

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan di sekolah dari tingkat dasar sampai perguruan tinggi. Pelaksanaan merupakan penyeimbang untuk mencegah kebosanan pada anak di sekolah. Menurut (Bayu et al., 2015), mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah jasmani, kognitif dan afektif setiap siswa. Menurut Husdarta tahun 2015 dalam (Bayu et al., 2015), melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya.

Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri dari 11 pemain, dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan di lapangan menggunakan bola sepak. Sepakbola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan

mental, dilakukan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh pemain dari kedua tim dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan (Idris, 2015).

Dalam permainan sepakbola mempunyai tujuan yaitu Tujuan utama permainan sepak bola adalah mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Selain itu, tujuan lain dari permainan sepak bola adalah: Mencegah lawan mencetak gol ke gawang sendiri, Mengharapkan tumbuhnya semangat persaingan, kerja sama, interaksi sosial, dan pendidikan moral, Menjaga kesehatan tubuh, Membangun karakter para pemain, Melatih kecerdasan otak, Menciptakan solidaritas antar pemain dan lawan, Meraih prestasi.

Setiap pemain memiliki peran penting, mulai dari penjaga gawang hingga penyerang. Bola harus masuk seluruhnya ke dalam gawang lawan untuk dianggap sah. Bola boleh dimasukkan ke gawang lawan dengan bagian tubuh manapun, kecuali tangan atau bahu. Sepak bola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari 11 pemain. Pertandingan berlangsung selama 90 menit, dibagi menjadi dua babak yang masing-masing berdurasi 45 menit.

Sepak bola juga mempunyai prinsip yaitu Prinsip dari permainan sepak bola yaitu pemain selalu berusaha untuk menguasai bola, mengoper bola, menggiring bola melewati lawan, berusaha merebut bola apabila bola dikuasai oleh lawan, dan melakukan shooting ke gawang dengan tepat dan mempertahankan daerah sendiri.

Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan dan melaksanakan kegiatan belajar mengajar. Model pembelajaran mencakup seluruh rangkaian penyajian materi ajar, mulai dari sebelum, selama, hingga sesudah pembelajaran. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Sasaran menendang bola dalam permainan sepak bola adalah untuk: Mengumpan (*passing*), Menembak ke gawang (*shooting on the goal*), Menjauhkan bola dari gawang sendiri (*sweeping*), Menggagalkan serangan lawan (*sweeping*). Menendang bola merupakan gerakan manipulatif yang dominan dalam permainan sepak bola. Gerakan ini dilakukan dengan menggunakan bagian kaki dalam, luar, punggung, dan bagian kaki lainnya.

Untuk menendang bola jarak jauh, perkenaan bagian kaki dengan bola yang tepat adalah punggung kaki atau kura-kura kaki bagian dalam. Selain sebagai keterampilan gerak, menendang bola juga merupakan latihan kardio yang dapat membantu meningkatkan perkembangan fisik, fleksibilitas, dan kekuatan. Menurut Wahjoedi (2019 : 120) menyatakan bahwa menendang bola merupakan keterampilan yang paling penting dan mendasar yang harus dikuasai. Oleh karena itu, pertama kali harus dikuasai oleh setiap pemain adalah teknik dasar menendang bola. Menendang bola berfungsi sebagai operan untuk menghubungkan pemain

satu dengan pemain lainnya dalam satu tim merupakan salah satu jalan vital untuk menjalin kerjasama dalam upaya menyerang pertahanan lawan untuk mencetak gol.

*Shooting* dalam sepak bola adalah teknik menendang bola dengan tujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Teknik ini biasanya dilakukan dengan kekuatan, akurasi, dan kecepatan agar sulit dihentikan oleh penjaga gawang. *Shooting* merupakan salah satu keterampilan penting dalam sepak bola yang sering digunakan di area sekitar gawang atau kotak penalti. Dalam permainan sepak bola *shooting* ada jenis-jenisnya antara lain *Instep Shooting* Menggunakan bagian punggung kaki (*instep*) untuk menghasilkan tendangan yang kuat dan terarah, *Toe Poke Shooting* Menggunakan ujung jari kaki untuk tendangan cepat, biasanya dalam situasi mendesak, *Side-foot Shooting* Menggunakan bagian dalam kaki untuk menendang bola dengan akurasi lebih tinggi, *Volley Shooting* Menendang bola yang berada di udara sebelum bola menyentuh tanah, *Chip Shot* Teknik shooting yang digunakan untuk melambungkan bola melewati penjaga gawang dan *Curve Shot Shooting* dengan efek lengkung, sering digunakan dalam situasi bola mati atau sudut sulit.

Tujuan *shooting* merupakan untuk mencetak gol ini adalah tujuan utama shooting, Untuk memberikan tekanan membuat lawan waspada dengan serangan yang agresif, dan untuk memanfaatkan peluang menyelesaikan serangan dengan peluang mencetak gol. *Shooting* membutuhkan kombinasi kekuatan, teknik, konsentrasi, dan pengambilan keputusan yang cepat. Pemain seperti Cristiano Ronaldo dan Lionel Messi dikenal memiliki kemampuan shooting yang luar biasa.

Latihan variasi menendang ke berbagai sasaran, ini merupakan permainan yang bertujuan untuk meningkatkan ketepatan shooting, dengan latihan variasi menendang keterampilan seorang pemain tingkat ketepatan shooting meningkat, sasaran utama dari setiap serangan adalah mencetak gol. Cara yang paling tepat untuk mengembangkan teknik shooting adalah melatih tendangan shooting berkali-kali menggunakan teknik shooting yang benar (Mielke, 2017: 67) pernyataan di atas penulis menyimpulkan bahwa kemungkinan latihan variasi menendang ke berbagai sasaran dapat diterapkan menjadi sebuah metode latihan dengan tujuan peningkatan ketepatan tendangan shooting menggunakan punggung kaki dalam cabang olahraga sepakbola. Akurasi adalah tingkat ketepatan atau kesesuaian antara suatu hasil yang diperoleh dengan target, tujuan, atau nilai yang diharapkan. Dalam konteks yang lebih umum, akurasi mengacu pada sejauh mana sesuatu dapat dilakukan atau diukur secara benar dan tepat.

Dalam olahraga akurasi berarti kemampuan untuk mencapai sasaran dengan tepat, seperti menendang bola ke arah gawang dalam sepak bola atau memanah tepat pada titik target. Dalam pengukuran akurasi adalah sejauh mana hasil pengukuran mendekati nilai sebenarnya atau nilai yang diharapkan. Dalam komunikasi atau informasi akurasi menunjukkan kebenaran atau kevalidan informasi yang disampaikan. Dalam statistik akurasi adalah tingkat kesesuaian hasil prediksi atau estimasi dengan nilai aktual. Akurasi dalam menendang bola berarti kemampuan pemain untuk mengarahkan bola tepat ke sasaran, seperti ke sudut gawang, pemain rekan setim, atau area tertentu di lapangan sesuai rencana. Akurasi adalah keterampilan penting yang sering diasah melalui latihan terfokus untuk

meningkatkan performa dalam berbagai aktivitas. Kekuatan adalah kemampuan fisik atau kapasitas seseorang untuk menghasilkan tenaga atau daya dalam melakukan suatu aktivitas. Dalam konteks olahraga dan aktivitas fisik, kekuatan sering merujuk pada kemampuan otot untuk mengatasi beban atau menghasilkan gaya tertentu.

Dalam olahraga kekuatan adalah kemampuan otot atau kelompok otot untuk mengerahkan tenaga maksimal dalam satu kali kontraksi, seperti saat mengangkat beban, melompat, atau menendang bola. Dalam fisik kekuatan menggambarkan daya tahan tubuh terhadap tekanan, misalnya kemampuan menahan beban berat atau memberikan dorongan kuat. Dalam psikologi kekuatan dapat berarti ketangguhan mental atau emosional dalam menghadapi tantangan atau tekanan. Dalam teknik atau material kekuatan mengacu pada kapasitas suatu bahan atau struktur untuk menahan tekanan tanpa rusak. Kekuatan tendangan kemampuan pemain untuk menendang bola dengan tenaga maksimal sehingga bola melaju dengan kecepatan tinggi. Kekuatan tubuh pemain memanfaatkan kekuatan tubuhnya untuk menjaga keseimbangan atau bertahan dari serangan fisik lawan. Kekuatan dalam olahraga dapat ditingkatkan melalui latihan fisik seperti angkat beban, latihan pliometrik, atau latihan daya tahan otot.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti di SDN 08 Palembang, siswa yang mengikuti pembelajaran sepakbola masih belum mampu menendang bola atau shooting dengan baik seperti kurangnya perkenaan bola pada kaki saat melakukan tendangan pada saat shooting yang kurang tepat sehingga bola tidak mengenai sasaran. Dengan berbagai permasalahan diatas peneliti ingin menerapkan

model pembelajaran variasi menendang sasaran dalam meningkatkan shooting pada permainan sepakbola pada peserta didik kelas V SDN 08 Palembang.

KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) adalah standar minimum yang harus dicapai oleh peserta didik untuk dinyatakan berhasil dalam pembelajaran ini. KKM ditetapkan berdasarkan tiga aspek utama: kompleksitas materi, daya dukung, dan kemampuan rata-rata peserta didik. KKM ditetapkan untuk memastikan peserta didik memiliki keterampilan shooting yang memadai dalam sepak bola. Dengan pembelajaran berbasis variasi menendang sasaran, diharapkan peserta didik tidak hanya memahami teknik dasar, tetapi juga mampu menerapkannya dalam situasi permainan dengan efektif. Disini KKM untuk kriteria anak sekolah dasar dalam Pelajaran Pendidikan jasmani yaitu 75.

## **1.2 Masalah Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat di identifikasikan masalah yang ada yaitu :

1. Pembelajaran sepakbola di SDN 08 Palembang masih menggunakan cara konvensional belum menggunakan model pembelajaran modern.
2. kurang maksimalnya peserta didik SDN 08 Palembang dalam melakukan pembelajaran variasi menendang sasaran dalam meningkatkan shooting pada permainan sepakbola.
3. Kurang dipahaminya manfaat model pembelajaran variasi menendang sasaran dalam meningkatkan *shooting* pada permainan sepakbola.
4. Perlunya mengembangkan model pembelajaran variasi menendang sasaran dalam meningkatkan *shooting* pada permainan sepakbola.

5. Belum pernah dilakukan penelitian tentang pengaruh model pembelajaran variasi menendang sasaran dalam meningkatkan *shooting* pada permainan sepakbola peserta didik kelas V SDN 08 Palembang.

### 1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah

Agar penelitian ini terarah dan fokus, maka ruang lingkup masalah dibatasi sebagai berikut:

1. **Subjek penelitian** dibatasi hanya pada siswa **kelas V SDN 08 Palembang**, sehingga hasil penelitian tidak digeneralisasikan untuk siswa di luar kelas atau sekolah tersebut.
2. **Objek penelitian** dibatasi pada **kemampuan shooting** dalam permainan sepak bola, bukan pada aspek teknik sepak bola lainnya seperti passing, dribbling, atau control bola.
3. **Model pembelajaran yang digunakan** dibatasi pada **model belajar menendang bervariasi**, yaitu latihan-latihan menendang bola ke arah gawang dengan variasi posisi, jarak, dan sudut tendangan.
4. **Jenis data yang dikumpulkan** adalah **data kuantitatif** berupa hasil tes keterampilan shooting sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan perlakuan model belajar menendang bervariasi.
5. **Waktu pelaksanaan penelitian** dibatasi selama periode tertentu, yaitu **selama 4–6 kali pertemuan pembelajaran pendidikan jasmani**.
6. Penelitian ini hanya mengukur **pengaruh langsung** dari model pembelajaran terhadap hasil shooting, tanpa mengkaji faktor eksternal lain seperti motivasi belajar, kondisi fisik, atau latar belakang sosial siswa.



### **1.2.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah penerapan model pembelajaran variasi menendang ke sasaran berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan shooting dalam permainan sepak bola pada peserta didik kelas V SDN 08 Palembang?
2. Seberapa besar pengaruh model belajar menendang bervariasi dalam meningkatkan shooting pada permainan sepakbola?

### **2.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menganalisis pengaruh penerapan model pembelajaran variasi menendang ke sasaran terhadap peningkatan kemampuan shooting dalam permainan sepak bola pada peserta didik kelas V SDN 08 Palembang.
2. Mengetahui efektivitas model pembelajaran variasi menendang ke sasaran dalam meningkatkan keterampilan menendang bola dengan akurasi yang lebih baik.
3. Mengidentifikasi sejauh mana model pembelajaran ini dapat meningkatkan minat dan motivasi peserta didik dalam berlatih teknik shooting dalam sepak bola.

### **2.4 Manfaat Penelitian**

#### **a. Secara Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi guru pendidikan jasmani serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

b. Secara Praktis

- 1) Bagi siswa, akan mendapatkan pembelajaran dan pengalaman dalam menggunakan model pembelajaran variasi menendang sasaran terhadap peningkatan akurasi dan kekuatan shooting pada permainan sepakbola
- 2) Bagi para guru, juga mendapatkan pengalaman dalam menggunakan model pembelajaran variasi menendang sasaran terhadap peningkatan akurasi dan kekuatan shooting pada permainan sepakbola
- 3) Bagi sekolah, dapat menetapkan kebijakan dalam menetapkan waktu pembelajaran yang digunakan pada kegiatan olahraga sepakbola.
- 4) Bagi peneliti, juga diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi masukan yang penting, sehingga nantinya dapat memberikan sumbangan pemikiran peningkatan prestasi permainan sepakbola.