

METODE ZIG-ZAG DALAM MENINGKATKAN LATIHAN TEKNIK DASAR DRIBLING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA KELAS V DI SD NEGERI 4 KECAPI KABUPATEN JEPARA

Hilmy Aliriad, Ainu Zuhriyah, Imam Nor Rif'an
Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro
rifanrifan90@yahoo.com.

Abstrak

Dribbling is one of the basic techniques that has quite an important role in the game of football, it is not surprising if football observers specifically state that the skill of a player can be seen in how a player dribbles the ball. The problem in this study is "whether the zig-zag method can improve the basic technical skills of dribbling in football games in SD Negeri 4 Kecapi?" The study aims to determine the level of basic dribbling techniques using the zig-zag method in football games at SD Negeri 4 Harp. This research is a PTK research, this class action research (CAR) is an action research conducted by a teacher with the aim to improve the quality of the implementation of classroom learning. Based on data processing taken using tests and measurements. The results of the study that as many as 18 students in the second cycle or 78.26% had completed learning compared to the data value of the first cycle of 8 students or 34.78%, and the second cycle of 5 students or 21.74% had not been completed compared to the value of the cycle I, 15 students or 65.22%. The results concluded that mendribble training was effective in increasing the ability of significant skills in zig-zag herding practice towards ability in soccer games at SDN 4 Kecapi.

Keywords: *Improvement, Training, Dribbling, Football.*

A. PENDAHULUAN

Ilmu pendidikan disebut pedagogik yang merupakan terjemahan dari Bahasa Inggris yaitu "pedagogics. Pedagogics sendiri berasal dari Bahasa Yunani yaitu "pais" yang artinya anak dan "again" yang artinya membimbing. Dari arti tersebut dapat dipahami bahwa pendidikan mengandung pengertian "bimbingan yang diberikan kepada anak. Orang yang memberikan bimbingan kepada anak disebut pembimbing atau pedagog. Dalam perkembangannya, istilah pendidikan (pedagogy) berarti bimbingan atau pertolongan yang diberikan kepada anak oleh orang dewasa secara sadar dan bertanggung jawab, baik mengenai aspek jasmaniahnya maupun aspek rohaniannya menuju ketinggian kedewasaan anak¹.

Menurut Husdarta² bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Berkaitan dengan hal tersebut, diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut berkembang, bahkan dengan penekanan yang

¹ Achmad Paturusi, "Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga," Jakarta: Rineka Cipta (2012).

² H J S Husdarta, "Manajemen Pendidikan Jasmani," Bandung: Alfabeta (2009).

cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut berkembang, baik langsung maupun tidak langsung, karena hasil-hasil kependidikan dari pendidikan jasmani dan olahraga tidak hanya terbatas pada manfaat penyempurnaan fisik atau tubuh semata, pengertian pendidikan jasmani tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dari aktivitas lain. Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani dan olahraga pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh³.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang paling digemari di dunia ini baik dari semua kalangan maupun usia. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya *club* dan sekolah-sekolah sepakbola yang dapat ditemukan dimana saja baik di kota manapun. Disamping itu untuk memainkan permainan sepakbola cukup mudah dan sangat menarik karena dimainkan secara tim atau kelompok. Yang menjadikan permainan ini semakin menarik adalah dituntutnya kerjasama dalam tim tersebut, permainan sepakbola dilakukan oleh dua tim yang setiap tim berjumlah 11 orang pemain. Dalam permainan sepakbola teknik merupakan salah satu factor pendukung yang sangat penting, kemampuan seseorang dalam bermain sepakbola sangat dipengaruhi oleh teknik yang dimilikinya. Apabila seorang pemain mempunyai kondisi fisik yang sangat baik dan mempunyai mental yang kuat tetapi tidak memiliki teknik yang baik maka hal tersebut akan sia-sia. Teknik dapat diperoleh setelah melakukan latihan yang cukup lama dan rutin melaksanakannya.

Pengaruh sepak bola terhadap aktivitas manusia begitu besar. Perhelatan sepak bola akbar seperti Piala Dunia dan Piala Eropa membuat seluruh sendi kehidupan berhenti dan seakan – akan tertuju hanya pada sepak bola. Tidak heran, pakar psikologi sosial dan para antropolog luar negeri menyebut Piala Dunia dan Piala Eropa sebagai “tribalisme modern”, yakni sebuah peperangan antar suku pada masa lampau yang terjadi di abad modern. Setiap bangsa (terutama peserta ajang Piala Dunia dan Piala Eropa) berperang dan bersaing untuk menjadi yang terbaik⁴.

Luxbacher⁵ mengatakan bahwa *dribbling* dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan pemain untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Beberapa orang berasumsi bahwa *dribbling* bola lebih sebagai seni daripada keterampilan. Pemain dapat mengembangkan dan menciptakan gayanya sendiri dalam *dribbling* bola selama tetap mencapai sasaran utama yaitu mengalahkan lawan dengan tetap menguasai bola. Sehingga dapat diambil suatu pengertian bahwa *dribbling* bola adalah suatu kemampuan menguasai bola dengan kaki oleh pemain dengan atau tanpa berlari untuk melewati lawan atau untuk membuka daerah pertahanan lawan.

³ Paturusi, “Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga.”

⁴ Syahrul Efendi Nasution, “ANALISIS KEMAMPUAN MANAJEMEN GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD/MI NEGERI” (2018).

⁵ Joe Luxbacher, *Sepakbola* (PT RajaGrafindo, 1997).

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepak bola, tidak heran jika para pengamat sepak bola khususnya menyatakan bahwa mahirnya seorang pemain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola. Menggiring bola (*dribbling*) dapat diartikan sebagai suatu teknik menggiring bola. Untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola, komponen yang perlu dilatih, seperti : kekuatan, kecepatan, kelentukan, kelincihan dan sebagainya⁶.

Melalui observasi yang dilakukan di SD Negeri 4 Kecapi ditemukan beberapa masalah terkait permainan sepakbola, khususnya di teknik dasar mendrible yang belum sesuai. Terdapat 15 siswa yang belum menguasai teknik dasar mendrible sedangkan terdapat 8 siswa yang sudah menguasai teknik dasar mendrible di SD Negeri 4 Kecapi.

Berdasarkan pengamatan penyebab yang paling dominan kurangnya keterampilan siswa dalam menggiring bola adalah dari siswa itu sendiri, disamping itu guru juga merupakan salah satu penyebab kurangnya keterampilan siswa dalam menggiring bola sebagai contoh jarang sekali melakukan latihan dalam permainan belum maksimal.

Oleh karena itu harapan melalui penelitian Tindakan Kelas (PTK) dapat menemukan solusi yang dihadapi guru dalam “Metode *Zig-zag* Dalam Meningkatkan Latihan Teknik Dasar *Dribling* Pada Permainan Sepak Bola Siswa Kelas V Di SD Negeri 4 Kecapi Kabupaten Jepara”.

Sehingga dari uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul : “Metode *Zig-zag* Dalam Meningkatkan Latihan Teknik Dasar *Dribling* Pada Permainan Sepak Bola Siswa Kelas V Di SD Negeri 4 Kecapi Kabupaten Jepara”.

B. METODE

Penelitian ini adalah Penelitian ini merupakan penelitian PTK, penelitian tindakan kelas ini (PTK) adalah penelitian tindakan yang dilakukan guru dengan tujuan untuk memperbaiki mutu pelaksanaan pembelajaran kelasnya⁷.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Tes adalah sebuah instrumen atau alat yang digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek, sedangkan pengukuran adalah mengumpulkan informasi⁸. Tes yang dilakukan untuk mengetahui tingkat keterampilan *dribling* di SD Negeri 4 Kecapi ini menggunakan tes *dribling zig-zag* menurut DEPDIKNAS tahun 1999.

Sugiyono⁹ mengatakan variabel penelitian pada dasarnya adalah sesuatu yang berbentuk apa saja yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan perumusan masalah dan pembatasan masalah yang telah ditetapkan, maka variabel dalam penelitian ini adalah latihan teknik dasar terhadap ketrampilan bermain sepakbola siswa kelas V (lima) di SDN 4 Kecapi. Agar tidak terjadi kesalah pahaman maka didefinisikan sebagai berikut:

⁶ Danny Mielke, “Dasar-Dasar Sepakbola,” *Bandung: Pakar Raya* (2007): 20–24.

⁷ Paul Suparno, “Riset Tindakan Untuk Pendidik,” *Grasindo, Jakarta* (2008).

⁸ Ali Maksum, “Metodologi Penelitian Dalam Olahraga” (Surabaya: Unesa University Press, 2012).

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: ALFABETA, 2016).

Ketrampilan bermain bola di sini adalah teknik dasar dalam bermain sepakbola untuk melakukan tes dan pengukuran dengan melewati beberapa rintangan dengan secepat-cepatnya. Tes yang digunakan untuk mengetahui ketrampilan bermain sepakbola yaitu dengan tes *dribling zig-zag* menurut DEPDIKNAS tahun 1999.

Instrumen Penelitian

Dalam Penelitian Tindak Kelas ini terdapat 2 siklus yaitu siklus I dan siklus II, didalam siklus terdiri dari 2 tahap yaitu perencanaan, tindakan atau perlakuan, observasi atau pengamatan dan refleksi. Siklus ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *dribling* bola dengan menggunakan metode *zig-zag*.

Teknik Pengumpulan Data.

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang dilakukan untuk memperoleh data yang berupa catatan tentang hasil pengamatan yaitu data observasi, hasil yang diperoleh dari pengamatan proses pembelajaran terhadap siswa yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana sikap dan perilaku siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dan pengamatan proses pembelajaran terhadap guru yang bertujuan untuk mengetahui guru dalam mengajar. Hasil tes siswa yaitu tes psikomotor dengan mengetahui hasil belajar siswa dalam menguasai teknik dasar *dribling*.

Analisis Data Lembar Observasi Untuk Guru

Observasi guru dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keaktifan guru dalam mengelola pembelajaran penjaskes materi *dribling* bola. Adapun aspek yang akan diamati dalam observasi guru berdasarkan rencana pelaksanaan pembelajaran. Aspek yang diamati tersebut.

Analisis Observasi Hasil Belajar Siswa

Observasi siswa dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keaktifan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran penjaskes materi *dribling* bola kaki. Adapun aspek yang akan diamati dalam observasi siswa dalam rencana pelaksanaan pembelajaran. aspek yang akan diamati tersebut.

Indikator Keberhasilan Penelitian

Penelitian ini dikatakan berhasil apabila sesuai dengan aspek yang diharapkan sebagai berikut:

1. Perangkat pembelajaran yang layak digunakan
2. Hasil perhitungan dari aspek observasi

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan yaitu melakukan pengamatan tes *dribling zig-zag* di SD Negeri 4 Kecapi kabupaten Jepara, yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan anak dalam melakukan *dribling zig-zag*. Selanjutnya merancang rencana pelaksanaan pembelajaran, lembar observasi dan bahan-bahan yang diperlukan.

Kemudian dilakukan observasi terhadap siswa dan guru yang dilakukan saat mempratikkan tes *dribling zig-zag* di SD Negeri 4 Kecapi kabupaten Jepara. Berdasarkan hasil tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar *dribling zig-zag* pada permainan sepakbola di SD Negeri 4 Kecapi kabupaten Jepara. Teknik *dribling* ini meningkatkan agar siswa dapat menguasai teknik tersebut, dan membantu siswa untuk mengetahui teknik *dribling zig-zag* yang benar.

Aspek yang diberikann berupa angket penilaian observasi kepada siswa dan guru. Didalam angket observasi tersebut terdapat 12 aspek sebagai acuan dalam penilaian yaitu aspek kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Penilaian aspek tersebut memberi skor dari nilai skor 1 menunjukkan nilai kurang baik, skor 2 menunjukkan nilai cukup baik, skor 3 menunjukkan nilai baik, skor 4 menunjukkan nilai sangat baik.

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan dikelas V SD Negeri 4 Kecapi kabupaten Jepara. Subyek penelitian pada penelitian tindakan kelas ini adalah siswa yang duduk di bangku kelas V yang berjumlah 23 siswa di SD Negeri 4 Kecapi kabupaten Jepara. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas tentang Upaya Meningkatkan Latihan Teknik Dasar Mendribble Pada Permainan Sepakbola Siswa Kelas V Di SD Negeri 4 Kecapi Kabupaten Jepara, khususnya keterampilan dalam *dribling zig-zag*. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada Ekstrakurikuler bola voli dilaksanakan dalam dua siklus. Jadwal pelaksanaan penelitian tindakan kelas sebagai berikut.

Tabel Jadwal Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas

No	Siklus	Hari/Tanggal	Waktu
1	Siklus I	Selasa, 16 april / 19 april 2019	15.00 – 16.30
2	Siklus II	Selasa, 23 april / 26 april 2019	15.00 – 16.30

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan yaitu pemberian latihan teknik dan fisik yang baik dapat dicapai melalui latihan yang terprogram dan teratur. Kemampuan teknik yang baik dihasilkan dari latihan gerak dasar yang baik serta kemampuan fisik yang baik akan diperoleh dengan latihan yang benar. Teknik menggiring bola (*dribling*) harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola karena teknik tersebut adalah salah satu teknik dasar dalam bermain sepakbola. Latihan menggiring bola *zig-zag* merupakan asumsi dari penelitian untuk diadaptasikan dengan metode latihan teknik menggiring bola (*dribling*).

Latihan menggiring bola *zig-zag* diharapkan para pemain dapat beradaptasi dengan lingkungan yang dihadapinya dan dapat mengembangkan keterampilan teknik mental maupun fisik untuk mencapai prestasi maksimal. Apabila seorang atlet mempunyai teknik-teknik sepakbola yang mumpuni dan didukung teknik mengoper bola yang bagus dan penempatannya yang bagus bisa menjadi andalan dalam suatu permainan. Sebuah bentuk latihan berupa menggiring bola *zig-zag* diharapkan dapat meningkatkan keterampilan teknik menggiring bola *zig-zag* siswa kelas V SD Negeri 4 Kecapi.

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dalam 2 siklus. Hasil penelitian pada tiap-tiap siklus dideskripsikan sebagai berikut.

1) Siklus I

a) Perencanaan (*Planning*)

1. menyusun RPP
2. menyiapkan peralatan *dribling zig-zag* untuk proses pembelajaran
3. menyiapkan instrumen observasi/ pengamatan proses pembelajaran dan alat untuk dokumentasi kamera
4. mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran.

b) Tindakan

1. Siklus I

Pertemuan pada siklus I ini dilaksanakan pada hari Selasa, 16 April 2019 dan 21 Februari 2018 pukul 15.00-16.30 yang dideskripsikan sebagai berikut.

a) Kegiatan awal

1. Siswa dibariskan, dan dibagi menjadi 2 syaf.
2. Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk pembelajaran yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu posisi dari sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir.
3. Sebelumnya siswa di berikan contoh menggiring bola dengan benar dengan gerakan *zig-zag*, dari mulai sikap awalan, pelaksanaan, dan sikap akhir dengan menggunakan bola.
4. Diberikan pengulangan gerak dasar menggiring bola dengan dengan gerakan *dribling zig-zag*.
5. Kegiatan tindakan dilakukan selama 1 minggu untuk 2 kali pertemuan setelah 2 kali pertemuan pada

b) Kegiatan Inti

1. Mengamati

Siswa di minta mengamati gambar teknik *dribling zig-zag* (saat perkenaan dengan bola, posisi badan, posisi kaki) dan menunjuk salah satu siswa untuk mempraktikan dan siswa yang lain mengamati sebagai sumber belajar.

2. Sesi Pertanyaan

Pelatih menanyakan bagaimana langkah-langkah melakukan *dribling zig-zag* dan bagaimana posisi badan dan kaki saat melakukan *dribling zig-zag*.

3. Sesi Mencoba

Setiap anak mencoba atau mempraktikkan teknik *dribling zig-zag*.

c) Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir pelatih memberikan kegiatan pendinginan. Pelatih menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar melakukan latihan mandiri di rumah. Pelatih menutup pelajaran dengan berdoa.

c) Observasi

1. Pertemuan Pertama

Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi. Hasil dari observasi yang dilakukan terhadap proses pembelajaran berjalan cukup baik. Hal tersebut dapat dilihat dari langkah-langkah guru sesuai dengan prosedur pada saat pembelajaran, dan pembelajaran berjalan dengan rencana yang diterapkan. Hasil observasi menunjukkan pelatih dalam memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar, pemanasan meliputi gerakan statis dan dinamis yang dilakukan urut dan penggunaan media sudah baik dan kreatif sehingga dapat diterapkan dan membantu memperlancar proses pembelajaran. Metode yang dilakukan pelatih adalah demonstrasi, komando, ceramah, jadi siswa menjadi lebih paham dan terkendali.

2. Pertemuan Kedua

Dari hasil observasi yang dilakukan pada pertemuan kedua, jalannya proses pembelajaran sudah mengalami peningkatan dibandingkan dengan pertemuan pertama. Peningkatan tersebut terjadi pada pelatih dan siswa. Dilihat dari segi pelatih pelaksanaan pembelajaran berjalan cukup baik, ada beberapa aspek dari hasil observasi yang meningkat, aspek tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: pelatih dapat mengkondisikan siswa dengan formasi yang tepat, saat membariskan siswa posisi membelakangi matahari dan urut ketinggian. Dalam menyampaikan perintah secara tegas dan jelas, menggunakan bahasa yang mudah dipahami. Guru memberikan motivasi kepada siswa, khususnya ketika siswa mulai kurang semangat dalam melakukan gerakan atau permainan. Pelatih juga memberikan pujian ketika siswa melakukan gerakan dengan benar ataupun memenangkan permainan yang dilaksanakan. Pelatih sudah memberikan evaluasi kepada siswa baik secara individual maupun kelompok. Pada saat ada siswa yang melakukan kesalahan, maka sejenak pelatih menghentikan proses pembelajaran dan mengevaluasi kesalahan siswa, serta memberikan contoh dan solusi yang seharusnya dilakukan. Evaluasi pembelajaran secara keseluruhan diberikan diakhir pembelajaran dan ditentukan dengan memberikan kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan siswa dan guru, peneliti akan memaparkan hasil belajar siswa berupa tingkat keterampilan *dribling zig-zag*.

Tabel 7 Analisis Keterampilan *dribling zig-zag* Siklus I

No	Klarifikasi Nilai	Jumlah	Presentasi %	Keterangan
1	$65 \leq X$	8	34,78	Tuntas
2	$X \geq 65$	15	65,22	Belum tuntas

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa 8 siswa atau 34,78% sudah tuntas dalam belajar dan 15 siswa atau 65,22% dinyatakan belum tuntas.

2) Siklus II

a) Perencanaan

- a. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan- kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup.
- b. Menyiapkan peralatan dribbling zig-zag untuk proses pembelajaran.
- c. Mempersiapkan instrumen untuk observasi/pengamatan proses pembelajaran dan alat untuk dokumentasi seperti kamera.
- d. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

b) Tindakan

a) Siklus II

Pertemuan pada siklus II ini dilaksanakan pada hari Selasa, 23 April 2019 / 26 April 2019 pukul 15.00 – 16.30 yang dideskripsikan sebagai berikut:

1) Kegiatan Awal

- a. Siswa dibariskan, dan dibagi menjadi 2 syaf.
- b. Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk pembelajaran yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu posisi dari sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir.
- c. Sebelumnya siswa di berikan contoh menggiring bola dengan benar dengan gerakan *zig-zag*, dari mulai sikap awalan, pelaksanaan, dan sikap akhir dengan menggunakan bola.
- d. Diberikan pengulangan gerak dasar menggiring bola dengan gerakan *zig-zag*.
- e. Kegiatan tindakan dilakukan selama 1 minggu untuk 2 kali pertemuan setelah 2 kali pertemuan pada minggu berikutnya diadakan menggunakan instrumen gerak dasar menggiring bola *zig-zag*.

2) Kegiatan Inti

a. Mengamati

Siswa di minta mengamati gambar teknik *dribbling zig-zag* (saat perkenaan dengan bola, posisi badan, posisi kaki) dan menunjuk salah satu siswa untuk mempratikan dan siswa yang lain mengamati sebagai sumber belajar. Selain itu, pelatih memberikan contoh dan mengambil sampel dari siswa yang sudah bisa dan siswa yang belum bisa sehingga siswa mengetahui kekurangannya dan teknik *dribbling zig-zag* yang benar.

b. Sesi Pertanyaan

Pelatih menanyakan bagaimana langkah-langkah melakukan *dribbling zig-zag* dan bagaimana posisi badan dan kaki saat melakukan *dribbling zig-zag*.

c. Sesi Percobaan

Setiap anak mencoba atau mempraktikkan teknik *dribbling zig-zag*.

d. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir pelatih memberikan kegiatan pendinginan. Pelatih menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar melakukan latihan mandiri di rumah. Pelatih menutup pelajaran dengan berdoa.

c) Observasi

a. Pertemuan Pertama

Setelah diberikan tindakan pada siklus I maka dilakukan kegiatan pada siklus II untuk melanjutkan proses penelitian. Dalam pertemuan pertama melakukan observasi terhadap apa yang disampaikan dan diperintahkan oleh pelatih siswa sudah tidak bingung lagi seperti pertemuan sebelumnya. Dalam menggunakan alat pembelajaran sudah secara efektif dan cukup baik dilakukan oleh siswa. Siswa dalam melakukan *dribbling zig-zag* sudah bersungguh-sungguh mengalami sedikit peningkatan dari pertemuan yang sebelumnya, pada pertemuan ini sudah berjalan cukup baik.

b. Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua pada siklus kedua merupakan lanjutan proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada pertemuan sebelumnya. Dalam pertemuan kedua ini melakukan observasi terhadap pelatih dan siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung. Hasil observasi pembelajaran penjas pada pertemuan kedua di siklus kedua mengalami peningkatan, dilihat dari segi guru pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan baik. Hal ini ditunjukkan dari aspek - aspek yang diamati melalui lembar pengamatan, beberapa diantaranya yaitu guru dalam memberikan pemanasan sesuai materi ajar, pemanasan dilakukan secara tepat dengan gerakan statis dan dinamis. Pelatih dalam menyampaikan penjelasan sudah secara jelas dan tegas. Untuk secara keseluruhan pembelajaran pada pertemuan kedua ini sebagian besar aspek-aspek yang diamati sudah memperoleh kriteria yang sangat baik. Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan siswa dan pelatih, peneliti akan memaparkan hasil belajar siswa berupa tingkat keterampilan *dribbling zig-zag*.

Tabel Analisis Keterampilan *Dribbling zig-zag* Siklus II

No	Klarifikasi Nilai	Jumlah	Presentasi %	Keterangan
1	$65 \leq X$	18	78,26	Tuntas
2	$X \geq 65$	5	21,74	Belum tuntas

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa 18 siswa atau 78,26% sudah tuntas dalam belajar dan 5 siswa atau 21,74% dinyatakan belum tuntas. Dapat di artikan bahwa tabel di atas ada peningkatan signifikan dari siklus I.

Dalam melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) langkah pertama adalah melakukan observasi pada proses mengajar oleh guru dan hasil belajar keterampilan gerak dasar menggiring bola dengan metode *zig-zag*. Kemudian dilakukan tes awal untuk menentukan tindakan yang akan dilakukan pada siklus pertama dan juga melihat prosentase hasil belajar pada setiap siklus untuk menentukan apakah tindakan yang dilakukan dapat meningkatkan hasil belajar.

Hasil Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan dan observasi. Pada siklus II tahap-tahap yang dilakukan merupakan perbaikan pada siklus sebelumnya. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini terdiri dari data tes yang berupa tingkat keterampilan gerak siswa yang diperoleh melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan materi *dribling zig-zag* dalam permainan sepakbola. Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan ketuntasan belajar siswa dengan modifikasi permainan pada sepakbola materi *dribling zig-zag* siswa kelas V di SD Negeri 4 Kecapi Kabupaten Jepara. Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak siswa. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *dribling zig-zag* diperoleh. Adapun Perbandingannya sebagai berikut:

Tabel Persentase perbandingan tingkat ketuntasan belajar pada siklus I dan siklus II

Siklus	Tuntas	Belum Tuntas
I	8	18
II	15	5

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siklus II sebanyak 18 siswa atau 78,26% telah tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I 8 siswa atau 34,78%, dan siklus II sebanyak 5 siswa atau 21,74% belum tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I, 15 siswa atau 65,22%. Tingkat kesulitan materi yang diajarkan juga akan mempengaruhi cepat lambatnya siswa dalam menguasai teknik tersebut sehingga guru harus mampu menjembatani keterbatasan tersebut. Disamping itu, lingkungan sekolah juga dapat mempengaruhi tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan. Hal ini seperti kualitas sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Dengan memiliki sarana yang lengkap maka guru akan mudah untuk memberikan materi pembelajaran dengan mudah untuk memodifikasi permainan yang didukung oleh kelengkapan sarana yang dimiliki.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan

mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan keterampilan gerak siswa.. Dimana hanya dengan memberikan pembelajaran yang mengajarkan teknik dasar dengan metode *zig-zag*. Dengan keadaan ini membuat permainan sepakbola tidak dapat berjalan dengan baik dikarenakan siswa tidak memiliki kemampuan teknik dasar yang baik. Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang siswa untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan latihan menggiring *zig-zag* terhadap kemampuan dalam permainan sepak bola di SD Negeri 4 Kecapi Kabupaten Jepara. Hasil Penelitian dari siklus II adalah 78,26% telah tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I adalah 34,78%. Dengan demikian rata-rata peningkatan dari siklus I dengan siklus II sebesar 44%.

DAFTAR PUSTAKA

- Husdarta, H J S. "Manajemen Pendidikan Jasmani." *Bandung: Alfabeta* (2009).
- Luxbacher, Joe. *Sepakbola*. PT RajaGrafindo, 1997.
- Maksum, Ali. "Metodologi Penelitian Dalam Olahraga." Surabaya: Unesa University Press, 2012.
- Mielke, Danny. "Dasar-Dasar Sepakbola." *Bandung: Pakar Raya* (2007): 20–24.
- Nasution, Syahrul Efendi. "ANALISIS KEMAMPUAN MANAJEMEN GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD/MI NEGERI" (2018).
- Paturusi, Achmad. "Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga." *Jakarta: Rineka Cipta* (2012).
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: ALFABETA, 2016.
- Suparno, Paul. "Riset Tindakan Untuk Pendidik." *Grasindo, Jakarta* (2008).