

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Secara khusus, Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani. Menurut Koc, (2017) menjelaskan bahwa mata pelajaran memiliki tingkat efek positif dalam kegiatan pembelajaran disekolah yang sangat berpengaruh pada perkembangan siswa. Secara khusus, PJOK (pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan) bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, mengatur pola berfikir, pendekatan sosial dan pola hidup sehat. Menurut Wang, (2017) mengatakan bahwa PJOK (pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan) memiliki pengaruh yang tak tergantikan pada pembentukan karakter moral, perkembangan intelektual, estetika pencapaian dan gaya hidup sehat.

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang paling digemari oleh semua kalangan, mulai dari yang muda hingga dewasa, sepak bola juga digunakan sebagai proses pembelajaran, bahkan sepak bola dapat digunakan untuk menggali pengalaman baru dan melatih kemampuan diri. Menurut Setiawan, (2021), sepak bola ialah permainan yang dapat berpengaruh pada pembelajaran PJOK (pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan) Ada beberapa kegiatan olahraga salah satunya sepak bola yang menggunakan semua anggota tubuh, ada beberapa teknik dasar dalam sepak bola yang keseluruhannya dapat mendukung kerja sama antar pemain. Menurut Yunus, (2013: 3) menyatakan bahwa teknik-teknik dasar sepak bola antara lain, teknik menendang bola, teknik menerima bola, teknik *dribbling* bola, teknik menyundul bola, teknik merampas bola, teknik melempar bola, teknik gerak tipu dengan bola dan teknik penjaga bola.

Teknik *dribbling* merupakan teknik dasar sepak bola yang sangat indah apabila pemain mampu melatihnya dengan efektif, menurut Taga & Asai, (2016) menjelaskan bahwa *dribbling* sangat berpengaruh untuk pengembangan sensor motorik yang berguna untuk penguasaan diri saat mengendalikan bola, dimana hal tersebut merupakan dasar kemampuan individual. Teknik *dribbling* dapat dikatakan kemampuan individu dari pemain untuk mengontrol kemampuan penguasaan bola untuk terciptanya peluang yang berkontribusi proses terciptanya goal, menurut Nainggolan dan Surbakti (2014: 4) tujuan dari menggiring bola adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong melepaskan diri dari kawalan lawan. Pada umumnya tujuan *dribbling* ialah memberikan bola dari suatu sisi lapangan ke sisi lain lapangan dengan seorang diri, bola di gerakan ke setiap arah lapangan dengan menggunakan pengendalian yang khusus agar dapat menyatu antara *dribbling* bola dengan laju pemain, untuk menyederhanakan kegiatan pembelajaran teknik *dribbling* perlu suatu inovasi yang mana siswa mampu antusias dalam melaksanakan kegiatan belajar.

Modifikasi permainan bisa jadi solusi sebagai alternatif untuk melakukan kegiatan belajar, menurut Gustian (2014) menjelaskan bahwa modifikasi permainan adalah suatu versi khusus dari permainan yang beberapa aturan tertentu telah berubah untuk disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan pemainnya, pengalaman-pengalaman khusus para pemain, penerapan pendekatan permainan dan fasilitas dan perlengkapan yang tersedia. Modifikasi sangat dibutuhkan oleh guru untuk mempermudah guru dalam kegiatan mengajar dengan modifikasi, terutama guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan menyajikan materi mengajar yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan.

Permainan *zig-zag* merupakan permainan berbelok-belok mengikuti lintasan *zig-zag*, permainan *zig-zag* akan dipadukan bersama teknik *dribbling* dengan cara siswa melakukan *dribbling* melintasi *cone*, menurut Luxbacher, (2016) *zig-zag* adalah berlari melintasi *cone* dengan cara menggiring dan keluar masuk *cone* hingga mencapai *cone* terakhir, kemudian memutar arah mundur dan menggiring bola kembali ke posisi awal, jaga bola agar tetap dalam kontrol bola yang rapat setiap saat dan selesaikan secepat mungkin. Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* yang baik dengan menggunakan

permainan *zig-zag*, siswa dibantu oleh alat *cone* dan siswa melakukan *dribbling* dengan melintasi *cone* tersebut, menurut Dwi Satriaputra & Widodo, (2019) Oleh karena itu dengan menambahkan kerucut atau *cone* memungkinkan untuk kombinasi yang berbeda dari gerakan dan meningkatkan kompleksitas latihan, dengan menggunakan Permainan *zig-zig* siswa diharapkan antusias dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran teknik *dribbling* sepak bola. Pada topik bahasan ini aktivitas jasmani merupakan gerak dasar seseorang itu sendiri yang adanya tanda suatu permainan ialah terdapat gerak atau aktivitas jasmani.

Berdasarkan hasil observasi peneliti yang didampingi oleh guru SMPN 2 Sugihwaras Bojonegoro, Siswa masih belum mencapai nilai ketuntasan dalam melaksanakan teknik *dribbling* sepak bola, dari pengambilan Sampel kelas VIII B dari 32 siswa hanya 5 siswa yang berhasil mencapai nilai dengan persentase 15%, sedangkan 27 siswa belum tuntas dalam pelaksanaan teknik *dribbling* sepak bola, sehingga peneliti memberikan modifikasi permainan *zig-zag* untuk membantu siswa meningkatkan nilai teknik *dribbling* sepak bola dan mencapai nilai klasikal yaitu 85%.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut. “Peningkatan teknik *dribbling* sepak bola dengan modifikasi permainan *zig-zag* Siswa Kelas 8 SMPN 2 Sugihwaras Bojonegoro?”.

## **1.3 Batasan Masalah**

Peneliti membuat batasan masalah bertujuan untuk menghindari pembahasan yang terlalu luas, maka dari itu peneliti memberikan batasan sebagai berikut, peneliti hanya memberikan peningkatan teknik *dribbling* sepak bola menggunakan modifikasi permainan *zig-zag* kepada siswa kelas VIII SMP N 2 Sugihwaras.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan, tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan teknik *dribbling* siswa menggunakan modifikasi permainan *zig-zag*.

## 1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1.5.1 Manfaat Teoritis :

Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui sejauh mana peningkatan teknik *dribbling* sepak bola dengan modifikasi permainan *zig-zag*, dengan hasil peningkatan belajar diharapkan bisa memotivasi para siswa untuk bisa melakukan teknik *dribbling* dengan benar dan sebagai alat ukur peneliti untuk merancang program pembelajaran dengan modifikasi

### 1.5.2 Secara Praktis :

#### 1.5.2.1 Manfaat untuk guru

Dapat dijadikan masukan mengenai cara menyederhaankan kegiatan pembelajaran dengan menggunakan modifikasi permainan

#### 1.5.2.2 Manfaat untuk siswa

Sebagai cara siswa untuk meningkatkan hasil belajar yang sudah disederhanakan oleh guru melalui modifikasi permainan dalam kegiatan belajar

#### 1.5.2.3 Manfaat untuk peneliti

Manfaat bagi peneliti sendiri, peneliti mendapatkan pengetahuan lebih tentang peningkatan teknik *dribbling* dengan menggunakan modifikasi permainan *zig-zag*, peneliti juga mendapatkan pengalaman kegiatan belajar.

#### 1.5.2.4 Manfaat untuk sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan bagi lembaga sekolah untuk mempermudah kegiatan belajar dengan menggunakan modifikasi, agar guru bisa menjalankan kegiatan pembelajaran dengan mudah dan praktis.

UNUGIRI

## 1.6 Definisi Istilah

Peneliti akan menjelaskan mengenai definisi istilah yang digunakan dalam penelitian ini agar tidak terjadi perbedaan pemaknaan dalam menginterpretasikan. Adapun definisi istilah sebagai berikut :

- 1.6.1 Sepak bola ialah permainan yang dapat berpengaruh pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Barnat, et al. 2011: 326).
- 1.6.2 Teknik *dribbling* merupakan teknik yang sangat berpengaruh untuk pengembangan sensor motorik yang berguna untuk penguasaan diri saat mengendalikan bola, dimana hal tersebut merupakan dasar kemampuan individual, (Taga & Asai, 2016).
- 1.6.3 Modifikasi permainan adalah suatu versi khusus dari permainan yang beberapa aturan tertentu telah berubah untuk disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan pemainnya, pengalaman-pengalaman khusus para pemain, penerapan pendekatan permainan dan fasilitas dan perlengkapan yang tersedia, (Gustian, 2014: 194).
- 1.6.4 Permainan adalah kegiatan bermain dari semua kalangan pada umumnya sangat memerlukan aktivitas bermain yang bukan hanya untuk sebagai progresivitas fisik (Priambodo & Kristiyandaru, 2013).
- 1.6.5 *Zig – zig* merupakan kegiatan berlari melintasi *cone* dengan cara menggiring dan keluar masuk *cone* hingga mencapai cone terakhir, kemudian memutar arah mundur dan menggiring bola kembali ke posisi awal, jaga bola agar tetap dalam kontrol bola yang rapat setiap saat dan selesaikan secepat mungkin (Luxbacher, 2016)

UNUGIRI