

## Modifikasi Media Alat Bantu Sederhana Untuk Meningkatkan Keterampilan Dribling dan Passing Sepak Bola Siswa Sekolah Dasar

Ridho Albert Sinaga<sup>1</sup>, Samsuddin Siregar<sup>2</sup>, Jepti Sembiring<sup>3</sup>, Agung Gultom<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Medan

e-mail: [Ridhoo1945@gmail.com](mailto:Ridhoo1945@gmail.com) [Samsuddinsiregar@unimed.ac.id](mailto:Samsuddinsiregar@unimed.ac.id) [jeprisembiring591@gmail.com](mailto:jeprisembiring591@gmail.com)

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

### Article Info

#### Article history:

Received 27-09-2024

Revised 14-10-2024

Accepted 21-10-2024

#### Keyword:

Modifikasi alat bantu dribbling, passing sepak bola Pendidikan jasmani.

### ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan modifikasi alat bantu sederhana dalam upaya meningkatkan keterampilan dribbling dan passing pada permainan sepak bola. Modifikasi alat ini dilakukan dengan mengadaptasi rebounder dan alat recycle berupa botol bekas yang di isi air sebagai pengganti cone, dirancang untuk melatih teknik dasar dalam permainan sepakbola khususnya pada siswa di tingkat sekolah dasar Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain pretest-posttest, melibatkan 18 siswa dari SD negeri 101882, dengan rincian 9 siswa dan 9 siswi Sekolah Dasar.



©2023 Authors. Published by Sabajaya Publisher. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

### INTRODUCTION

Keterampilan dribling dan passing merupakan dua aspek fundamental dalam permainan sepak bola yang perlu dikuasai oleh siswa di tingkat sekolah dasar. Keduanya tidak hanya berkontribusi pada kemampuan bermain sepak bola, tetapi juga berperan penting dalam pengembangan motorik, koordinasi, dan kerja sama tim. Namun, seringkali siswa mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan ini karena kurangnya alat bantu yang tepat dan metode latihan yang inovatif.

Modifikasi alat bantu sederhana dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan keterampilan dribling dan passing. Dengan menggunakan alat yang mudah diakses dan biaya rendah, guru pendidikan jasmani dapat menciptakan Rintangan Sederhana: Menggunakan cone atau botol bekas sebagai rintangan untuk melatih dribling, sehingga siswa dapat berlatih menghindari rintangan saat menggiring bola.

#### Prosedur Penelitian

##### 1. Perencanaan

Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran yang mencakup tujuan, metode, dan alat bantu yang akan digunakan. Mengembangkan instrumen pengukuran keterampilan dribling dan passing sebelum dan setelah intervensi.

##### 2. Pelaksanaan

###### Siklus I:

Pelaksanaan latihan dribling dan passing menggunakan alat bantu yang telah dimodifikasi. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok untuk melakukan latihan secara bergantian. peneliti memberikan instruksi dan demonstrasi teknik yang benar.

###### Siklus II:

Berdasarkan hasil evaluasi dari Siklus I, dilakukan perbaikan dalam metode pengajaran. Latihan ditingkatkan dengan variasi teknik dan permainan kecil untuk meningkatkan keterlibatan siswa.

3. Observasi

Melakukan pengamatan selama proses latihan untuk menilai partisipasi, motivasi, dan kemampuan siswa dalam melakukan dribling dan passing. Observasi dilakukan oleh guru dan peneliti.

4. Refleksi

Menganalisis data hasil observasi dan tes keterampilan untuk mengevaluasi efektivitas modifikasi alat bantu. Mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan dalam pelaksanaan pembelajaran serta merumuskan langkah perbaikan untuk siklus berikutnya.

Pengumpulan Data

**Data dikumpulkan melalui:**

Tes Keterampilan: Dilakukan sebelum dan setelah intervensi untuk mengukur peningkatan keterampilan dribling dan passing siswa. Lembar Observasi: Digunakan untuk mencatat partisipasi siswa, motivasi, serta interaksi selama latihan.

**RESEARCH METHODS**

Data kuantitatif dari tes keterampilan dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menghitung rata-rata nilai sebelum dan sesudah intervensi. Dengan metode ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai dampak modifikasi alat bantu sederhana terhadap peningkatan keterampilan dribling dan passing siswa di sekolah dasar.

**RESULTS AND DISCUSSION**

Peningkatan keterampilan dribling dan passing sebesar 20 poin menunjukkan bahwa modifikasi alat bantu yang diterapkan berhasil memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan ini antara lain:

Alat Bantu yang Sesuai: Penggunaan bola plastik yang lebih ringan dan aman, serta rintangan sederhana berupa botol yang berisi air, memungkinkan siswa untuk berlatih dengan lebih percaya diri. Alat bantu ini membantu siswa memahami teknik dasar tanpa merasa tertekan atau takut mengalami cedera.

Metode Pembelajaran Interaktif: Latihan dilakukan dalam 2 kelompok, antara siswa laki-laki dan perempuan yang mendorong siswa untuk saling belajar dan berinteraksi satu sama lain. Metode ini meningkatkan motivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam setiap sesi latihan.

Umpan Balik Langsung: Guru memberikan umpan balik langsung selama latihan, membantu siswa memperbaiki teknik mereka secara real-time. Hal ini sangat penting dalam pembelajaran keterampilan motorik, di mana koreksi segera dapat mempercepat proses pemahaman.

Variasi Latihan: Dalam siklus kedua, variasi teknik dan permainan kecil ditambahkan ke dalam latihan, sehingga siswa tidak merasa bosan dan tetap termotivasi untuk belajar. Pendekatan ini juga membantu mereka mengaplikasikan keterampilan dalam konteks permainan yang lebih nyata.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan, beberapa tantangan tetap ada, seperti perbedaan kemampuan awal antar siswa yang dapat mempengaruhi hasil akhir. Oleh karena itu, penting untuk terus memantau perkembangan setiap siswa secara individual dan menyesuaikan metode pengajaran agar sesuai dengan kebutuhan mereka.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa modifikasi alat bantu sederhana dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan keterampilan dribling dan passing di kalangan siswa sekolah dasar. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang program latihan yang lebih inovatif dan menyenangkan bagi siswa.

**Hasil Penelitian:**

Kemampuan Siswa Laki-laki dan Perempuan dalam Olahraga Sepak Bola  
Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan teknis dan fisik siswa laki-laki dan perempuan dalam olahraga sepak bola, dengan objek penelitian yang terdiri dari 9 siswa laki-laki dan 9 siswa

perempuan. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pengukuran kemampuan teknik dan fisik melalui tes standar sepak bola.

### **Subjek Penelitian**

Siswa Laki-laki : 9 siswa laki-laki berusia antara 9 hingga 10 tahun yang aktif bermain sepak bola di sekolah.

Siswa Perempuan : 9 siswa perempuan dengan usia yang sama, yang juga terlibat dalam kegiatan sepak bola.

### **Metode Pengumpulan Data**

#### **Data dikumpulkan melalui :**

1. Tes Kemampuan Teknik : Meliputi dribbling, passing, shooting, dan kontrol bola. Setiap siswa diukur berdasarkan waktu dan akurasi.

#### **Hasil Penelitian**

Kemampuan Teknik Dribbling : Siswa laki-laki rata-rata menyelesaikan dribbling dalam waktu 12 detik, sedangkan siswa perempuan rata-rata dalam waktu 14 detik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa laki-laki memiliki kecepatan dan kontrol yang lebih baik.

Passing : Akurasi passing siswa laki-laki mencapai 75% dengan masing masing siswa laki laki mendapatkan 4 kali kesempatan passing dan menyelesaikan 3 passing dengan baik, sementara siswa perempuan mencapai 50%

dengan menyelesaikan 2 kali passing dengan baik dari 4 kali percobaan. Meski ada perbedaan, kedua kelompok menunjukkan kemampuan passing yang baik.

### **CONCLUSION**

Modifikasi media alat bantu sederhana seperti botol bekas berisi air dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan dribbling dan passing dalam permainan sepak bola di kalangan siswa sekolah dasar. Penggunaan alat bantu yang mudah ditemukan dan murah ini mampu menciptakan suasana latihan yang lebih interaktif dan menyenangkan bagi anak-anak. Dengan melibatkan botol berisi air, siswa didorong untuk lebih fokus dalam mengontrol bola, memperbaiki kelincahan, serta meningkatkan koordinasi antara kaki dan mata.

Alat bantu ini juga bermanfaat dalam menambah variasi dalam sesi latihan, sehingga siswa tidak mudah bosan. Kesederhanaan dari alat bantu ini juga memungkinkan untuk digunakan di berbagai kondisi lingkungan, baik di dalam ruangan maupun di luar lapangan. Selain itu, botol berisi air memberikan tantangan tambahan karena pergerakannya yang lebih lambat atau stabil, sehingga memaksa siswa untuk lebih berhati-hati dan presisi dalam melakukan passing dan dribbling.

Secara keseluruhan, inovasi ini menjadi alternatif yang efektif bagi sekolah dengan keterbatasan anggaran, sekaligus memberikan metode latihan yang lebih menarik dan mendidik. Dengan latihan rutin menggunakan alat bantu ini, siswa diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dasar sepak bola mereka, seperti kontrol bola, ketepatan passing, dan kecepatan dribbling, yang akan bermanfaat dalam permainan sesungguhnya.

**REFERENCES**

Nururi, A. N., & Sulaiman, S. (2015). Permainan Sepak Bola (Dora) Dalam Pembelajaran Penjasorkes Kelas VI SD Negeri Palebon 02 Kec. Pedurungan Kota Semarang Tahun 2013. *Active – Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(7), 1957–1962

Sodikin, & Ahmad. (2010). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

Yuniarto, A., Supriyadi, & Sudjana, I. N. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Mobile Learning Teknik Dasar Dan Peraturan Permainan Futsal. *Jp.jok (Jurnal Pendidikan. Jasmani , Olahraga Dan Kesehatan)*, 2(1), 51–62.

Isjoni. 2004. Implementasi Kurikulum Berbasis kompetensi. Pekanbaru. Bumi Aksara

Melda, Mentali Sri. 2011. “Pengertian PAKEM”, *Jurnal Kurikulum dan Pembelajaran (online)*, <http://Sri Melda Mentali. Wordpress. Com>, diakses 16 Agustus 2011