akan terlihat aktif secara menyeluruh.

- c) Nampak dalam proses pembelajaran, peran guru masih terasa dominan dalam memberikan bimbingan dan arahan pada siswa sehingga mengalami kesulitan dalam setiap langkah-langkah pembelajaran yang telah ditetapkan dan akhirnya proses penilaian terasa tidak cukup, yang berakibat pada hasil belajar tidak maksimal atau belum tuntas secara klasikal seperti indikator yang telah ditetapkan yaitu sebesar 80%.
- d) Hasil belajar *dribbling* yang dilakukan masih banyak mengalami kendala dan kesulitan, sehingga teknik secara keseluruhan belum sempurna dengan hasil belajar disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Tes Hasil Belajar *Dribbling* Permainan Sepak Bola Siklus I

No	Nama Siswa	L/P	Indikator Penilaian			Skor	Nilai	Keterangan	
			Kaki Dalam	Kaki Luar	Punggung Kaki			T	TT
1	Bintang	L	3	3	3	9	75,00	T	
2	Moh. Shadiq	L	4	4	3	11	91,67	T	
3	Alhamdy	L	3	3	4	10	83,33	T	
4	Hendri	L	3	3	2	8	66,67		TT
5	Andi Faiz	L	4	4	3	11	91,67	T	
6	Shobirin	L	4	3	2	9	75,00	T	
7	Gilang	L	3	3	4	10	83,33	T	
8	Fadel	L	3	3	3	9	75,00	T	
9	Hilal	L	3	3	3	9	75,00	T	
10	Salsabila	P	3	4	3	10	83,33	T	
11	Latifa	P	3	3	4	10	83,33	T	
12	Fadila	P	3	3	2	8	66,67		TT
13	Mawar	P	3	4	3	10	83,33	T	
14	Talita	P	2	2	2	6	50,00		TT

15	Aisya	P	3	2	2	7	58,33		TT
16	Aqilla	P	3	3	2	8	66,67		TT
<b>Jumlah</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>45</b>	<b>145</b>	<b>1208,33</b>	<b>11</b>	<b>5</b>
<b>Rata-rata Kelas</b>			<b>3,13</b>	<b>3,13</b>	<b>2,81</b>	<b>9,06</b>	<b>75,52</b>		
<b>Ketuntasan</b>								<b>68,75%</b>	<b>31,25%</b>

**Sumber : Data Olahan 2025**

Hasil dari tabel di atas, dijelaskan bahwa hasil belajar *dribbling* dalam permainan sepak bola pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala pada tes siklus I, diuraikan sebagai berikut:

- (1) Banyak siswa yang tuntas secara individu sebanyak 11 orang dengan persentase ketuntasan belajar klasikal sebesar 68,75%.
- (2) Rata-rata nilai siswa dalam kelas sebesar 75,52 dengan nilai rata-rata setiap aspek: (1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam sebesar 3,13; (2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar sebesar 3,13; dan (3) Menggiring bola dengan punggung kaki sebesar 2,81.

#### 4) Refleksi

Melihat dari hasil belajar siswa pada tahap siklus I, menunjukkan bahwa rata-rata hasil belajar *dribbling* siswa yang diperoleh melalui tiga aspek, yaitu menggiring dengan menggunakan kaki bagian dalam, menggiring dengan menggunakan kaki bagian luar dan menggiring dengan menggunakan punggung kaki memperoleh nilai rata-rata sebesar 75,52 dan nilai ketuntasan belajar klasikal sebesar 68,75%. Hal ini menandakan bahwa adanya peningkatan hasil belajar *dribbling* pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan dari tes sebelumnya (pra siklus). Akan tetapi hasil dari tes tersebut belum memenuhi kriteria ketuntasan belajar secara klasikal yang telah ditetapkan sebesar 80% dan

nilai perolehan secara individu yakni 75. Oleh karena itu penelitian ini dilanjutkan ke siklus berikutnya (siklus II).

Tidak tercapainya indikator keberhasilan pada siklus ini dikarenakan adanya beberapa kendala, seperti munculnya sikap egois siswa yang kurang bekerjasama dengan rekan-rekannya, kurangnya pemahaman konsep gerak pada beberapa orang siswa terhadap teknik atau tahapan-tahapan gerakan *dribbling*.

Mencermati hasil dari pengamatan dan kendala-kendala yang terjadi dalam proses pembelajaran pada siklus I, sehingga perlu diadakan perbaikan-perbaikan pada siklus berikutnya, antara lain:

- (1) Merumuskan dan menuliskan rencana yang digunakan pada modul ajar kurikulum merdeka untuk setiap kegiatan guru dan siswa;
- (2) Memberikan perhatian terhadap siswa yang kurang berhasil pada siklus I;
- (3) Pelaksanaan penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung dan dilakukan secara berkesinambungan;
- (4) Menambah waktu latihan dengan menambah jumlah bola yang akan digunakan dalam pembelajaran sehingga diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* para siswa.

#### **4.1.2 Hasil Penelitian Siklus II**

Pada tahap ini, kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam proses penelitian masih sama dengan pada siklus sebelumnya yaitu sebagai berikut:

### 1) Perencanaan

Rencana tindakan yang akan diberikan pada siklus II ini hampir sama dengan yang diprogramkan pada siklus sebelumnya, hanya saja terdapat sedikit perubahan antara lain :

- (1) Modul Ajar Kurikulum Merdeka dituliskan alokasi waktu pada setiap aspek kegiatan guru dan siswa;
- (2) Memberikan perhatian pada siswa yang kurang berhasil pada siklus I;
- (3) Penambahan waktu latihan *dribbling* dengan menggunakan lebih banyak bola.

### 2) Pelaksanaan Tindakan

Sesuai dengan apa yang telah direncanakan pada siklus II, maka pelaksanaannya telah berjalan sesuai program yang dilaksanakan pada hari senin tanggal 26 Mei 2025 sampai dengan hari sabtu tanggal 02 Juni 2025. Adapun yang akan dilakukan oleh pada kegiatan ini adalah sebagai berikut:

- (1) Senantiasa memberikan motivasi dan bimbingan pada siswa;
- (2) Alokasi waktu untuk setiap aspek kegiatan belajar sudah sesuai dengan apa yang diprogramkan sebelumnya;
- (3) Siswa diberikan kesempatan seluas-luasnya menunjukkan kemampuannya dihadapan rekannya. Hal ini dilakukan agar proses pembelajaran berlangsung secara menyenangkan, menghindari kebosanan, dan siswa lain termotivasi.

### 3) Observasi

Pada tahap ini, observasi yang dilakukan berkaitan dengan aktivitas siswa dan guru dalam proses pembelajaran.

#### a. Hasil Observasi Aktivitas Guru (Siklus II)

Hasil observasi yang dilakukan oleh seorang pengamat diperoleh informasi bahwa, pada umumnya peneliti telah melaksanakan modul ajar yang telah direncanakan dengan baik. Peneliti telah berusaha untuk menjelaskan tata cara pelaksanaan gerakan *dribbling* bola dengan baik, memotivasi siswa, memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan selama proses pembelajaran yang berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran, memfasilitasi siswa melakukan percobaan lapangan, bertanya jawab dan meluruskan kesalahan pemahaman, serta memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan penyimpulan berkaitan dengan materi pelajaran. Segala kekurangan-kekurangan yang terjadi seperti pengelolaan waktu yang belum baik, pemanfaatan alat yang masih minim, telah diperbaiki pada siklus ini. Sehingga hasil yang diharapkan dalam pembelajaran telah terpenuhi sesuai dengan apa yang diharapkan.

#### b. Hasil Observasi Aktivitas Siswa (Siklus II)

Hasil pengamatan terhadap perubahan tindakan yang diberikan pada siklus II, ternyata mengalami perubahan yang cukup berarti bagi siswa di dalam pemahaman terhadap konsep gerakan menggiring bola (*dribbling*). Hasil pengamatan tersebut terlihat pada proses pembelajaran sebagai berikut:

Tabel 4.3 Tes Hasil Belajar *Dribbling* Permainan Sepak Bola Siklus II

No	Nama Siswa	L/P	Indikator Penilaian			Skor	Nilai	Keterangan	
			Kaki Dalam	Kaki Luar	Punggung Kaki			T	TT
1	Bintang	L	3	4	3	10	83,33	T	
2	Moh. Shadiq	L	4	4	3	11	91,67	T	
3	Alhamdy	L	4	3	4	11	91,67	T	
4	Hendri	L	3	3	3	9	75,00	T	
5	Andi Faiz	L	4	4	3	11	91,67	T	
6	Shobirin	L	4	3	3	10	83,33	T	
7	Gilang	L	3	4	4	11	91,67	T	
8	Fadel	L	3	4	3	10	83,33	T	
9	Hilal	L	3	3	4	10	83,33	T	
10	Salsabila	P	3	4	4	11	91,67	T	
11	Latifa	P	3	3	4	10	83,33	T	
12	Fadila	P	3	3	3	9	75,00	T	
13	Mawar	P	3	4	3	10	83,33	T	
14	Talita	P	2	3	4	9	75,00	T	
15	Aisyah	P	3	3	2	8	66,67		TT
16	Aqilla	P	3	3	3	9	75,00	T	
<b>Jumlah</b>			<b>51</b>	<b>55</b>	<b>53</b>	<b>159</b>	<b>1325,00</b>	<b>15</b>	<b>1</b>
<b>Rata-rata Kelas</b>			<b>3,19</b>	<b>3,44</b>	<b>3,31</b>	<b>9,94</b>	<b>82,81</b>		
<b>Ketuntasan</b>								<b>93,75%</b>	<b>6,25%</b>

Sumber : Data Olahan 2025

Hasil dari tabel di atas, dijelaskan bahwa hasil belajar *dribbling* dalam permainan sepak bola dengan metode latihan bermain pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala pada tes siklus II, diuraikan sebagai berikut:

- (1) Banyak siswa yang tuntas secara individu sebanyak 15 orang dengan persentase ketuntasan belajar klasikal sebesar 93,75%.
- (2) Rata-rata nilai siswa dalam kelas sebesar 82,81 dengan nilai rata-rata setiap aspek: (1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam sebesar 3,19;



- (2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar sebesar 3,44; dan (3) Menggiring bola dengan punggung kaki sebesar 3,31.

#### 4) Refleksi

Berdasarkan dari hasil pengamatan yang dilakukan terhadap guru dan hasil belajar siswa yang diperoleh pada siklus II, maka hasil dari tahap refleksi ini adalah sebagai berikut:

- (1) Guru dapat mencermati dan menganalisa kekurangan-kekurangan yang telah dialami selama kegiatan proses belajar mengajar berlangsung;
- (2) Penerapan pembelajaran menggiring bola (*dribbling*) melalui metode latihan bermain membuat siswa termotivasi dan berkonsentrasi untuk melakukan sehingga penguasaan menggiring bola (*dribbling*) diperoleh secara maksimal dan tidak perlu lagi melanjutkan tindakan pada siklus selanjutnya.

## 4.2 Pembahasan

Berdasarkan dari hasil analisis data sebagai hasil penelitian yang meliputi peningkatan hasil belajar *dribbling* pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala melalui metode latihan bermain yang dilaksanakan dalam beberapa siklus diperoleh gambaran bahwa tes hasil belajar pada siklus I ke siklus II menunjukkan peningkatan. Peningkatan tersebut ditunjukkan dengan meningkatnya perolehan nilai rata-rata siswa dan peningkatan persentase ketuntasan belajar secara klasikal. Hasil analisis data diketahui dari tiap aspek penilaian *dribbling* dari tahap tes awal (pra siklus) sampai pada tes siklus II.

Tes awal (pra siklus) dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hasil belajar awal siswa tentang prasyarat menggiring bola (*dribbling*) dengan 3 aspek, meliputi: (1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam, (2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar, dan (3) Menggiring bola dengan punggung kaki. Berdasarkan dari hasil analisis tes awal (pra siklus) diperoleh nilai rata-rata yang rendah pada aspek menggiring bola dengan punggung kaki yaitu sebesar 2,50 dengan nilai rata-rata siswa dalam satu kelas sebesar 67,71 dan persentase ketuntasan belajar klasikal sebesar 43,75%. Hal ini mnandakan bahwa sebagian besar siswa kurang memahami dan menguasai materi yang telah diajarkan oleh guru.

Sebelum melaksanakan tindakan pada siklus I, maka peneliti menyiapkan modul ajar kurikulum merdeka dengan sasaran metode latihan bermain yang melibatkan siswa. Setelah pelaksanaan tindakan selesai, diperoleh hasil sebagai berikut:

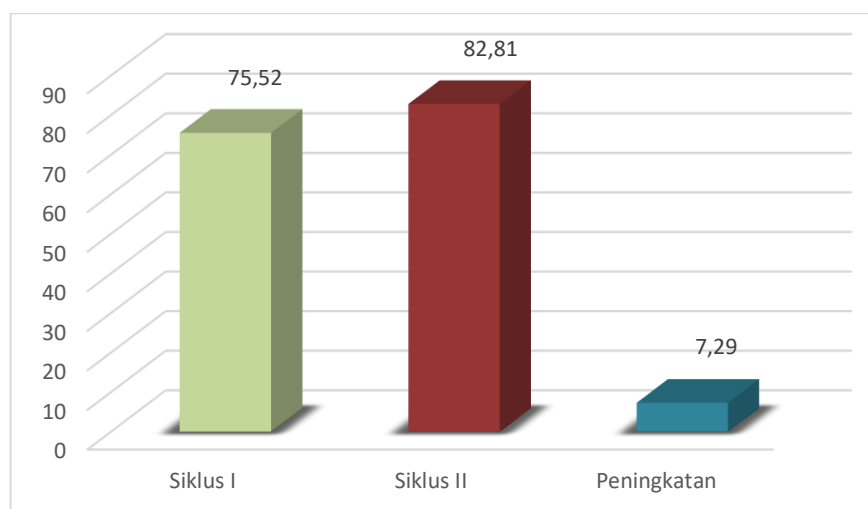
- 1) Ketuntasan belajar klasikal mencapai 68,75% mengalami peningkatan dibandingkan sebelumnya yang hanya sebesar 43,75% sedangkan rata-rata kelas meningkat menjadi 75,52 dibandingkan pada tes awal (pra siklus) hanya sebesar 67,71.
- 2) Terjadi peningkatan dengan rata-rata kemampuan pada setiap aspek, yaitu: (1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam sebesar 3,13; (2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar sebesar 3,13; dan (3) Menggiring bola dengan punggung kaki sebesar 2,81.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa, jika proses pembelajaran berlangsung secara efektif, maka hasil yang dicapai oleh siswa akan lebih maksimal dan kompetensi yang diharapkan tercapai. Selanjutnya, secara umum peningkatan hasil belajar *dribbling* para siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala dari siklus I ke siklus II, disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Rekapitulasi Nilai Rata-Rata Ketuntasan pada Siklus I dan Siklus II

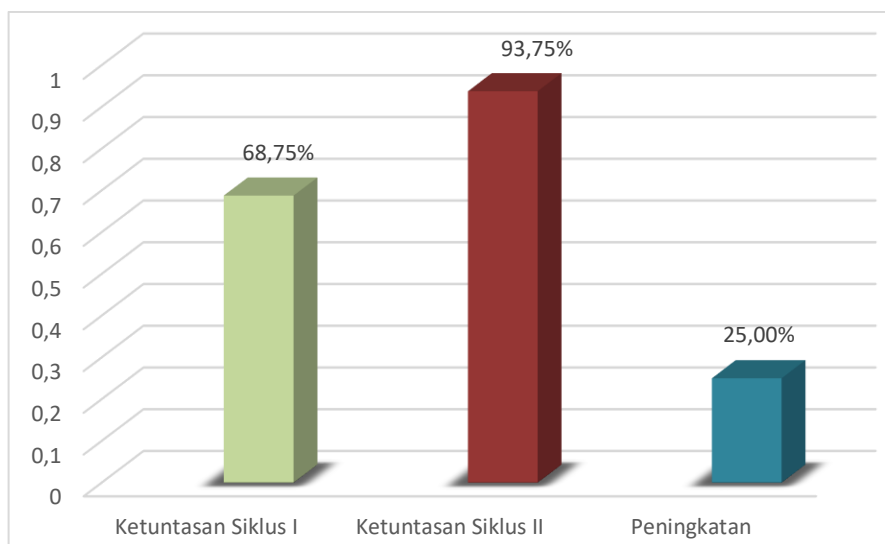
No	Siklus	Rata-rata	Keterangan	
			Tuntas	Tidak Tuntas
1	I	75,52	68,75%	31,25%
2	II	82,81	93,75%	6,25%
<b>Peningkatan</b>		<b>7,29</b>	<b>25,00%</b>	

Berdasarkan pada tabel rekapitulasi di atas menunjukkan bahwa hasil belajar *dribbling* siswa dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut ditandai dengan nilai rata-rata siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan sebesar 7,29. Sedangkan indikator keberhasilan dari tindakan yang telah diterapkan dengan ketuntasan belajar secara klasikal minimal 80% dan perolehan nilai individu minimal 75 telah terpenuhi. Lebih jelasnya peningkatan rata-rata dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 4.1 Diagram Nilai Rata-rata Siklus I, siklus II dan Peningkatan

Sedangkan perbandingan ketuntasan hasil belajar *dribbling* siswa dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada gambar dibawah.



Gambar 4.2 Diagram Ketuntasan Siklus I, siklus II dan Peningkatan

Karena hasil belajar *dribbling* para siswa telah melampaui ketuntasan belajar secara klasikal, maka siklus II pada penelitian ini dihentikan dan tidak perlu ada siklus berikutnya. Akan tetapi bagi siswa yang belum tuntas, diberikan pembelajaran tambahan melalui pembelajaran remedial dan pengayaan. Peningkatan hasil belajar *dribbling* yang diperoleh menunjukkan aktifitas guru selama proses pembelajaran telah dilaksanakan dengan baik dan maksimal sejak awal hingga akhir proses pembelajaran. Tahapan-tahapan pembelajaran yang dilaksanakan sudah sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah diprogramkan sebelumnya.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa melalui metode latihan bermain dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* pada siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala. Ketuntasan belajar klasikal pada tes awal (pra siklus) diperoleh sebesar 43,75%. Pada siklus I terjadi peningkatan ketuntasan belajar klasikal menjadi 68,75% hingga pada siklus ke II hasil belajar siswa kembali mengalami peningkatan ketuntasan belajar klasikal sebesar 93,75%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, metode latihan bermain cocok dan memberikan hasil yang signifikan dalam meningkatkan hasil belajar menggiring bola (*dribbling*) dalam permainan sepak bola bagi siswa khususnya siswa kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan oleh penulis adalah sebagai berikut:

- 5.2.1 Dalam memberikan atau menyajikan materi pembelajaran PJOK, disarankan kepada guru untuk menerapkan metode pembelajaran secara bervariasi yang berguna untuk menarik atau meningkatkan minat siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar.

5.2.2 Hendaknya guru mampu memiliki penguasaan materi yang akan disajikan atau diajarkan secara profesional dan mampu menggunakan media pembelajaran yang disesuaikan dengan materi yang diajarkan.

5.2.3 Guru PJOK harus tanggap dan responsif terhadap siswa yang kurang memperhatikan dan memahami materi pelajaran sehingga tidak akan ada siswa yang mengalami kesulitan dalam menerima pelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Suprijono. (2011). *Cooperative Learning Teori dan Aplikasi Paikem*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Asra, Darmawan, Riana. (2007). *Komputer dan Media Pembelajaran di SD*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Asrori, M. (2012). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Wacana Prima
- Azhar Arsyad. (2010). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Budi Susanto & Bahsin Khafadi. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan 2*. Kemendiknas: CV. Putra Nugraha.
- Dini Rosdiani. (2013). *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Hari Amirullah R. (2008). *Dimensi Kreatif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah*. Yogyakarta: FIK UNY.
- H.J.S. Husdarta. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Irna Istiyana. (2012). Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Bankasbotik Pada SD Negeri Cokro Tahun Pelajaran 2011/2012. Skripsi pada Jurusan PJKR. FIK. Semarang: tidak diterbitkan.
- Makmur Baharudin. (2012). *Peningkatan Kemampuan Passing Bawah pada Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Permainan Bola Gantung pada Siswa kelas IV Semester II SD Negeri 01 Semaya Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2011/2012*. Jurusan PJKR, FIK. Universitas Negeri Semarang: tidak diterbitkan.
- Max Darsono, dkk. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Muchtar, Remmy. 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud.
- Dirjendikti. *Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan*
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktek Untuk SMP Kelas VII*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Munandi. 2(010). *Penilaian Hasil Belajar*. Jakarta: Depdiknas.

- Nana Sudjana dan Ahmad Rivai. (2005). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Gresik Jatim: Abil Pustaka.
- Phil Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Prayogo Dwi Santoso dan Mudjihartono. (2016). *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Perkembangan Afektif Kognitif Dan Psikomotor Siswa Dalam Pembelajaran Permainan Futsal Di Smpn 1 Lembang*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Volume 1 Nomor 1. April 2016.
- Prima Dewi Kusumawardani. (2012). *Penerapan Media Bantu Audio Visual Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Bola Basket Pada Siswa Kelas XA SMA Negeri 1 Karanganyar Kabupaten Klaten Tahun Pelajaran 2011/2012*. Jurnal Sportif ISSN: 2477-3379. Volume 2 No 1 Mei 2016.
- Rayandra. (2012). *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta: Referensi Jakarta.
- Rusli Lutan. (2000). *Penelitian Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Sadik. (2016). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Dribble Bola Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode Student Teams Achievement Division Pada Siswa Kelas IV dan V SDN Blumbungan 1 Pamekasan Tahun Ajaran 2015-2016*. Jurnal Sportif ISSN: 2477-3379. Volume 2 No 1 Mei 2016.
- Sanjaya, Wina. (2008). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Scheunemann, T. 2005. *Dasar Sepakbola Modern*. Malang: PT Dioma
- Soegiyanto dan Sudjarwo. (1993). *Perkembangan dan Belajar Gerak. Modul 1-6*. Jakarta: Dekdikbud.
- Soekatamsi. 1988. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Sukatamsi. (2001). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo: Tiga Serangkai.
- Susni. (2014). *Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Bentuk Latihan Siswa Kelas IV SDN 61 Bengkulu Selatan*. Skripsi pada Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan. FKIP. Universitas Bengkulu: tidak diterbitkan.



- Shanty, Novilya. (2010). *Pengembangan Media Audiovisual Mata Pembelajaran Bahasa Indonesia Pokok Bahasan Lingkungan Di Sekitar Kita Kelas 1 semester II MI Sunan Kalijaga Malang*.
- Tim Abdi Guru. (2007). *Penjas Orkes untuk SD Kelas V*. Semarang: Erlangga.
- Toho Cholik M. & Rusli Lutan,. (2001). *Pendidikan jasmani dan Kesehatan*. Bandung: CV Maulana.
- Triyansyah, Andika. (2012). Penerapan Model Pembelajaran Langsung Berbantu Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung. *Skripsi*. Kalimantan Barat.

Lampiran 1. Modul Ajar Siklus 1 dan 2

**MODUL AJAR – SIKLUS 1**

<b>Satuan Pendidikan</b>	: SDN 20 Banawa Selatan
<b>Kelas / Fase</b>	: V / C
<b>Mata Pelajaran</b>	: PJOK
<b>Topik</b>	: Kemampuan Dribbling Sepakbola
<b>Metode</b>	: Latihan Bermain
<b>Alokasi Waktu</b>	: 2 x 35 menit (1 pertemuan)

**I. Tujuan Pembelajaran**

Peserta didik mampu:

1. Menjelaskan pengertian dribbling dalam permainan sepakbola secara lisan.
2. Melakukan teknik dasar dribbling menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki dengan benar.
3. Melatih kemampuan dribbling melalui permainan kecil secara sportif dan menyenangkan.

**II. Profil Pelajar Pancasila**

- Bergotong Royong (kerjasama saat bermain tim)
- Bernalar Kritis (memilih strategi dribbling saat permainan)
- Mandiri (melatih kemampuan gerak secara aktif)
- Berakhlak Mulia (menunjukkan sikap sportif)

**III. Sarpras dan Media Pembelajaran**

**Alat dan bahan:**

- Bola sepak ukuran anak-anak
- Cone/pelampung kecil/rintangan
- Peluit
- Rompi warna-warni
- Gawang mini/plastik botol sebagai gawang kecil

**IV. Materi Pembelajaran**

- Pengertian dribbling (menggiring bola)
- Teknik dasar dribbling:

- Kaki bagian dalam
- Kaki bagian luar
- Punggung kaki
- Latihan dribbling melewati rintangan (cone)
- Bermain mini game: "Dribble dan Tembak"

## **V. Langkah-langkah Pembelajaran (Siklus 1)**

### **A. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)**

1. Guru menyapa dan berdoa bersama.
2. Apersepsi: Tanya jawab seputar sepakbola (siapa pemain favorit, pernah bermain?).
3. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan pentingnya dribbling.
4. Pemanasan dinamis (lari keliling lapangan kecil, lompat-lompat, stretching otot kaki dan tangan).

### **B. Kegiatan Inti (50 menit)**

#### **1. Demonstrasi dan Latihan Teknik (25 menit)**

1. Guru menunjukkan teknik dribbling:
  - Dengan kaki dalam
  - Kaki luar
  - Punggung kaki
2. Siswa dibagi dalam kelompok kecil untuk praktik satu per satu.
3. Latihan melewati cone (zig-zag) sepanjang 10 meter.
4. Siswa diminta mengulang beberapa kali dengan kaki dominan dan non-dominan.

#### **2. Bermain Latihan: Mini Game “Dribble dan Tembak” (25 menit)**

1. Setiap kelompok bermain: menggiring bola dari garis start ke garis tembak, lalu menendang ke gawang kecil.
2. Skor dihitung untuk setiap gol yang sah.
3. Siswa lain memberi semangat dan menilai sportifitas.

### **C. Kegiatan Penutup (10 menit)**

1. Refleksi: Tanya jawab, "Apa yang paling sulit? Bagaimana mengatasi?"
2. Siswa menyampaikan hal-hal yang menyenangkan dari latihan.

3. Pendinginan: peregangan statis.
4. Guru memberikan penguatan dan motivasi.

## VI. Asesmen

### 1. Asesmen Formatif

Aspek	Teknik	Alat/Instrumen	Indikator Keberhasilan
Kognitif	Lisan	Tanya jawab	Dapat menjelaskan teknik dribbling
Psikomotorik	Observasi	Lembar observasi	Dapat melakukan dribbling dengan 2 jenis kaki
Afektif	Observasi sikap	Lembar penilaian sikap	Menunjukkan kerjasama dan sportifitas

## VII. Pengayaan dan Remedial

1. **Pengayaan:** Siswa yang sudah mahir diberikan variasi latihan dengan kecepatan dan jarak lebih jauh.
2. **Remedial:** Siswa yang belum menguasai teknik dribbling akan dibimbing secara individual oleh guru dengan pendampingan lebih dekat.

## VIII. Refleksi Guru

1. Apakah metode latihan bermain membuat siswa aktif?
2. Apakah siswa mengalami kesulitan dalam teknik dasar?
3. Bagaimana respon siswa terhadap kegiatan belajar?

Mengetahui, Kepala Sekolah	Salungkaenu, ..... 20... Mahasiswa/Guru PJOK
<b>Rajjeman, S.Pd.I</b> NIP. 19661019 200009 2 001	<b>Arisman SML Mandjaili</b> NIM. A 421 23 209

## MODUL AJAR – SIKLUS 2

<b>Satuan Pendidikan</b>	: SDN 20 Banawa Selatan
<b>Kelas / Fase</b>	: V / C
<b>Mata Pelajaran</b>	: PJOK
<b>Topik</b>	: Peningkatan Kemampuan Dribbling Sepakbola
<b>Metode</b>	: Latihan Bermain
<b>Alokasi Waktu</b>	: 2 x 35 menit (1 pertemuan)

---

### I. Tujuan Pembelajaran

Peserta didik mampu:

1. Menunjukkan peningkatan keterampilan dribbling dalam permainan.
2. Menerapkan teknik dribbling dalam situasi permainan sederhana.
3. Menampilkan kerjasama dan sportifitas dalam permainan kecil.

### II. Profil Pelajar Pancasila

- Kreatif (mengatur strategi saat bermain)
- Gotong royong (bekerjasama dalam kelompok)
- Bernalar kritis (mengambil keputusan dalam situasi permainan)
- Berakhlak mulia (menunjukkan kejujuran dan sikap adil)

### III. Sarpras dan Media Pembelajaran

Alat dan bahan:

- Bola sepak mini
- Cone/rintangan
- Gawang kecil/keranjang plastik
- Peluit
- Rompi warna-warni

### IV. Materi Pembelajaran

- Penerapan teknik dribbling dalam permainan
- Kombinasi teknik menggiring bola dan melewati lawan
- Strategi menjaga bola dalam permainan kecil

### V. Langkah-langkah Pembelajaran (Siklus 2)

#### A. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Menyapa dan berdoa bersama
- Refleksi singkat kegiatan Siklus 1 (tanya jawab tentang pengalaman bermain)
- Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini
- Pemanasan: dinamis (lari ringan, lompat-lompat, peregangan aktif)

## B. Kegiatan Inti (50 menit)

### 1. Latihan Kombinasi Dribbling dan Hindari Lawan (25 menit)

- Siswa berlatih dribbling melewati rintangan dengan tambahan penjaga (lawan pasif)
- Siswa diberi tantangan menggiring dan menjaga bola agar tidak direbut
- Bergantian peran: menggiring dan menjadi penjaga

### 2. Permainan Kecil “Zona Dribble” (25 menit)

- Permainan tim 3 lawan 3 di lapangan kecil
- Siswa harus menggiring bola ke “zona aman” (titik tertentu) sebelum boleh menendang ke gawang
- Skor dihitung untuk gol setelah dribbling sah

## C. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Tanya jawab reflektif: Apa strategi terbaik yang kamu gunakan saat bermain?
- Siswa menyebutkan 1 hal yang telah mereka kuasai lebih baik dari sebelumnya
- Pendinginan: stretching statis dan minum air
- Guru memberikan apresiasi dan evaluasi singkat

## VI. Asesmen

### 1. Asesmen Formatif


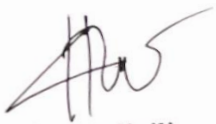
Aspek	Teknik	Alat/Instrumen	Indikator Keberhasilan
Kognitif	Lisan	Tanya jawab	Dapat menjelaskan strategi dribbling
Psikomotorik	Observasi	Lembar observasi	Dapat menggiring dan melewati lawan dengan baik
Afektif	Observasi sikap	Lembar sikap	Menunjukkan kerjasama dan disiplin saat bermain

## VII. Pengayaan dan Remedial

- **Pengayaan:** Siswa mahir diberi peran sebagai “pemain kreatif” yang harus melakukan kombinasi gerak.
- **Remedial:** Latihan dribbling dasar dengan pendampingan, diberi rintangan lebih sederhana.

## VIII. Refleksi Guru

- Apakah semua siswa mengalami peningkatan kemampuan?
- Apakah metode bermain masih efektif untuk siswa yang lambat?
- Apakah ada siswa yang memerlukan pendekatan individual?

<p>Mengetahui Kepala Sekolah</p>  <p><b>Rajjeman, S.Pd.I</b> NIP. 19661019 200009 2 001</p>	<p>Salungkaenu, ..... 20...</p> <p>Mahasiswa/Guru PJOK</p>  <p><b>Arisman S Mandjaili</b> NIM. A 421 23 209</p>
--	---

## Lampiran 2. Lembar Observasi Guru Siklus 1 dan 2

**LEMBAR OBSERVASI GURU – SIKLUS 1**

**Nama Guru** : Arisman SML Mandjaili  
**Kelas / Sekolah** : V / SDN 20 Banawa Selatan  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Materi** : Dribbling Sepak Bola  
**Metode** : Latihan Bermain  
**Siklus** : 1  
**Tanggal** : 04 Juni 2025

**✓ Kriteria Penilaian Observasi**

No	Indikator yang Diamati	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4	Keterangan
1	Melakukan dribbling dengan kaki dalam	-	✓	✓	-	Mayoritas masih dalam tahap cukup
2	Melakukan dribbling dengan kaki luar	-	✓	✓	-	Belum stabil, butuh latihan berulang
3	Menggunakan punggung kaki dengan benar	✓	✓	-	-	Banyak siswa kurang kontrol
4	Menggiring bola melewati rintangan (cone)	-	✓	✓	-	Hasil bervariasi
5	Menunjukkan kerjasama dalam permainan	-	✓	✓	-	Perlu diarahkan saat bermain tim
6	Menunjukkan sportifitas	✓	✓	-	-	Ada siswa yang belum menerima kekalahan
7	Antusias mengikuti aktivitas	-	✓	✓	-	Partisipasi cukup tinggi
8	Memahami tujuan kegiatan	✓	✓	-	-	Masih banyak yang belum paham tujuan teknik

**Catatan Guru / Refleksi Siklus 1**

- Kekuatan : Semua siswa aktif, suasana menyenangkan.
- Kelemahan : Sebagian besar masih lemah pada teknik punggung kaki dan kerja sama.
- Tindak Lanjut : Latihan teknik dasar perlu diulang dengan variasi permainan sederhana. Pendekatan individual untuk yang belum tuntas.



### LEMBAR OBSERVASI GURU – SIKLUS 2

**Nama Guru** : Arisman SML Mandjaili  
**Kelas / Sekolah** : V / SDN 20 Banawa Selatan  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Materi** : Dribbling Sepak Bola  
**Metode** : Latihan Bermain  
**Siklus** : 2  
**Tanggal** : 16 Juni 2025

#### ☑ Kriteria Penilaian Observasi

No	Indikator yang Diamati	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4	Keterangan
1	Melakukan dribbling dengan kaki dalam	-	-	✓	✓	Peningkatan signifikan
2	Melakukan dribbling dengan kaki luar	-	✓	✓	✓	Stabil dalam latihan dan permainan
3	Menggunakan punggung kaki dengan benar	-	✓	✓	✓	Kontrol bola lebih baik
4	Menggiring bola melewati rintangan (cone)	-	-	✓	✓	Hampir semua siswa mampu
5	Menunjukkan kerjasama dalam permainan	-	-	✓	✓	Kekompakan meningkat saat mini game
6	Menunjukkan sportifitas	-	✓	✓	✓	Lebih jujur dan adil saat bermain
7	Antusias mengikuti aktivitas	-	-	✓	✓	Semangat tinggi dari awal hingga akhir
8	Memahami tujuan kegiatan	✓	✓	✓	-	Sudah banyak yang paham manfaat dribbling

#### 📝 Catatan Guru / Refleksi Siklus 2

- **Kekuatan:** Terjadi peningkatan kemampuan secara merata, suasana kondusif.
- **Kelemahan:** Hanya 1 siswa (Aisyah) belum mencapai KKM, terutama teknik punggung kaki.
- **Tindak Lanjut:** Memberikan motivasi dan waktu latihan tambahan bagi siswa yang belum tuntas.

Lampiran 3. Rubrik Penilaian Dribbling Permainan Sepak Bola (*Pra Siklus*)

No	Nama Siswa	L/P	Indikator Penilaian			Skor	Nilai	Keterangan	
			Kaki Dalam	Kaki Luar	Punggung Kaki			T	TT
1	Bintang	L	3	3	2	8	66,67		TT
2	Moh. Shadiq	L	4	3	3	10	83,33	T	
3	Alhamdy	L	3	3	3	9	75,00	T	
4	Hendri	L	3	2	2	7	58,33		TT
5	Andi Faiz	L	3	4	3	10	83,33	T	
6	Shobirin	L	2	3	2	7	58,33		TT
7	Gilang	L	3	3	3	9	75,00	T	
8	Fadel	L	3	2	3	8	66,67		TT
9	Hilal	L	3	3	2	8	66,67		TT
10	Salsabila	P	3	3	3	9	75,00	T	
11	Latifa	P	3	3	3	9	75,00	T	
12	Fadila	P	2	3	2	7	58,33		TT
13	Mawar	P	3	3	3	9	75,00	T	
14	Talita	P	2	2	2	6	50,00		TT
15	Aisyah	P	3	2	2	7	58,33		TT
16	Aqilla	P	3	2	2	7	58,33		TT
<b>Jumlah</b>			<b>46</b>	<b>44</b>	<b>40</b>	<b>130</b>	<b>1083,33</b>	<b>7</b>	<b>9</b>
<b>Rata-rata Kelas</b>			<b>2,88</b>	<b>2,75</b>	<b>2,50</b>	<b>8,13</b>	<b>67,71</b>		
<b>Ketuntasan</b>								<b>43,75%</b>	<b>56,25%</b>

Lampiran 4. Rubrik Penilaian *Dribbling* Permainan Sepak Bola Siklus I dan II

**Rubrik Penilaian – Siklus 1**

No	Nama Siswa	Kaki Dalam	Kaki Luar	Punggung Kaki	Total Skor	Nilai (%)	Keterangan
1	Bintang	3	3	3	9	75,00	T
2	Moh. Shadiq	4	4	3	11	91,67	T
3	Alhamdy	3	3	4	10	83,33	T
4	Hendri	3	3	2	8	66,67	TT
5	Andi Faiz	4	4	3	11	91,67	T
6	Shobirin	4	3	2	9	75,00	T
7	Gilang	3	3	4	10	83,33	T
8	Fadel	3	3	3	9	75,00	T
9	Hilal	3	3	3	9	75,00	T
10	Salsabila	3	4	3	10	83,33	T
11	Latifa	3	3	4	10	83,33	T
12	Fadila	3	3	2	8	66,67	TT
13	Mawar	3	4	3	10	83,33	T
14	Talita	2	2	2	6	50,00	TT
15	Aisya	3	2	2	7	58,33	TT
16	Aqilla	3	3	2	8	66,67	TT

**Skala Penilaian Tiap Indikator Teknik**

Skor	Kriteria Penilaian
4	Sempurna – Menguasai teknik dengan sangat baik, kontrol bola sangat stabil
3	Baik – Menguasai teknik dengan baik, sedikit kesalahan dalam kontrol bola
2	Cukup – Menguasai sebagian teknik, kontrol bola kurang stabil
1	Kurang – Tidak menguasai teknik, bola sering lepas dari kaki

**Rata-rata Kelas** : 75,52

**Ketuntasan** : 68,75% (11 dari 16 siswa tuntas)

**Rubrik Penilaian – Siklus 2**

No	Nama Siswa	Kaki Dalam	Kaki Luar	Punggung Kaki	Total Skor	Nilai (%)	Keterangan
1	Bintang	3	4	3	10	83,33	T
2	Moh. Shadiq	4	4	3	11	91,67	T
3	Alhamdy	4	3	4	11	91,67	T
4	Hendri	3	3	3	9	75,00	T
5	Andi Faiz	4	4	3	11	91,67	T
6	Shobirin	4	3	3	10	83,33	T
7	Gilang	3	4	4	11	91,67	T
8	Fadel	3	4	3	10	83,33	T
9	Hilal	3	3	4	10	83,33	T
10	Salsabila	3	4	4	11	91,67	T
11	Latifa	3	3	4	10	83,33	T
12	Fadila	3	3	3	9	75,00	T
13	Mawar	3	4	3	10	83,33	T
14	Talita	2	3	4	9	75,00	T
15	Aisya	3	3	2	8	66,67	TT
16	Aqilla	3	3	3	9	75,00	T

**Skala Penilaian Tiap Indikator Teknik**

Skor	Kriteria Penilaian
4	Sempurna – Menguasai teknik dengan sangat baik, kontrol bola sangat stabil
3	Baik – Menguasai teknik dengan baik, sedikit kesalahan dalam kontrol bola
2	Cukup – Menguasai sebagian teknik, kontrol bola kurang stabil
1	Kurang – Tidak menguasai teknik, bola sering lepas dari kaki

**Rata-rata Kelas** : 82,81

**Ketuntasan** : 93,75% (15 dari 16 siswa tuntas)

## Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Guru mengarahkan siswa untuk berbaris



Gambar 2. Guru mengarahkan siswa untuk melakukan Pemanasan





Gambar 3. Guru mengecek kehadiran siswa



Gambar 3. Siswa berlatih dribbling melewati rintangan dengan tambahan penjaga (lawan pasif)






Gambar 5. Siswa harus menggiring bola ke “zona aman” (titik tertentu) sebelum boleh menendang ke gawang

## Lampiran 6. Daftar Hadir

**BUKU ABSEN KELAS V**  
**TAHUN AJARAN : 2024 / 2025**  
**SEKOLAH : SDN 20 BANAWA SELATAN**  
**ALAMAT : DESA SALUNGKAENU**

NO	NAMA MURID	NO INDUK	LP	JANUARI	FEBRUARI	MARET	APRIL	MEI	JUNI	ABSEN				KET
										S	I	A	J	
1	BINTANG		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
2	MOH. SHADIQ		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
3	ALHAMDY		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
4	HENDRIK		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
5	ANDI FAIZ		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
6	SHOBIRIN		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
7	GILANG		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
8	FADEL		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
9	HILAL		L	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
10	SALSABILA		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
11	LATIFA		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
12	FADILA		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
13	MAWAR		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
14	TALITA		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
15	AISYAH		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
16	AQILLA		P	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2



Seklungkaenu, 03/09/2025  
 Guru Mata Pelajaran  
  
 Arisman s. Mandjaili, A.Ma.Pd





KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,  
SAINS, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS TADULAKO**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Sockarno-Hatta Km.9, Palu, Sulawesi Tengah, Kode Pos 94119, Telp : (0451) 429743

E-mail : [fkip@untad.ac.id](mailto:fkip@untad.ac.id), Laman : [fkip.untad.ac.id](http://fkip.untad.ac.id)

Nomor : 8986/UN28.1/KM/2025

Palu, 05 Mei 2025

Hal : Izin Penelitian/Observasi

Yth. Kepala Sekolah SDN 20 Banawa Selatan

Dengan hormat kami mohon kesediaan Bapak/Ibu kiranya dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : ARISMAN S MANDJAILI  
No. Stambuk : A42123209  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Program Studi : PJKR

Melaksanakan Observasi dan Penelitian untuk memperoleh data dalam rangka penyelesaian Skripsi dengan Judul: **MEINGKATKAN KEMAMPUAN DRIBBLING PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI METODE LATIHAN BERMAIN PADA SISWA KELAS V SDN 20 BANAWA SELATAN KABUPATEN DONGGALA.**

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.



Dr. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik

Dr. Sahrul Saehana, M.Si  
NIP 19810917 200501 1 002

Tembusan:

Dekan FKIP Universitas Tadulako (Sebagai laporan).



**PEMERINTAH KABUPATEN DONGGALA  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SDN 20 BANAWA SELATAN**



**SURAT KETERANGAN PENELITIAN OBSERVASI**

Nomor : 115/421.2/SDN 20-B5/vi/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SDN 20 Banawa Selatan menerangkan dengan sesungguhnya :

Nama : ARISMAN S, MANDJAILI  
Stambuk : A42123209  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Telah melakukan observasi dan penelitian untuk skripsi dengan judul MENINGKATKAN KEMAMPUAN DRIBBLING PERMAINAN SEPAKBOLA MELALUI METODE LATIHAN BERMAIN PADA SISWA KELAS V SDN 20 BANAWA SELATAN KABUPATEN DONGGALA

Demikian surat keterangan ini di buat dan dapat di pergunakan sebagaimana mestinya.

Salungkaenu 23/Juni/2025  
Kepala Sekolah



**RAJJEAN S.Pd.I**

Nip. 196610192000092001

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arisman SML Mandjaili  
No. Stambuk : A 421 23 209  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Program Studi : PJKR  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa hasil penelitian yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan hasil penelitian ini hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Palu, 04 Juni 2025  
Yang membuat pernyataan ini



**Arisman S. hMandjaili**  
**NIM. A 421 23 209**

## BIODATA PENULIS



**Arisman SML Mandjaili** nama penulis skripsi ini. Penulis lahir dari pasangan Bapak Sarwan Mandjaili dan Ibu Asria yang merupakan anak pertama dari lima bersaudara. Penulis lahir di Lambara pada tanggal 26 Oktober Tahun 1984. Penulis beralamat di Desa Kola-kola, Kecamatan Bawa Tengah, Kabupaten Donggala, Provinsi Sulawesi Tengah. Penulis memiliki seorang istri bernama Dahlia dan dikaruniai dua orang anak.

Penulis menempuh jenjang pendidikan formal di SD Nuris Tawaeli (1999-1997), SMP Nuris Tawaeli (1997-2001), Madrasah Aliyah Negeri 2 Model Palu (2001-2003). Setelah menempuh pendidikan menengah atas, penulis melanjutkan pendidikan Diploma (D2) di Universitas Tadulako Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan mulai Tahun 2004 dan lulus pada Tahun 2006. Setelah itu penulis kembali melanjutkan Pendidikan Strata Satu (S1) melalui program Rekognisi Pembelajaran Lampau (RPL) pada Program Studi Pendidikan Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan mulai Tahun 2023. Dengan motivasi dan ketekunan serta semangat belajar yang tinggi yang dibaringi dengan doa dan usaha, Alhamdulillah penulis berhasil menyelesaikan studi yang di tekuni pada tahun 2025 dengan judul skripsi / tugas akhir “Meningkatkan Kemampuan Dribbling Permainan Sepakbola Melalui Metode Latihan Bermain Pada Siswa Kelas V SDN 20 Banawa Selatan Kabupaten Donggala.”. Semoga dengan penulisan tugas akhir skripsi ini mampu memberikan kontribusi positif bagi dunia pendidikan dan menambah khazanah ilmu pengetahuan serta manfaat bagi sesama serta masyarakat luas.