

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK *PASSING* DAN *STOPPING*  
MELALUI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN  
SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS XI IPS 3  
SMA NEGERI 1 KUANTAN MUDIK**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelara Strata Satu (S1) Sarjana Pendidikan Penjaskesrek  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam Riau*



**OLEH**

**YOGI SALI JULIA SAPUTRA**  
NPM. 156610327

**PEMBIMBING**



**Drs. Daharis, M. Pd**  
NIDN. 0020056109

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU  
PENDIDIKAN UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2020**

## PENGESAHAN SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK *PASSING* DAN *STOPPING* MELALUI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 1 KUANTAN MUDIK

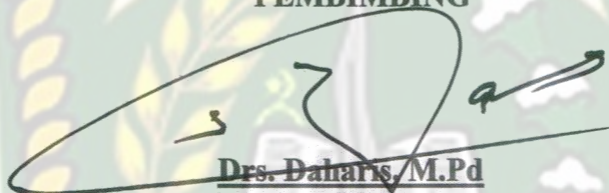
Dipersiapkan Oleh

Nama : Yogi Sali Julia Saputra

NPM : 156610327

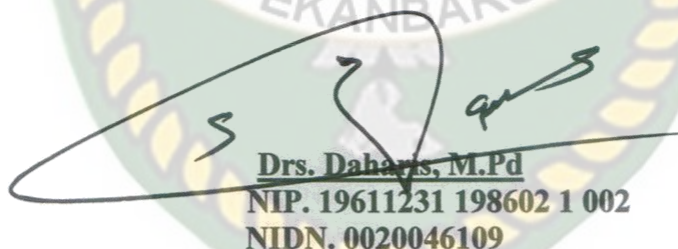
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

PEMBIMBING



Drs. Daharis, M.Pd  
NIDN. 0020046109

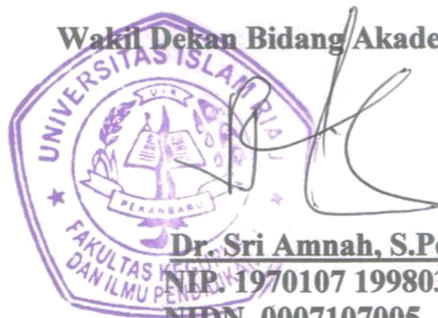
Mengetahui,  
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Drs. Daharis, M.Pd  
NIP. 19611231 198602 1 002  
NIDN. 0020046109

Skripsi Ini Telah diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau

Wakil Dekan Bidang Akademik FKIP UIR



Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si  
NIP. 1970107 199803 2 022  
NIDN. 0007107005

## PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Yogi Sali Julia Saputra  
NPM : 156610327  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : **UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK PASSING DAN STOPPING MELALUI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 1 KUANTAN MUDIK**

Disetujui Oleh :

Pembimbing

  
**Drs. Daharis, M.Pd**  
**NIDN. 0020046109**

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

  
**Drs. Daharis, M.Pd**

NIP. 1961 1231 198602 1 002

Pembina Tk. I/Lektor Kepala IV/b

NIDN. 0020046109

Sertifikat Pendidik. 101345502295

## SURAT KETERANGAN

Kami selaku pembimbing skripsi ini, dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut di bawah :

Nama : Yogi Sali Julia Saputra  
NPM : 156610327  
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul:

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK *PASSING* DAN *STOPPING* MELALUI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 1 KUANTAN MUDIK**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Pembimbing



**Drs. Daharis, M.Pd**  
NIDN. 0020046109

## ABSTRAK

**Yogi Sali Julia Saputra, 2020. Upaya Meningkatkan Teknik *Passing* Dan *Stopping* Melalui Metode Bermain Dalam Pembelajaran Sepak Bola Pada Siswa Kelas XI IPS 3 Negeri 1 Kuantan Mudik.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan teknik *passing* dan *stopping* permainan sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI. IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK). Instrument dalam penelitian ini adalah Perencanaan, Siklus I, Siklus II, Observasi, Refleksi, Dan Test. Berdasarkan pembelajaran yang dilakukan pada siklus I dan siklus II didapat hasil pada siklus I dari 25 orang siswa terdapat 15 orang siswa yang memenuhi KKM dengan persentase ketuntasan 60% dan yang belum memenuhi KKM terdapat 10 orang siswa dengan persentase 40%. Sedangkan pada siklus II dari 25 orang siswa terdapat 21 orang yang memenuhi KKM dengan persentase 84% dan yang belum memenuhi KKM terdapat 4 orang siswa dengan persentase 16%.

**Kata Kunci : Upaya Meningkatkan Teknik *Passing* dan *Stopping* Melalui Metode Bermain Dalam Pembelajaran Sepak Bola Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik**

## ABSTRACT

**Yogi Sali Julia Saputra, 2020. Efforts to Improve Passing and Stopping Techniques Through Playing Methods in Learning Football in Class XI IPS 3 Students of SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.**

This study aims to determine the improvement of passing and stopping techniques of soccer games through the playing method in class XI students. XI IPS 3 of SMA Negeri 1 Kuantan Mudik. This type of research uses classroom action research (CAR). The instruments in this study were Planning, Cycle I, Cycle II, Observation, Reflection, and Test. Based on the learning done in the first cycle and second cycle, the results obtained in the first cycle of 25 students there are 15 students who meet the KKM with a percentage of completeness 60% and those who do not meet the KKM there are 10 students with a percentage of 40%. While in cycle II out of 25 students there were 21 students who met the KKM with a percentage of 84% and those who did not meet the KKM there were 4 students with a percentage of 16%.

**Keywords: Efforts to Improve Passing and Stopping Techniques Through Playing Methods in Soccer Learning in Class I IPS 3 Senior High School 1 Kuantan Mudik**

## BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap :

Nama : Yogi Sali Julia Saputra  
NPM : 156610327  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Pembimbing : Drs. Daharis, M. Pd  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : **UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK *PASSING* DAN *STOPPING* MELALUI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 1 KUANTAN MUDIK**

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
19-10-2018	Pendaftaran judul dan diberikan pembimbing	
04-03-2019	Perbaiki Penulisan, Tambahkan jurnal	
24-04-2019	Perbaiki Penulisan, Tambahkan Teori	
16-05-2019	Acc ujian proposal	
02-08-2019	Ujian Seminar Proposal	
30-08-2019	Revisi Seminar Proposal	
13-09-2019	Membuat Surat Riset	
23-09-2019	Melakukan Penelitian, Pengumpulan data dan Pengolahan data	
18-11-2019	Acc Ujian Skripsi	



Pekanbaru, Februari 2020  
Wakil Dekan Bidang Akademik

**Dr. Sri Amnah S, S.Pd., M.Si**  
NIP. 1970 10071998 032002  
NIDN. 0007107005

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama: Yogi Sali Julia Saputra  
NPM : 156610327  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK *PASSING* DAN *STOPPING* MELALUI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA NEGERI 1 KUANTAN MUDIK

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penelitian yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan dibimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan persidangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru, Februari 2020



**YOGI SALI JULIA SAPUTRA**  
**NPM. 156610327**



## KATA PENGANTAR

Assalaamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokaatuh,

Alhamdulillah, Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas berkah dan rahmad-Nya dan shalawat serta salam untuk Nabi Muhammad Shallallahu'Alaihi Wa Sallam, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Upaya Meningkatkan Teknik *Passing* Dan *Stopping* Melalui Metode Bermain Dalam Pembelajaran Sepak Bola Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.”**

Skripsi ini terwujud atas bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Daharis, M. Pd selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau dan juga selaku pembimbing saya yang telah banyak memberi masukan dan juga saran dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Dr. Saproni, M. Ed selaku pembimbing akademik juga turut serta memberikan arahan dan bimbingan.
3. Bapak Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
4. Kepala Tata Usaha dan Bapak/Ibu Staf Tata Usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

5. Teristimewa kepada Ibunda Tuti Asleli dan Ayahanda M. Syahadan tercinta atas doa dan nasihat yang tidak pernah surut serta dukungan materi serta curahan kasih sayang yang diberikan kepada penulis.
6. Spesial buat seseorang selalu memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, serta semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikan yang telah kalian berikan kepada penulis. Aamiin.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu segala ide, kritik, dan saran yang konstruktif senantiasa penulis harapkan untuk perbaikan dan kemajuan penulis di masa mendatang. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk semua pihak. Aamiin.

Wassalaamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokaatuh.

Pekanbaru, Februari 2020

Penulis,

## DAFTAR ISI

<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI</b> .....	<b>vi</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
A. Landasan Teori.....	7

1. Hakikat <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Dalam Permainan Sepak Bola .....	7
a. Pengertian <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Dalam Permainan Sepak Bola .....	7
b. Teknik Dasar <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepak Bola .....	11
2. Hakikat Metode Bermain .....	15
a. Pengertian Metode Bermain .....	15
b. Bentuk Latihan Bermain <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Dalam Permainan Sepak Bola .....	15
B. Kerangka Pemikiran .....	18
C. Pertanyaan Penelitian .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Jenis Penelitian .....	20
B. Populasi dan Sampel .....	25
1. Populasi .....	25
2. Sampel .....	25
C. Tempat Penelitian .....	26
D. Definisi Operasional .....	26
E. Pengembangan Instrumen .....	26
F. Teknik Pengumpulan Data .....	31
G. Teknik Analisis Data .....	32
H. Indikator Kerja .....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	34

1. Data Hasil Pembelajaran Teknik Dasar <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepak Bola Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, Pada Siklus I.....	34
2. Data Hasil Pembelajaran Teknik Dasar <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepak Bola Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, Pada Siklus II.....	36
B. Analisis Data .....	38
1. Analisis Hasil Pembelajaran <i>Passing</i> Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus I.....	38
2. Analisis Hasil Pembelajaran <i>Stopping</i> Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus I.....	39
3. Analisis Hasil Pembelajaran <i>Passing</i> Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus II .....	41
4. Analisis Hasil Pembelajaran <i>Stopping</i> Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus II .....	43
C. Pembahasan.....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1 Jumlah Populasi Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.....</b>	<b>25</b>
<b>Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Pembelajaran Sepak Bola .....</b>	<b>30</b>
<b>Tabel 3.3 Kategori Aktivitas Siswa.....</b>	<b>32</b>
<b>Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Siklus I Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.....</b>	<b>35</b>
<b>Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Siklus II Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.....</b>	<b>37</b>

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pelaksanaan <i>Passing</i> Kaki Bagian Dalam.....	12
Gambar 2. Pelaksanaan <i>Passing</i> Kaki Bagian Dalam.....	13
Gambar 3. Pelaksanaan <i>Stopping</i> Kaki Bagian Dalam.....	14
Gambar 4. Permainan Sepak Bola Kucing-Kucingan.....	17
Gambar 5. Permainan Sepak Bola 5 v 5.....	18
Gambar 6. Model Dasar Tindakan Penelitian Kelas.....	21
Gambar 7. Pengarahan Dari Peneliti.....	71
Gambar 8. Pemanasan Dipimpin Oleh Peneliti .....	71
Gambar 9. Pelaksanaan Materi.....	72
Gambar 10. Pendinginan Dipimpin Oleh Peneliti .....	72

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

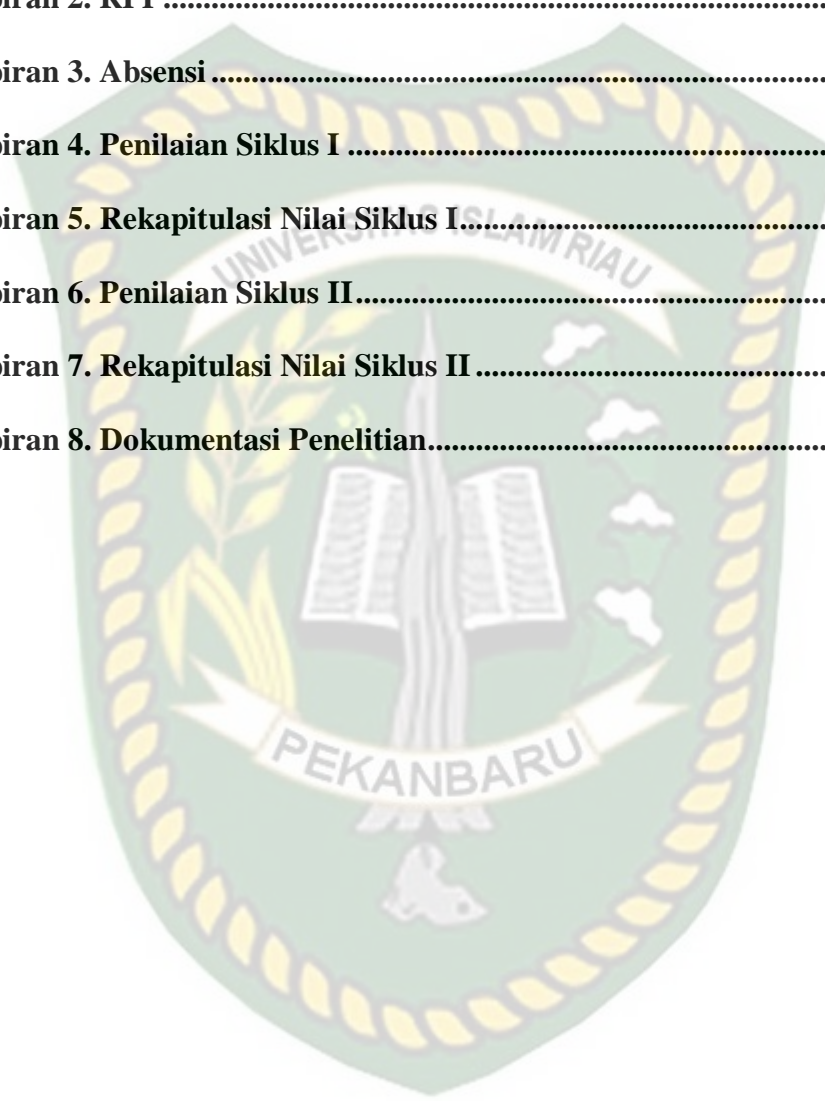
Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Silabus .....	53
Lampiran 2. RPP .....	56
Lampiran 3. Absensi .....	64
Lampiran 4. Penilaian Siklus I .....	65
Lampiran 5. Rekapitulasi Nilai Siklus I .....	66
Lampiran 6. Penilaian Siklus II .....	68
Lampiran 7. Rekapitulasi Nilai Siklus II .....	69
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian .....	71

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau





## DAFTAR GRAFIK

<b>Grafik 1. Diagram Hasil Pembelajaran Siklus I Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik .....</b>	<b>35</b>
<b>Grafik 2. Diagram Hasil Pembelajaran Siklus II Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik .....</b>	<b>37</b>



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, dengan berolahraga akan menjadikan sebagai salah satu bagian dari pembangunan nasional. Olahraga adalah aktivitas yang mengandung sifat atau ciri permainan dan melibatkan unsur perjuangan mengendalikan diri sendiri atau orang lain atau konfrontasi dengan faktor alam.

Sementara pendidikan olahraga sebagai alat pendidikan norma-norma dan nilai yang sesuai dengan karakteristik setiap cabang olahraga yang dipilih menjadi bahan kegiatannya. Seperti diketahui bahwa kegiatan pendidikan olahraga adalah gerak manusia, dan melalui gerak itu manusia menyatakan dan mengembangkan dirinya. Dengan tujuan memberikan latihan untuk pembentukan pengetahuan, sikap atau watak, kepribadian serta kesegaran jasmani yang penting bagi kita.

Tujuan olahraga ini meliputi dasar-dasar konsep dan falsafah pendidikan olahraga, falsafah kehidupan yang sehat, perkembangan organ tubuh dalam mencapai kesegaran jasmani dan latihan-latihan dalam kesegaran jasmani. Seiring dengan Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 25 Ayat (6) yang berisi “untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat di bentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta di selenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan.”

Pembinaan olahraga harus dilakukan baik sesuai dengan kurikulum yang telah diciptakan oleh pemerintah. Seiring dengan hal tersebut, tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan di SMA ialah membantu siswa untuk memperbaiki derajat kesehatan dan kebugaran jasmani yang disertai dengan pengembangan penguasaan teknik dalam berolahraga.

Ada salah satu cabang olahraga yang ada dalam kurikulum pendidikan jasmani adalah olahraga sepak bola. Sepak bola adalah olahraga yang sangat digemari diseluruh dunia. Sepak bola dapat dimainkan sangat sederhana dengan hanya adanya lapangan, halaman yang luas, dan bola. Ada beberapa teknik dalam permainan sepak bola seperti menggiring bola (*dribbling*), menembak (*shooting*), menyundul (*heading*), serta mengoper (*passing*) dan menghentikan bola (*stopping*).

Menurut Amansyah dan Ricko Tampaty Sinaga (2015: 24) 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 sepak bola yang dapat ditemukan dimana saja baik di kota manapun.

Dalam skripsi ini akan membahas tentang *passing* dan *stopping*. *Passing* dan *stopping* adalah teknik mengoper atau memindahkan bola dari satu pemain kepada pemain lainnya dalam sebuah pertandingan sepak bola. Teknik *passing* dan *stopping* sangat perlu dikuasai oleh para pemain sepak bola agar sebuah permainan dapat di kendalikan, dan memudahkan pemain dalam melakukan sebuah serangan ke pertahanan lawan.

Namun berdasarkan pengamatan penulis terhadap pembelajaran permainan sepak bola pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, banyak ditemukan permasalahan-permasalahan yang terjadi sehingga menyebabkan rendahnya hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjas Orkes khususnya pada materi *passing* dan *stopping* dalam permainan sepak bola, sehingga harus segera diatasi agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik supaya siswa mendapatkan nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah di tentukan guru.

Ada beberapa permasalahan yang terdapat pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik pada proses pembelajaran *passing* dan *stopping* dalam permainan sepak bola, diantaranya :

- 1) Pada kondisi awal dari 25 siswa hanya beberapa siswa yang tuntas mencapai KKM dan beberapa siswa masih belum mencapai KKM yang telah ditentukan yaitu dengan nilai 78.
- 2) Siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mempraktikkan teknik dasar *passing* dan *stopping* pada permainan sepak bola, karena siswa lebih senang langsung melakukan permainan sepak bola dari pada melakukan teknik dasarnya terlebih dahulu, sehingga mempengaruhi hasil pembelajaran.
- 3) Minimnya sarana dan prasarana sehingga pembelajaran kurang efektif, seperti bola yang jumlahnya 1 dan lapangan sepak bola yang tidak sesuai karena tanahnya tidak rata sehingga mempengaruhi pembelajaran.

Untuk memperbaiki hal tersebut di perlukan metode belajar yang tepat, salah satunya adalah melalui metode bermain. Penerapan metode bermain ini dilakukan untuk memberikan perbaikan penguasaan teknik *passing* dan *stopping* yang dimiliki siswa. Metode bermain ini merupakan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran dengan cara yang menyenangkan. Sehingga dengan penerapan metode bermain ini diharapkan siswa dapat melebihi nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah di tentukan oleh guru 78. Pemilihan metode bermain ini karena belum adanya penerapan metode bermain oleh guru sehingga materi *passing* dan *stopping* pembelajaran sepak bola belum dapat dipahami dan dikuasai dengan baik oleh siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul **Upaya Meningkatkan Teknik *Passing* dan *Stopping* Melalui Metode Bermain Dalam Pembelajaran Sepak Bola Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.**

#### **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang diatas, peneliti mengidentifikasi bahwa rendahnya aktivitas siswa dalam pelaksanaan pembelajaran *passing* dan *stopping* sepak bola disebabkan karena minimnya penerapan metode sehingga siswa cenderung bosan dan kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran dan berakibat pada hasil pembelajaran yang diperoleh siswa.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti membatasi masalah pada upaya meningkatkan hasil pembelajaran *passing* dan *stopping* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi, dan batasan masalah pokok maka dapat dirumuskan sebagai berikut : “Apakah dengan menggunakan metode bermain dapat meningkatkan teknik *passing* dan *stopping* dalam pembelajaran sepak bola pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan teknik *passing* dan *stopping* permainan sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

### **F. Manfaat Penelitian**

Bertitik tolak dari tujuan yang dicapai dalam penelitian ini diharapkan berguna untuk :

1. Bagi penulis, untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan Strata Satu (S1). Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Bagi siswa, dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping* permainan sepak bola.

3. Bagi guru, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan teknik hasil belajar *passing* dan *stopping* pembelajaran sepak bola.
4. Bagi sekolah, sebagai peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru, sehingga pada akhirnya mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.
5. Bagi fakultas, sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.



Dokumen ini adalah Arsip Miilik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakikat *Passing* dan *Stopping* dalam Permainan Sepak Bola

###### a. Pengertian *Passing* dan *Stopping* dalam Permainan Sepak Bola

Bagi seorang pemain penguasaan kemampuan *passing* dan *stopping* menjadi faktor sangat penting yang menentukan keberhasilan suatu tim untuk mencapai kemenangan, hal ini di karenakan jika seluruh pemain memiliki kemampuan *passing* dan *stopping* yang baik, maka akan memudahkan dalam menyusun taktik menyerang ke daerah lawan, sehingga peluang memasukkan bola ke gawang lawan menjelaskan kebanyakan *passing* dilakukan dengan kaki bagian dalam karena menjadi lebih besar.

Menurut Robert (2007: 19) *passing* atau mengoper berarti memindahkan bola dari kaki pemain ke kaki pemain lain, dengan cara menendangnya. Ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan.

Menurut Mielke (2003: 19) *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari suatu pemain ke pemain lain. Kamu dapat menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka lebih besar dan berpeluang melakukan *shooting* yang lebih banyak jika dapat melakukan *passing* dengan keterampilan dan ketepatan yang tinggi. Menurut Hidayat dalam Azi Faiz Ridlo dan Iman Saifulloh (2018: 118) *passing-stopping* adalah teknik memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain sedangkan



*stopping* teknik menghentikan bola menggunakan kaki. Menurut Mielke dalam Azi Faiz Ridlo dan Iman Saifulloh (2018: 118) *passing-stopping* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola.

Menurut Luxbacher (2016: 11) *passing* memiliki pengertian mengoper bola pada teman. *Passing* atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang di operkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu. Sedangkan menurut Nurhadi (2014: 43) *passing* merupakan sebuah seni memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya yang dilakukan dengan ketepatan tinggi.

Berdasarkan pemaparan tokoh di atas di simpulkan bahwa *passing* atau operan dalam permainan sepak bola yaitu memindahkan atau mengoper bola dari satu pemain ke pemain yang lainnya dengan ketepatan dan akurasi yang baik sehingga menghasilkan permainan yang baik.

Selain *passing*, salah satu teknik penguasaan bola adalah *stopping* (menahan bola), *stopping* memiliki peran sangat penting dalam permainan sepak bola karena apabila seorang pemain tidak memiliki kemampuan *stopping* yang baik maka akan sulit untuk mengatur sebuah serangan.

Menurut Arfan (2013: 6) menerima bola atau kontrol bola (menghentikan bola) juga merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Bola yang dioper teman harus dapat diterima dengan baik dan benar agar tetap terjaga dalam penguasaan kita.

Menurut Mielke (2003: 29) *stopping* terjadi ketika seorang pemain menerima *passing* atau menyambut bola dan mengontrolnya sedemikian rupa

sehingga pemain pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*, *passing*, atau *shooting*. Saat melakukan *stopping*, pemain menggunakan bagian tubuh yang sah (kepala, tubuh, dan kaki) agar bola tetap berdekatan dengan tubuh. *Stopping* adalah metode mengontrol bola yang paling sering digunakan pemain ketika menerima bola dari pemain lain.

Menurut Robert (2007: 29) *stopping* atau menghentikan bola adalah menghadang bola yang datang melaju kearah seorang pemain, baik dengan kepala, dada, paha, maupun kaki. Menurut Luxbacher (2016:13) *stopping* adalah kemampuan untuk menjadikan tubuh menjadi “target yang lunak” dengan menarik bagian tubuh yang akan menerima bola saat bola datang untuk mengurangi benturan.

Menurut Sucipto, dkk dalam Nurhadi Santoso (2014: 44), menghentikan bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola diudara sampai setinggi paha. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk di dalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk *passing*.

Menurut Hidayat dalam Azi Faiz Ridlo dan Iman Saifulloh (2018: 118) *stopping* teknik menghentikan bola menggunakan kaki. Menurut Slamet dalam Arfan Labani (2013: 6) menahan atau menghentikan bola dalam permainan sepak bola bukan berarti bola langsung dihentikan, tetapi terus dimainkan dibawa bergerak atau dioperkan kepada kawan. Supaya dapat menerima atau menahan

bola dengan baik perlu memperhatikan datangnya bola, baik bola datar atau menggulir di tanah maupun bola udara atau bola lambung.

Menurut Depdiknas dalam Arfan Labani (2013: 6) Cara menggantikan bola dengan menggunakan bagian badan untuk menerima bola terdiri dari :

- 1) Telapak kaki
- 2) Kaki bagian dalam
- 3) Kaki bagian luar
- 4) Punggung kaki
- 5) Paha
- 6) Dada
- 7) Kepala

Berdasarkan pemaparan tokoh diatas disimpulkan bahwa bahwa *stopping* merupakan kemampuan tubuh untuk menerima dan merespon dengan baik bola yang datang dari operan teman, baik bola datang dengan kecepatan tinggi ataupun rendah. Maka penempatan posisi tubuh sangat penting pada saat melakukan *stopping* agar bola tidak jauh dari penguasaan kita.

#### **b. Teknik Dasar *Passing* dan *Stopping* Sepak Bola**

Untuk dapat melakukan *passing* dan *stopping* dengan baik dan benar seorang pemain harus dapat menguasai teknik dasar cara melakukan *passing* dan *stopping*. Mielke (2003: 20) menjelaskan *passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Agar berhasil, tubuh pemain yang melakukan *passing* harus

sebidang dengan arah *passing* maksudnya adalah bahwa bahu, tubuh, dan pinggul dihadapkan pada arah *passing*.

Ketika tubuhmu telah sebidang dengan arah *passing*, tarik kaki yang akan digunakan untuk menendang ke arah belakang dengan kaki kesamping, sehingga kaki bagian dalam menghadap ke bola. Pertahankan kepalamu tetap menghadap ke bola dan kaki yang digunakan untuk tumpuan di tempatkan di samping bola untuk menjaga keseimbangan. Sentuhlah bola dengan kakibagian dalam yang merupakan permukaan tendangan yang paling datar. Berikut gambar *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam :



**Gambar 1. Pelaksanaan *Passing* Kaki Bagian Dalam  
(Mielke, 2003:20)**

Menurut Luxbacher (2016: 12) keterampilan pengoperan bola yang paling dasar dan harus anda pelajari terlebih dahulu biasanya di sebut dengan *push pass* (operan dorong) karena bagian samping dalam kaki sebenarnya mendorong bola.

Teknik pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard.

Cara pelaksanaannya :

Persiapan :

- 1) Berdiri menghadap target
- 2) Letakan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola
- 3) Arahkan kaki ke target
- 4) Bahu dan pinggul lurus dengan target
- 5) Tekukan sedikit lutut kaki
- 6) Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang
- 7) Tempatkan kaki dalam posisi menyamping
- 8) Tangan di rentangkan untuk menjaga keseimbangan
- 9) Fokuskan perhatian pada bola

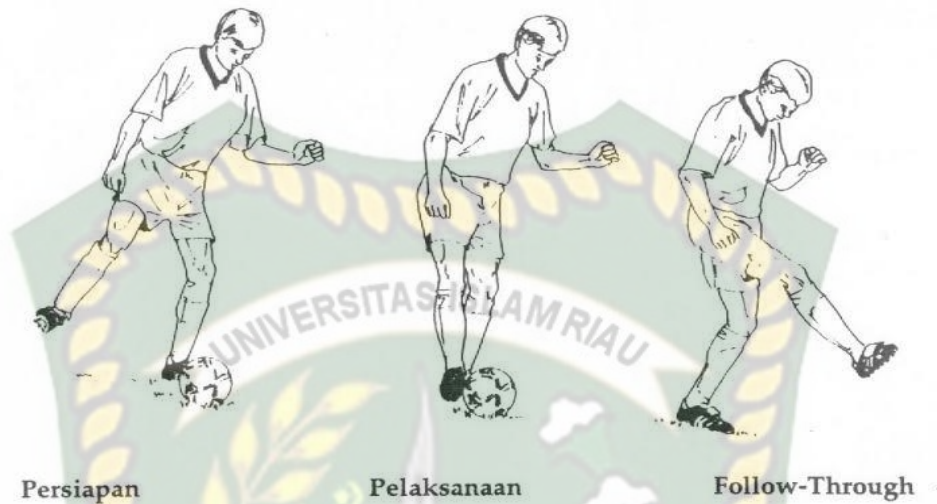
Pelaksanaan :

- 1) Tubuh berada di atas bola
- 2) Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan
- 3) Jaga kaki agar tetap lurus
- 4) Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki

Gerakan akhir :

- 1) Pindahkan berat badan ke depan
- 2) Lanjutkan gerakan searah dengan bola
- 3) Gerakan akhir berlangsung dengan mulu

Perhatikan gambar 2 untuk lebih jelas



**Gambar 2. Pelaksanaan *Passing Kaki Bagian Dalam* (Luxbacher, 2016:12)**

Saat bermain selain melakukan *passing* dengan baik seorang pemain juga harus bisa melakukan *stopping* dengan baik. Agar dapat menguasai jalannya pertandingan sehingga bisa dengan mudah mengatur sebuah serangan dengan baik. Berikut cara melakukan *stopping* yang bisa dijadikan acuan menurut para ahli.

Mielke (2003: 30) menjelaskan cara paling sederhana dan paling efektif untuk *stopping* bola adalah dengan menggunakan kaki. Mengontrol bola menggunakan kaki memungkinkan kamu bermain dengan lebih cepat. Di kebanyakan situasi, lebih baik menggunakan kaki (bagian dalam) untuk menerima dan mengontrol bola. Posisi ini memberikan peluang terbaik bagi pemain untuk memainkan bola dengan cepat dengan mengoperkan atau melakukan *dribbling* segera setelah menerima bola. Untuk lebih jelasnya perhatikan gambar 3.



**Gambar 3. Pelaksanaan *Stopping Kaki Bagian Dalam* (Luxbacher, 2016:16)**

Luxbacher (2016: 13) menjelaskan bagaimana cara penerimaan bola dengan *inside-of-the-foot* adalah jika anda tidak berada dibawah tekanan lawan secara langsung. Sejajarkan diri anda dengan bola yang akan datang dan bergeraklah kedepan untuk menerimanya. Julurkan kaki yang akan menerima bola untuk menjemputnya, letakan kaki menyamping dengan jari kaki mengarah ke atas, menjauh dari garis tengah tubuh. Tarik kaki anda saat bola tiba untuk mengurangi benturan. Jangan hentikan bola sepenuhnya. Sebaliknya, terima dan kontrollah bola sesuai dengan arah gerakan anda selanjutnya atau keruang terbuka menjauh dari lawan terdekat.

Cara pelaksanaannya sebagai berikut :

Persiapan :

- 1) Bahu dan pinggul lurus dengan bola yang akan datang
- 2) Bergeraklah kearah bola
- 3) Julurkan kaki yang akan menerima bola untuk menjemputnya
- 4) Letakan kaki dalam posisi menyamping

- 5) Jaga kaki agar tetap kuat
- 6) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola

Pelaksanaan :

- 1) Terima bola dengan bagian samping dalam kaki
- 2) Tarik kaki untuk mengurangi benturan
- 3) Arahkan bola keruang terbuka menjauh dari lawan yang terdekat

Gerakan akhir :

- 1) Tegakan kepala dan lihat kelapangan
- 2) Dorong bola ke arah gerakan selanjutnya

## **2. Hakikat Metode Bermain**

### **a. Pengertian Metode Bermain**

Menurut Rustanto (2017: 23) metode bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan bentuk metode bermain yang akan diberikan, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani.

Metode bermain apabila dapat diorganisir ke aktivitas yang menggembarakan dan disampaikan dalam bentuk modifikasi bermain untuk merangsang siswa lebih aktif lagi dalam bergerak yang pada akhirnya menghasilkan kebugaran jasmani dan kemampuan mempelajari gerakan yang baru (*motor educability*) yang lebih baik.



Menurut Amiran (2016: 715) metode bermain adalah kegiatan yang sesuai untuk melatih kerjasama yang ada pada diri anak, kreativitas anak untuk bermain dan menyelesaikan permainannya akan membantu anak menumbuhkan interaksi dengan teman dalam kelompok bermainnya.

Menurut Alnedral (2016: 85) permainan populer dengan berbagai sebutan, antara lain pemanasan (*ice breaker*) atau penyegaran. Arti harfiah *ice breaker* adalah “pemecah es”. Jadi, arti pemanasan dalam proses belajar adalah pemecah situasi kebekuan pikiran atau fisik peserta. Permainan juga dimaksud untuk membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusiasme. Karakteristik permainan adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan serta serius tapi santai. Permainan digunakan untuk menciptakan suasana yang pasif menjadi aktif, dari kaku menjadi gerak, dan dari jenuh menjadi riang.

Metode ini diarahkan agar tujuan belajar dapat dicapai secara efisien dan efektif dalam suasana gembira meskipun membahas hal-hal atau berat. Sebaiknya permainan digunakan sebagai bagian dari proses belajar, bukan hanya untuk mengisi waktu kosong atau sekedar permainan. Permainan sebaiknya dirancang menjadi suatu “aksi” atau kejadian yang dialami sendiri oleh peserta. Kemudian ditarik dalam proses refleksi untuk menjadi hikmah yang mendalam (prinsip, nilai, atau pelajaran-pelajaran), wilayah perubahan yang dipengaruhi adalah ranah sikap nilai.

## b. Bentuk Bermain Pembelajaran Sepak Bola

### 1) Permainan Sepak Bola Kucing-Kucingan

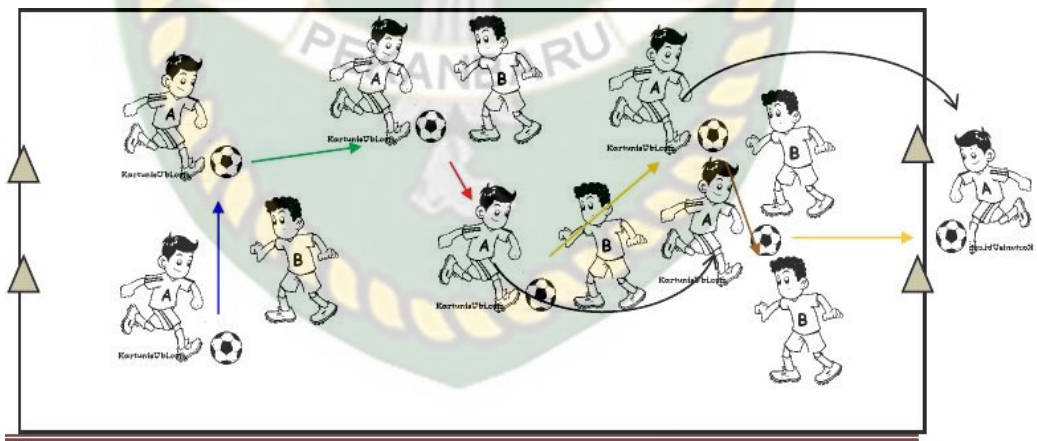
Menurut Arif Hidayatulloh (2013: 22-23) Permainan sepak bola kucing-kucingan dimainkan oleh empat anak atau lebih bisa laki-laki atau perempuan umumnya dilakukan oleh anak laki-laki karena membutuhkan fisik untuk bermain, untuk ukuran lapangannya tidak ada ukuran yang baku hanya membutuhkan tempat yang luas. Cara bermainnya : Lima anak membuat lingkaran kecil dan salah satu kaki anak tersebut maju membuat lingkaran kecil di sekeliling bola salah satu anak mengambil bola ke atas dan bola di jatuhkan kaki yang terkena bola pertama anak itu menjadi pemain jadi, empat anak lainnya membentuk lingkaran besar pemain jadi berada di tengah bola berada di salah satu pemain, kalau sudah ada aba-aba permainan dimulai pemain yang memegang bola menendang bola ke teman dan pemain yang jadi berusaha mengejar sampai mengenai bola pemain yang lain mengontrol dan menendang lagi ke teman yang lain, apabila bola mengenai pemain jadi pemain itu gantian menjadi pemain jadi kemudian permainan di mulai lagi, begitu terus selanjutnya.



**Gambar 4. Permainan Sepak Bola Kucing-Kucingan (Hidayatulloh, 2013: 22)**

## 2) Permainan Sepak Bola 5 v 5

- a) Lapangan : Lapangan permainan dimodifikasi menjadi 25 m x 15 m.
- b) Terdapat 2 gawang dengan lebar 1 m.
- c) Peraturan permainan :
  1. Tim beranggotakan 5 orang
  2. Sebelum mencetak gol, semua pemain harus sudah mendapat giliran untuk mengoper bola (*passing*). Jika ada satu diantaranya belum mendapat giliran *passing* kemudian mencetak gol, maka gol dianggap tidak sah.
  3. Cara mencetak gol harus menggunakan *passing*, tidak boleh langsung *shooting*.
  4. Tim yang mencetak gol lebih banyak itulah tim yang menang.



Gambar 5. Permainan Sepak Bola 5 v 5  
(Juniarko, 2013)

### B. Kerangka Pemikiran

*Passing* adalah teknik mengoper bola yang sering digunakan ketika seorang pemain ingin memberi ke teman satu tim untuk menjalankan suatu permainan guna mempertahankan bola di posisi timnya. Dan *stopping* adalah teknik

mengontrol bola untuk memberhentikan gerakan yang tak terduga dari jalannya bola. Sewaktu melakukan *passing* siswa akan membutuhkan gerakan yang tak terduga dengan adanya metode bermain siswa diharapkan mempunyai teknik baru untuk bermain bola yang berguna untuk memecahkan lawan dalam permainan dan begitu juga dengan *stopping*, siswa diharapkan membutuhkan teknik tersendiri dalam mengontrol berhentinya bola.

Dan menghasilkan teknik baru dalam menstabilkan berhentinya gerakan dari jalannya bola. Dari penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa *passing* dan *stopping* adalah teknik inti sepak bola sangat berpengaruh dalam jalannya permainan. Dan akan menjadi lebih baik jika mempunyai teknik-teknik tersendiri untuk menggagalkan pergerakan lawan.

### **C. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan kerangka pemikiran yang telah di jelaskan di atas, pertanyaan penelitian adalah “Apakah dengan menggunakan metode bermain dapat meningkatkan teknik hasil *passing* dan *stopping* permainan sepak bola pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, Kabupaten Kuantan Singingi, Riau?”

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Pada suatu penelitian penggunaan metode haruslah tepat dan mengarah pada tujuan penelitian serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah secara aturan yang berlaku, penelitian tersebut dapat diperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian disini yang di maksudkan adalah melakukan penelitian suatu tindakan atau usaha dalam suatu proses pembelajaran siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik yang bertujuan untuk meningkatkan teknik hasil belajar siswa dengan menggunakan metode bermain.

Menurut Widayati (2008: 88-89), penelitian tindakan kelas (PTK) adalah suatu kegiatan penelitian yang berkonteks kelas yang dilaksanakan untuk memecahkan masalah-masalah pembelajaran yang dihadapi oleh guru, memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran dan mencobakan hal-hal baru dalam pembelajaran demi peningkatan mutu dan hasil pembelajaran.

Penelitian tindakan kelas merupakan kegiatan penelitian yang dapat dilakukan secara individu maupun kolaboratif. Penelitian tindakan kelas individual merupakan penelitian di mana seorang guru melakukan penelitian di kelasnya maupun kelas guru lain. Sedangkan penelitian tindakan kelas kolaboratif merupakan penelitian di mana beberapa guru melakukan penelitian secara sinergis dikelasnya dan anggota yang lain berkunjung ke kelas untuk mengamati kegiatan.

Menurut Arikunto (2010: 137) ada beberapa model yang dapat diterapkan dalam penelitian tindakan kelas (PTK), tetapi yang paling di kenal dan dapat digunakan adalah metode yang dikemukakan oleh Kemmis dan Mc Tangart. Adapun metode penelitian tindakan kelas dimaksud menggambarkan adanya empat langkah (dan pengulangannya), yaitu :

- 1) Perencanaan atau *planning*
- 2) Tindakan atau *acting*
- 3) Pengamatan atau *observing*
- 4) Refleksi atau *reflecting*

Langkah tersebut digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 6. Model Dasar Tindakan Penelitian Kelas  
(Arikunto, 2010: 137)**

Data berupa hasil tes dilakukan sebagai data kumulatif. Data tersebut dianalisis secara deskriptif, yakni dengan membandingkan nilai tes antara siklus yang dianalisis adalah nilai siswa sebelum menggunakan latihan bermain dengan nilai siswa setelah menggunakan latihan bermain sebanyak 2 siklus. Data berupa tes antar siklus tersebut dibandingkan hingga hasilnya dapat mencapai batas keterampilan atau indikator keberhasilan yang telah ditetapkan.

Menurut Arikunto (2010: 138) secara utuh, tindakan yang diterapkan dalam penelitian tindakan kelas seperti di gambarkan dalam bagan, melalui tahapan sebagai berikut :

#### **1. Siklus Pertama ( Siklus I )**

##### **a. Perencanaan/persiapan**

- 1) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan silabus dengan menggunakan metode bermain.
- 2) Menyiapkan sarana pendukung yang di perlukan saat pelaksanaan pembelajaran Penjas Orkes pada materi permainan sepak bola.
- 3) Menyiapkan format pengamatan atau lembar observasi terhadap pelaksanaan pembelajaran dengan metode bermain yang di lakukan guru dan aktivitas yang dilakukan oleh siswa.

##### **b. Pelaksanaan Tindakan**

Pelaksanaan tindakan di sesuaikan dengan RPP yang telah disusun sebelumnya. Langkah-langkah pelaksanaan tindakan atau kegiatan pembelajaran ini terdiri dari tiga tahap yakni :

- 1) Kegiatan pendahuluan,
  - 2) Kegiatan inti, dan
  - 3) Kegiatan penutup
- c. Observasi

Pengamatan atau observasi yang dilakukan dalam penelitian adalah dengan menggunakan format lembar observasi yang telah di sediakan. Adapun aspek-aspek yang diamati antara lain : Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping* dalam permainan sepak bola yang di lakukan langsung oleh peneliti dan pelaksanaan latihan dengan metode bermain yang dilakukan oleh guru Penjas Orkes SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

- d. Refleksi

Yaitu melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat di lihat dari data-data hasil observasi berupa kemajuan hasil belajar.

## **2. Siklus Kedua ( Siklus II )**

Adapun siklus II langkah-langkah yang harus di laksanakan tidak jauh berbeda dengan siklus I dan hanya merupakan penyempurnaan dari yang telah di laksanakan pada siklus I. Untuk lebih jelas adalah sebagai berikut :

- a. Perencanaan/persiapan tindakan.
- 1) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran RPP sesuai dengan silabus dengan menggunakan latihan variasi yang akan di perlukan pada pertemuan pada siklus II berdasarkan standar kompetensi.
  - 2) Menyiapkan sarana pendukung yang di perlukan saat pelaksanaan pengajaran Penjas Orkes pada materi pembelajaran sepak bola.



3) Menyiapkan format pengamatan lembar observasi terhadap pelaksanaan latihan dengan metode bermain yang dilakukan guru dan aktivitas yang dilakukan oleh siswa.

b. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan RPP yang telah disusun sebelumnya. Langkah-langkah pelaksanaan tindakan atau kegiatan pembelajaran ini terdiri dari atas tiga tahap yakni :

- 1) Kegiatan penduluan,
- 2) Kegiatan inti, dan
- 3) Kegiatan Penutup

c. Observasi

Pengamatan atau observasi yang dilakukan dalam penelitian adalah dengan menggunakan format lembar observasi yang telah disediakan. Adapun aspek-aspek yang diamati antara lain: Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping* dalam pembelajaran sepak bola yang dilakukan langsung oleh peneliti dan pelaksanaan latihan dengan metode bermain yang dilaksanakan dengan menggunakan lembar observasi yang dilakukan oleh guru Penjas Orkes SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

d. Refleksi

Yaitu melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat dilihat dari data-data hasil observasi berupa kemajuan hasil belajar.

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2010: 173). Penelitian yang dimaksud disini adalah melakukan penelitian suatu tindakan atau usaha dalam proses pembelajaran pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik pada Tahun Ajaran 2018/2019 yang berjumlah 25 Orang.

**Tabel 3.1 Jumlah Populasi Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik**

No	Kelas	Populasi		Jumlah
		Putra	Putri	
1	XI IPS 3	19 orang	6 orang	25 orang

(Tata Usaha SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, 2018/2019)

### 2. Sampel

Menurut pendapat Arikunto (2010: 174) mengemukakan bahwa apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, tetapi jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau lebih. Berdasarkan pendapat diatas, maka penulis mengambil keseluruhan dari populasi yang ada yaitu berjumlah 25 orang. Hal ini sesuai

dengan konsep penelitian PTK, semua siswa dalam kelas menjadi sampel dalam penelitian.

### C. Tempat Penelitian

Tempat dilaksanakan penelitian ini adalah pada SMA Negeri 1 Kuantan Mudik. Jumlah siswa di kelas XI IPS 3 Negeri 1 Kuantan Mudik yang menjadi subyek penelitian ini adalah 25 orang siswa. Penerapan pembelajaran dengan metode bermain dilakukan pada mata pelajaran Penjas Orkes materi *passing* dan *stopping* pembelajaran sepak bola.

### D. Definisi Operasional

Usaha untuk menghindari kesimpangsiuran akibat kesalahpahaman penafsiran terhadap kata atau ungkapan yang digunakan penulis, maka perlu untuk memperjelas atau istilah kata sebagai berikut :

1. ***Passing*** adalah upaya atau usaha seseorang mengoper bola kepada rekan timnya dengan suatu teknik tertentu guna membangun serangan atau menjalankan permainan.
2. ***Stopping*** adalah upaya atau usaha seseorang untuk memberhentikan bola hasil dari umpan rekan satu timnya baik dalam kecepatan tinggi maupun rendah.

3. **Metode bermain** adalah pemberian bentuk-bentuk bermain untuk menghindari kebosanan berlatih terhadap siswa, dalam hal ini guru harus kreatif mencari dan menerapkan bentuk-bentuk latihan bermain.

#### **E. Pengembangan Instrumen**

Menurut Arikunto (2013: 192), instrumen adalah cara untuk memperoleh data dengan menggunakan suatu metode, maka didalam melaksanakan pekerjaan tes tersebut perlu adanya sebuah metode. Strategi yang digunakan tersebut digunakan sebagai alat bantu dalam pengumpulan data. Sedangkan strategi adalah suatu cara memperoleh data didalam kegiatan penelitian. Sesuai dengan masalah penelitian yang telah dijabarkan, maka instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. Perencanaan Tindakan**

Penelitian ini menggunakan rancangan Penelitian Tindakan Kelas. Peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai pelaksanaan penelitian, pengumpul data, penganalisis data, dan pelapor hasil penelitian. Selain itu, peneliti juga meminta bantuan kepada teman sejawat untuk menjadi observer. Tugas dari observer dalam penelitian ini adalah mengamati aktivitas peneliti/guru, dan membantu guru dalam mengamati aktivitas siswa. Penelitian terdiri dari 2 siklus, masing-masing siklus melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi tindakan.

##### **2. Siklus**

###### **a. Tahapan persiapan / tindakan**

Dalam tahap persiapan tindakan ini, langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut :

- 1) Menyusun rencana pembelajaran, dengan materi pembelajaran sepak bola melalui strategi pembelajaran metode bermain. Adapun standar kompetensi penelitian ini adalah mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olah raga beregu bola besar serta nilai kerja sama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.
- 2) Meminta kesediaan teman sejawat unruk menjadi observer dalam penelitian ini.
- 3) Mempersiapkan lembaran observasi aktivitas guru, aktivitas siswa, dan lembaran penilaian kemampuan bermain sepak bola siswa.

#### **b. Pelaksanaan tindakan**

Penelitian ini dilaksanakan selama 4 kali pertemuan dengan waktu 12 x 40 menit atau 2 siklus, melalui penerapan strategi pembelajaran dengan metode bermain. Proses pembelajaran dilaksanakan berdasarkan RPP untuk setiap siklus. Adapun langkah-langkah pelaksanaan tindakan terdiri dari 3 langkah sebagai berikut :

1. Kegiatan Awal/Pendahuluan
  - a) Mengucapkan salam
  - b) Mengadakan pemanasan
  - c) Guru memberikan apersepsi tentang permainan sepak bola
  - d) Guru memberikan motivasi pada siswa dengan menjelaskan manfaat menguasai gerak dasar *passing* dan *stopping* dalam kehidupan sehari-hari dan prestasi olah raga.
2. Kegiatan Inti

- a) Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok kecil
  - b) Guru merencanakan dan memberikan bimbingan pelatihan awal kepada siswa tentang teknik *passing* dan *stopping*
  - c) Guru menjelaskan kepada siswa tahap-tahap melakukan *passing* dan *stopping* yang benar
  - d) Guru memberi permainan dengan masing-masing beranggotakan 5 orang
  - e) Guru memimpin permainan dalam bentuk permainan 5 v 5 dengan peraturan yang telah ditentukan
  - f) Guru memberikan tanggapan atau klarifikasi sekiranya terdapat salah paham saat melakukan permainan
  - g) Membantu siswa dalam melakukan kegiatan *passing* dan *stopping* yang benar
  - h) Guru mengadakan evaluasi *passing* dan *stopping* untuk setiap kelompok.
3. Kegiatan Akhir/Penutup
- a) Melakukan pendinginan
  - b) Koreksi atau memperbaiki kesalahan-kesalahan teknik *passing* dan *stopping*.

**c. Observasi**

Peneliti juga melibatkan pengamat. Tugas dari pengamat tersebut adalah untuk melihat aktivitas guru dan siswa selama pembelajaran berlangsung. Hal ini dilakukan untuk memberi masukan dan pendapat terhadap pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan, sehingga masukan-masukkan dari pengamat dipakai untuk memperbaiki pembelajaran pada siklus selanjutnya.

**d. Refleksi**

Hasil yang didapat dalam tahap observasi dikumpulkan serta dianalisis. Dari hasil observasi, guru dapat merefleksi diri dengan melihat data observasi guru dan siswa selama pembelajaran berlangsung. Hasil yang diperoleh dari tahap observasi kemudian dikumpulkan dan dianalisis. Dari hasil observasi apakah kegiatan yang dilakukan dapat meningkatkan keterampilan teknik *passing* dan *stopping* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

**e. Tes**

Adapun teknik penilaian *passing* dan *stopping* dalam pembelajaran sepak bola dapat dilihat pada rubrik penilaian sebagai berikut :

**Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar *Passing* dan *Stopping* Pembelajaran Sepak Bola**

Materi	Aspek Yang Dinilai	Skor				Jumlah
		1	2	3	4	
<b>Teknik dasar <i>passing</i></b>						
<b>Tahap Persiapan</b>	1. Berdiri tegak menghadap target serta letakkan kaki tumpuan disamping bola					
	2. Tekukkan kaki tumpuan lalu ayunkan kaki yang akan menendang kebelakang					
	3. Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan dan fokus kepada bola					
<b>Tahap Pelaksanaan</b>	1. Tubuh berada diatas bola					

	2. Ayunkan kaki penendang kedepan dengan pergelangan kaki dikunci					
	3. Tendang bagian tengah bola dengan kaki bagian dalam					
<b>Tahap Akhir</b>	1. Pindahkan berat badan kedepan					
	2. Lanjutkan ayunan searah dengan bola					
	3. Gerakan berakhir dengan mulus					
<b>Teknik Dasar <i>Stopping</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	
<b>Tahap Persiapan</b>	1. Bahu dan pinggul lurus dengan bola yang datang					
	2. Julurkan kaki kearah bola yang akan datang					
	3. Jaga kaki agar tetap kuat dan pandangan tetap fokus pada bola					
<b>Tahap Pelaksanaan</b>	1. Terima bola dengan kaki bagian dalam					
	2. Tarik kaki untuk mengurangi benturan					
	3. Jaga bola agar tetap dalam penguasaan					
<b>Tahap Akhir</b>	1. Gerakan berakhir dengan mulus					
	2. Kepala tegak untuk melihat sasaran selanjutnya					
	3. Bola didorong kearah gerakan selanjutnya					
<b>Jumlah</b>						
<b>Skor Maksimal</b>		<b>72</b>				

(Luxbacher, 2016: 12-13)

#### F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan untuk mengumpulkan data penelitian ini sebagai berikut :



**a. Teknik observasi**

Yaitu dengan cara mengamati langsung kepada objek yang akan di teliti dengan menggunakan lembar observasi.

**b. Metode dokumentasi**

Studi dokumentasi ini adalah berupa data-data *administrative* ataupun arsip dari kegiatan yang di temui oleh peneliti di lapangan.

**c. Metode kepustakaan**

Di gunakan untuk memberikan informasi dan mendapatkan teori-teori atau konsep-konsep yang di perlukan pada penelitian ini.

**d. Metode tes**

Digunakan untuk mengukur kemampuan siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping* dalam bentuk unjuk kerja .

**G. Teknik Analisis Data**

Untuk mengetahui kemampuan *passing* dan *stopping* pembelajaran sepak bola dengan metode bermain, penulis menggunakan tes unjuk kerja (psikomotor). Setelah mendapatkan skor masing-masing siswa, selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \dots$$

(Aswar, 2018: 39)

Interval dan kategori penilaian terhadap kemampuan *passing* dan *stopping* sepak bola siswa sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata

pelajaran Penjas Orkes siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, maka penelitian ini dikatakan berhasil jika siswa mendapat nilai tidak kurang dari 78.

**Tabel 3.3 Kategori Aktivitas Siswa**

Interval Nilai	Nilai Huruf	Makna
80-100	A	Sangat Baik
66-79	B	Baik
55-65	C	Cukup
40-54	D	Kurang
<40	E	Buruk/Gagal

(Gurusinga, 2010: 13)

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai 75% dari hasil tes atau nilai 75. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 100% siswa mampu menguasai gerakan *passing* dan *stopping* sepak bola dengan nilai minimal 80%, maka kelas itu dikatakan tuntas. Adapun rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 = (\text{Sudijono, 2010: 43})$$

Keterangan :

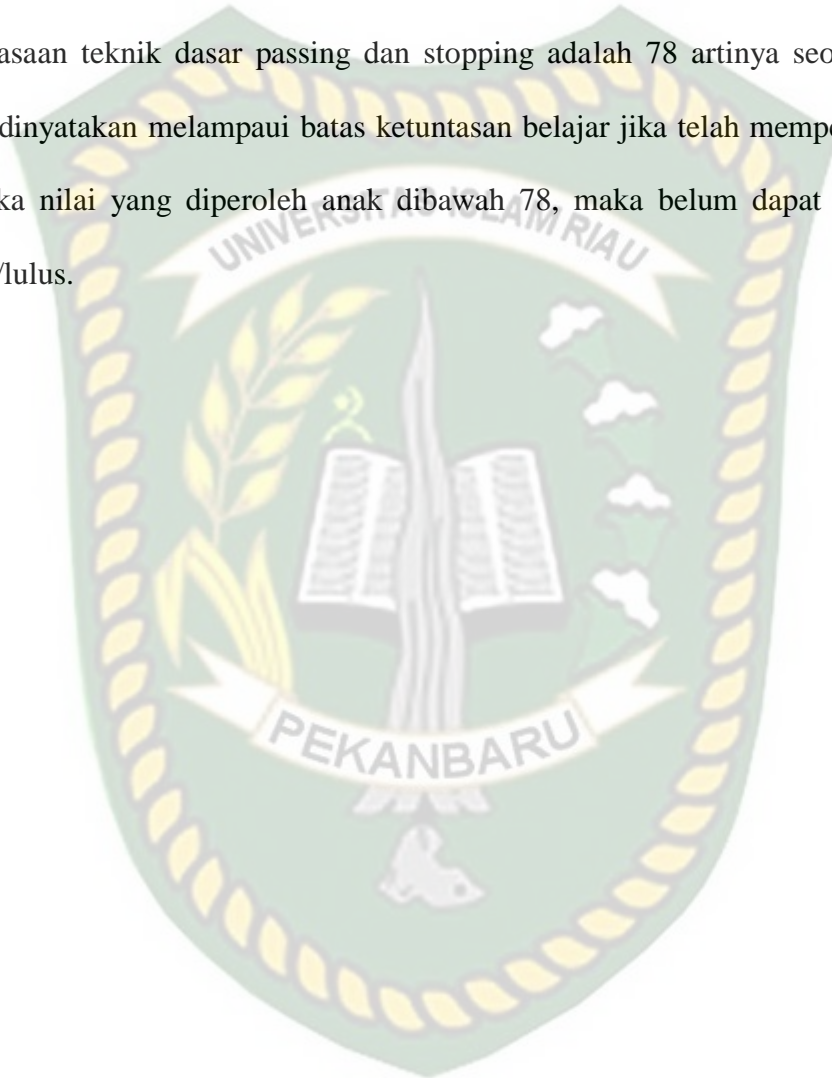
P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang lulus

N = Jumlah siswa

## H. Indikator Kerja

Indikator sebagai tolak ukur keberhasilan dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan KKM yang telah ditetapkan oleh sekolah. Adapun nilai KKM untuk bidang studi pendidikan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yakni penguasaan teknik dasar passing dan stopping adalah 78 artinya seorang siswa telah dinyatakan melampaui batas ketuntasan belajar jika telah memperoleh nilai 78. Jika nilai yang diperoleh anak dibawah 78, maka belum dapat dinyatakan tuntas/lulus.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian mengenai upaya meningkatkan teknik *passing* dan *stopping* melalui metode bermain dalam pembelajaran sepak bola pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, diperoleh hasil pengolahan data sebagai berikut:

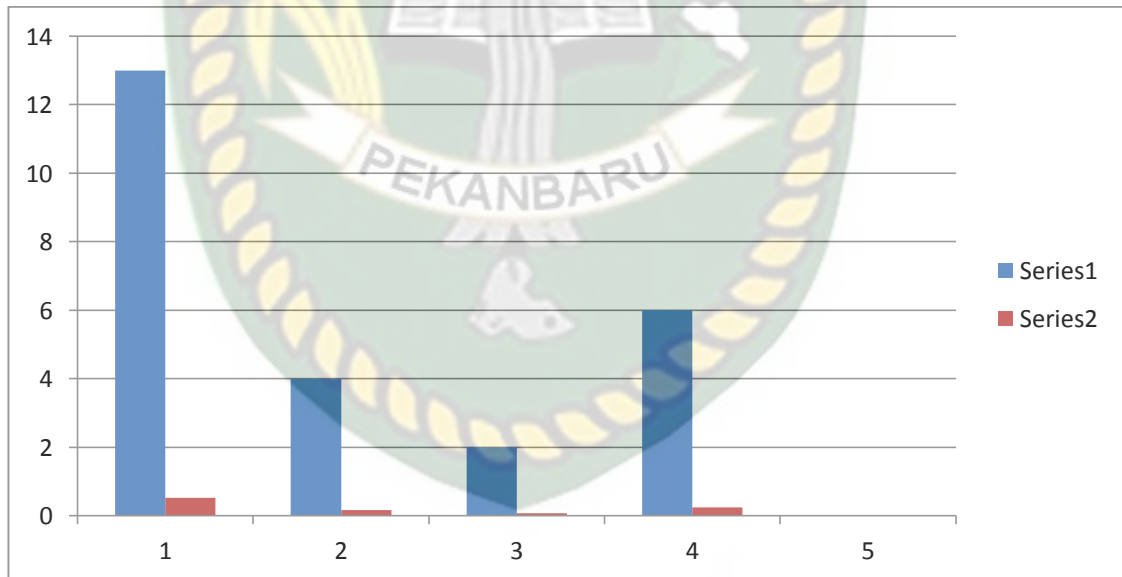
##### 1. Data Hasil Pembelajaran Teknik Dasar *Passing* dan *Stopping* Sepak Bola Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, Pada Siklus I

Berdasarkan hasil pembelajaran teknik dasar *passing* dan *stopping* sepak bola melalui metode bermain siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, pada siklus I diperoleh data dengan angka tertinggi 86 dan angka terendah yakni 49. Pada pelaksanaan siklus I diperoleh kelas interval antara lain : kelas interval kurang dari 40 berjumlah 0 siswa dengan persentase 0%, kelas interval antara 40 – 54 berjumlah 6 siswa dengan persentase 24%, kelas interval antara 55 – 65 berjumlah 2 siswa dengan persentase 8%, kelas interval antara 66 – 79 berjumlah 4 siswa dengan persentase 16%, kelas interval antara 80 – 100 berjumlah 13 siswa dengan persentase 52%. Berikut table distribusi frekuensi hasil pembelajaran pada siklus I.

**Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Data Siklus I Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik**

No.	Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	80 – 100	13	52%
2	66 – 79	4	16%
3	55 – 65	2	8%
4	40 – 54	6	24%
5	< 40	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>25</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat hasil distribusi pada pembelajaran siklus I siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik dalam bentuk diagram :



**Grafik 1. Diagram Hasil Pembelajaran Siklus I Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik**

Berdasarkan hasil pembelajaran yang diperoleh pada siklus I, masih terdapat siswa yang belum mencapai KKM oleh karena itu dilaksanakan pembelajaran pada siklus kedua tersebut, antara lain :

1. Perencanaan, meliputi: menyusun rencana pembelajaran (RPP) sesuai kebutuhan siswa dalam proses pembelajaran.
  2. Pelaksanaan, meliputi: memberikaan bentuk latihan variasi dengan menjelaskan secara detail proses pelaksanaan sesuai dengan kelemahan yang ditemukan pada siklus sebelumnya.
  3. Observasi, meliputi: mengamati rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dan mendokumentasikan hasil pembelajaran
  4. Refleksi, meliputi: mengemukakan kembali proses pembelajaran yang telah dilakukan.
- 2. Data Hasil Pembelajaran Teknik Dasar *Passing* dan *Stopping* Sepak Bola Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, Pada Siklus II**

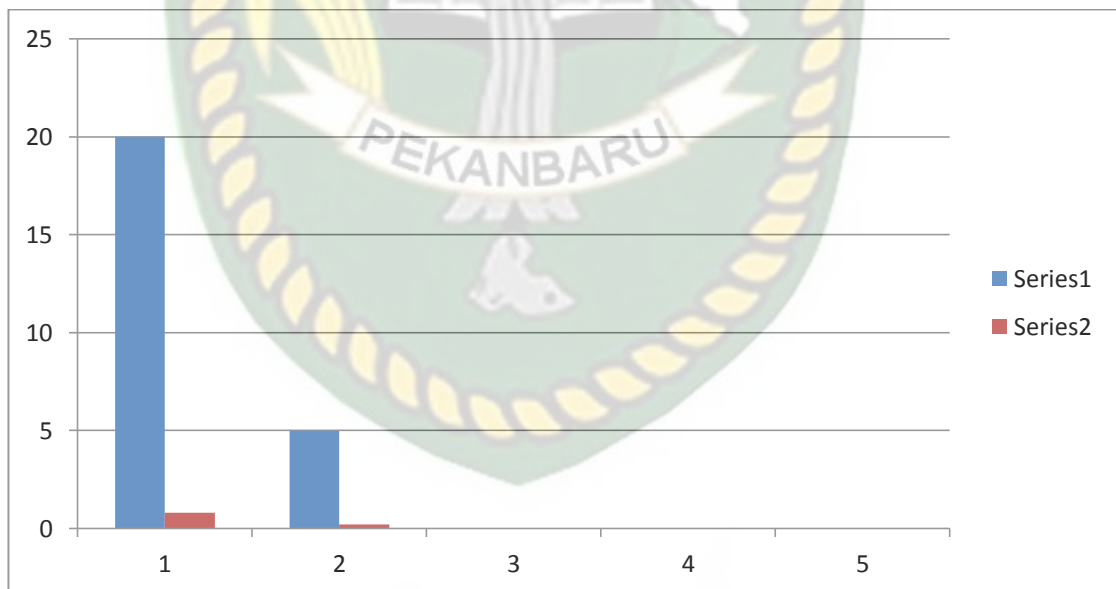
Berdasarkan hasil pembelajaran teknik dasar *passing* dan *stopping* sepak bola melalui metode bermain siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik, pada siklus I diperoleh data dengan angka tertinggi 86 dan angka terendah yakni 49.

Pada pelaksanaan siklus II diperoleh kelas interval antara lain : kelas interval kurang dari 40 berjumlah 0 siswa dengan persentase 0%, kelas interval antara 40 – 54 berjumlah 0 siswa dengan persentase 0%, kelas interval antara 55 – 65 berjumlah 0 siswa dengan persentase 0%, kelas interval antara 66 – 79 berjumlah 5 siswa dengan persentase 20%, kelas interval antara 80 – 100 berjumlah 20 siswa dengan persentase 80%. Berikut table distribusi frekuensi hasil pembelajaran pada siklus II.

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Data Siklus II Siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik**

No.	Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	80 – 100	20	80%
2	66 – 79	5	20%
3	55 – 65	0	0%
4	40 – 54	0	0%
5	< 40	0	0%
Jumlah		25	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat hasil distribusi pada pembelajaran siklus II siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik dalam bentuk diagram :



**Grafik 2. Diagram Hasil Pembelajaran Siklus II Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik**

**B. Analisis Data**

- Analisis Hasil Pembelajaran *Passing* Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus I**

Berdasarkan hasil pembelajaran *passing* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kuantan Mudik yang dilakukan pada siklus I terhadap 25 siswa, diperoleh siswa yang telah mencai kriteria ketuntasan minimum (KKM), yakni berjumlah 15 orang dengan persentase 60%, sementara itu siswa yang belum mencapai KKM berjumlah 10 orang dengan persentase 40%.

Pada tahap persiapan: (1) Berdiri Menghadap Target sert letakkan kaki tumpuan disamping bola, jumlah skor keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 79. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 11 siswa, skor 4 diperoleh dengan 10 siswa, skor 2 dengan 2 siswa, dan skor 1 dengan 2 siswa. (2) Letakkan kaki tumpuan lalu ayunkan kaki kebelakang, jumlah skor keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 69. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 15 siswa, skor 2 diperoleh dengan 8 siswa, skor 4 diperoleh dengan 2 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan dan fokus kepada bola. Jumlah skor keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 74. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 7 siswa, skor 4 diperoleh dengan 6 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Pada tahap pelaksanaan: (1) tubuh berada diatas bola, jumlah keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 77. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 14 siswa, skor 4 diperoleh dengan 7 siswa, skor 2 diperoleh dengan 3 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 1 siswa. (2) Ayunkan kaki penendan kedepan dengan pergelangan kaki dikunci, jumlah keseluruhan yang diperoleh siswa yakni



73. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 11 siswa, skor 4 diperoleh dengan 7 siswa, skor 2 diperoleh dengan 5 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 2 siswa. (3) Tendang bagian tangan bola dengan kaki bagian dalam, jumlah keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 71. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 11 siswa, skor 2 diperoleh dengan 9 siswa, skor 4 diperoleh dengan 5 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Dan pada tahap akhir: (1) Pindahkan berat badan kedepan, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 69. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 13 siswa, skor 2 diperoleh dengan 6 siswa, skor 4 diperoleh dengan 4 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 2 siswa. (2) Lanjutkan ayunan searah dengan bola, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 74. Skor 2 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 9 siswa, skor 4 diperoleh dengan 8 siswa, skor 3 diperoleh dengan 8, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Gerakan akhir berlangsung mulus, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 69. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 15 siswa, skor 2 diperoleh dengan 8 siswa, skor 4 diperoleh dengan 2 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

## **2. Analisis Hasil Pembelajaran *Stopping* Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus I**

Berdasarkan hasil pembelajaran *stopping* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kuantan Mudik yang dilakukan pada siklus I terhadap 25 siswa, diperoleh siswa yang telah mencai kriteria ketuntasan minimum (KKM), yakni berjumlah 15 orang dengan persentase 60%, sementara

itu siswa yang belum mencapai KKM berjumlah 10 orang dengan persentase 40%.

Pada tahap persiapan : (1) Bahu dan pinggul lurus dengan bola yang datang, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 72. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 16 siswa, skor 4 diperoleh dengan 4 siswa, skor 2 diperoleh dengan 3 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 2 siswa. (2) Julurkan kaki kearah bola yang akan datang, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 72. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 13 siswa, skor 2 diperoleh dengan 6 siswa, skor 4 diperoleh dengan 5 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 1 siswa. (3) Jaga kaki agar tetap kuat dan pandangan fokus pada bola, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 78. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 12 siswa, skor 4 diperoleh dengan 8 siswa, skor 2 diperoleh dengan 5 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Pada tahap pelaksanaan: (1) Terima bola dengan kaki bagian dalam, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 69. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 10 siswa, skor 4 diperoleh dengan 6 siswa, skor 2 diperoleh dengan 6 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 3 siswa. (2) Tarik kaki untuk mengurangi benturan, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 69. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 11 siswa, skor 2 diperoleh dengan 7 siswa, skor 4 diperoleh dengan 5 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 2 siswa. (3) Jaga bola agar tetap dalam penguasaan, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 67. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 19 siswa, skor 2

diperoleh dengan 4 siswa, skor 1 diperoleh dengan 2 siswa, dan skor 4 diperoleh dengan 0 siswa.

Dan pada tahap akhir : (1) Gerakan akhir berlangsung mulus, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 73. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 11 siswa, skor 4 diperoleh dengan 7 siswa, skor 2 diperoleh dengan 5 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 2 siswa. (2) Kepala tegak untuk melihat target selanjutnya, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 71. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 10 siswa, skor 2 diperoleh dengan 8 siswa, skor 4 diperoleh dengan 6 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 1 siswa. (3) Bola didorong kearah gerakan selanjutnya, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 68. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 14 siswa, skor 2 diperoleh dengan 9 siswa, skor 4 diperoleh dengan 2 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Pada tahap siklus I ini, masih ditemukan siswa yang belum mencapai nilai KKM. Oleh karena itu, siklus II perlu dilakukan agar tercapainya tujuan pembelajaran yang diinginkan yakni upaya meningkatkan teknik *passing* dan *stopping* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

### **3. Analisis Hasil Pembelajaran *Passing* Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus II**

Berdasarkan hasil pembelajaran *passing* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kuantan Mudik yang dilakukan pada siklus I terhadap 25 siswa, diperoleh siswa yang telah mencai kriteria ketuntasan

minimum (KKM), yakni berjumlah 21 orang dengan persentase 84%, sementara itu siswa yang belum mencapai KKM berjumlah 4 orang dengan persentase 16%.

Pada tahap persiapan: (1) Berdiri Menghadap Target sert letakkan kaki tumpuan disamping bola, jumlah skor keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 94. Skor 4 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 19 siswa, skor 3 diperoleh dengan 6 siswa, skor 2 dengan 0 siswa, dan skor 1 dengan 0 siswa. (2) Letakkan kaki tumpuan lalu ayunkan kaki kebelakang, jumlah skor keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 77. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 21 siswa, skor 4 diperoleh dengan 3 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan dan fokus kepada bola. Jumlah skor keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 86. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 14 siswa, skor 4 diperoleh dengan 11 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Pada tahap pelaksanaan: (1) tubuh berada diatas bola, jumlah keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 86. Skor 4 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 12 siswa, skor 3 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (2) Ayunkan kaki penendan kedepan dengan pergelangan kaki dikunci, jumlah keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 86. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 14 siswa, skor 4 diperoleh dengan 11 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Tendang bagian tengah bola dengan kaki bagian dalam, jumlah keseluruhan yang diperoleh siswa yakni 86. Skor 3 menjadi skor tertinggi

yang diperoleh dengan 14 siswa, skor 4 diperoleh dengan 11 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Dan pada tahap akhir: (1) Pindahkan berat badan kedepan, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 84. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 14 siswa, skor 4 diperoleh dengan 10 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (2) Lanjutkan ayunan searah dengan bola, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 87. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 13 siswa, skor 4 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Gerakan akhir berlangsung mulus, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 81. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 17 siswa, skor 4 diperoleh dengan 7 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

#### **4. Analisis Hasil Pembelajaran *Stopping* Melalui Metode Bermain Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik Pada Siklus II**

Berdasarkan hasil pembelajaran *stopping* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kuantan Mudik yang dilakukan pada siklus I terhadap 25 siswa, diperoleh siswa yang telah mencai kriteria ketuntasan minimum (KKM), yakni berjumlah 21 orang dengan persentase 84%, sementara itu siswa yang belum mencapai KKM berjumlah 4 orang dengan persentase 16%.

Pada tahap persiapan: (1) Bahu dan pinggul lurus dengan bola yang datang, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 86. Skor 4 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 12 siswa, skor 3 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (2) Julurkan

kaki kearah bola yang akan datang, jumlah keseluruhan yang diperoleh oleh siswa yakni 82. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 16 siswa, skor 4 diperoleh dengan 8 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Jaga kaki agar tetap kuat dan pandangan fokus pada bola, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 87. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 13 siswa, skor 4 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Pada tahap pelaksanaan: (1) Terima bola dengan kaki bagian dalam, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 88. Skor 4 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 13 siswa, skor 3 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (2) Tarik kaki untuk mengurangi benturan, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 87. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 13 siswa, skor 4 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Jaga bola agar tetap dalam penguasaan, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 81. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 19 siswa, skor 4 diperoleh dengan 6 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Dan pada tahap akhir: (1) Gerakan akhir berlangsung mulus, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 86. Skor 4 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 1 siswa, skor 3 diperoleh dengan 12 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (2) Kepala tegak untuk melihat target selanjutnya, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 83. Skor 3

menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 15 siswa, skor 4 diperoleh dengan 9 siswa, skor 2 diperoleh dengan 1 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa. (3) Bola didorong ke arah gerakan selanjutnya, jumlah keseluruhan yang diperoleh yakni 78. Skor 3 menjadi skor tertinggi yang diperoleh dengan 22 siswa, skor 4 diperoleh dengan 3 siswa, skor 2 diperoleh dengan 0 siswa, dan skor 1 diperoleh dengan 0 siswa.

Pada tahap siklus I ini, masih ditemukan siswa yang belum mencapai nilai KKM. Oleh karena itu, siklus II perlu dilakukan agar tercapainya tujuan pembelajaran yang diinginkan yakni upaya meningkatkan teknik *passing* dan *stopping* sepak bola melalui metode bermain pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.

### **C. Pembahasan**

Penggunaan metode bermain sangat memberikan dampak yang sangat positif pada proses belajar mengajar Penjas Orkes khususnya dalam pembelajaran *passing* dan *stopping* pembelajaran sepak bola. Metode bermain akan sangat memberikan dampak yang baik terhadap hasil pembelajaran serta tercapainya tujuan pembelajaran yang efektif. Peningkatan hasil belajar merupakan dampak dari penggunaan metode bermain serta meningkatnya minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan hal tersebut, hasil pembelajaran menunjukkan bahwa teknik dasar *passing* dan *stopping* siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik pada siklus I termasuk dalam kategori kurang berhasil sedangkan pada siklus II termasuk dalam kategori bagus. Hal ini ditunjukkan dengan keterampilan teknik

dasar *passing* dan *stopping* sehingg hasil yang diperoleh pada siklus I dalam teknik dasar *passing* dan *stopping* siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik sebanyak 60% kategori "Cukup" dan 40% "Kurang", sedangkan hasil yang diperoleh pada siklus II dalam teknik dasar *passing* dan *stopping* siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik sebanyak 84% kategori "Sangat Baik" dan 16% "Buruk/Gagal"

Tes *passing* dan *stopping* ini bertujuan untuk mengukur keterampilan menyepak dan menahan bola. Tes ini dilakukan dengan mengukur banyaknya jumlah penyepak dan menahan bola yang dilakukan oleh siswa. Passing dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, serta punggung kaki bagian dalam. Sedangkan *stopping* dapat dilakukan dengan kepala, dada, paha, kaki bagian dalam, kaki bagian luar, kaki bagian sol, serta punggung kaki.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan sepak bola di SMA Negeri 1 Kuantan Mudik antara lain :

1. Latihan

Jenis latihan yang sangat penting dalam permainan sepak bola adalah latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian prestasi. Namun dalam kenyataannya disekolah tidak sesuai dengan apa yang diinginkan karena sangat terbatas oleh waktu jam pelajaran disekolah. Apalagi disekolah kurang kegiatan ekstrakurikuler sepak bola, hal itu tentu akan berdampak pada siswa dalam melakukan latihan atau mempelajari teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola.



## 2. Kondisi fisik

Kondisi fisik merupakan unsur yang penting dan menjadi dasar dalam mengembangkan teknik, taktik, maupun strategi dalam bermain sepak bola. Kondisi fisik juga berkaitan dengan adanya latihan yang rutin dilakukan oleh para pemain, semakin rutin berlatih maka dengan sendirinya kondisi fisik dan kekuatan akan tercipta dengan baik dan maksimal untuk mencapai hasil yang baik.

## 3. Keluarga

Dukungan keluarga adalah penyemangat bagi setiap pemain/anak dalam melakukan kegiatan/pertandingan. Peran orangtua sebagai pendukung sangatlah penting namun masih banyak juga orangtua yang melarang anaknya melakukan olahraga keras atau olahraga yang rawan akan cedera, maka dari itu banyak orangtua siswa yang membatasi anaknya untuk melakukan olahraga terutama sepakbola.

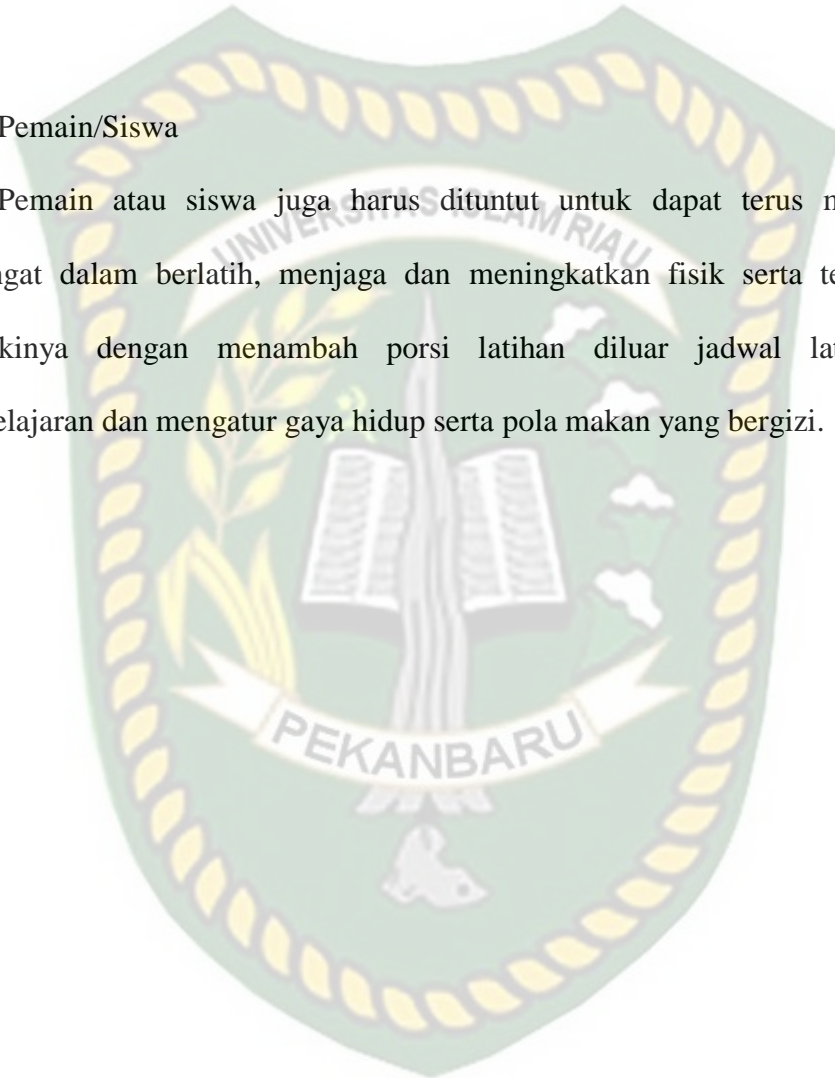
## 4. Pelatih/Guru

Guru atau pelatih juga merupakan penyemangat dalam olahraga, selain itu metode yang diajarkan harus bisa membuat siswa untuk terus bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga. Terutama dalam memilih materi dan cara menyampaikan materi kepada siswanya, seorang guru atau pelatih harus mempunyai kreatifitas tinggi dalam memodifikasi permainan tanpa mengurangi dari makna yang sesungguhnya dari sebuah permainan. Diharapkan siswanya

dapat tertarik mengikuti pembelajaran atau pelatihan sehingga siswanya tidak mudah merasakan bosan.

#### 5. Pemain/Siswa

Pemain atau siswa juga harus dituntut untuk dapat terus memotivasi, semangat dalam berlatih, menjaga dan meningkatkan fisik serta teknik yang dimilikinya dengan menambah porsi latihan diluar jadwal latihan atau pembelajaran dan mengatur gaya hidup serta pola makan yang bergizi.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kuantan Mudik tahun pelajaran 2019/2020 dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi, dan (4) refleksi. Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut: pembelajaran teknik *passing* dan *stopping* sepak bola menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPS 3 dirasa dapat meningkatkan proses pembelajaran teknik *passing* dan *stopping* sepak bola. Dimana dapat dilihat dari peningkatan rata-rata perolehan skor dari siklus I sebesar 60% dan meningkat pada siklus II sebesar 84% dimana meningkat sebesar 24%.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal antara lain sebagai berikut :

Guru Penjas Orkes, hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuan dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang

dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas mengajarnya. Serta guru harus lebih kreatif dan inovatif dalam menerapkan metode yang sesuai dengan tingkat metode yang sesuai dengan tingkat kemauan siswa supaya pembelajaran lebih bervariasi dan tidak monoton menggunakan paradigma lama sehingga anak tidak bosan.

2. Bagi siswa, agar supaya selalu fokus dalam mengikuti pelajaran agar hasilnya lebih optimal.
3. Bagi sekolah, hendaknya berusaha memberikan fasilitas yang dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar Penjas Orkes.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Amansyah, & Tampaty Sinaga, R. (2015). *Upaya Meningkatkan Hasil Passing Melalui Variasi Latihan Berbalik dan Mengoper Bola Pada Atlet Sepak Bola Usia 13-15 Tahun Di SSB Sinar Pagi*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(1), 24-34.
- Amiran, S. *Efektifitas Penggunaan Metode Bermain Di PAUD Nazareth Oesapa*. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 715.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aswar. (2018). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Melalui Model Pembelajaran Inkuiri Siswa Kota Makassar*. *Journal of Physical Education Sport and Recreation*, 1(2), 39-40.
- Depdiknas. (2006). *Perencanaan Dan Disain Kurikulum Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud P2LPTK.
- Depdiknas. (2008). *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 27 Tahun 2008 Tentang Standar Akademik dan Kompetensi Konselor*. Diakses 22 Mei 2012.
- Griffin, & Linda dkk. (1997). *Teaching Sport Concepts and Skills, a Tactical Games Approach*. USA: Human Kinetics.
- Hidayat, W. (2017). *Buku Pintar Sepakbola*. Jakarta: Anugrah.
- Kamnuron, A. (2015). *Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Dalam Modifikasi Permainan Vobas Terhadap Peningkatan Keterampilan Bermain Bola Besar Di SMA Negeri 4 Jatinangor*. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 1(1), 79.
- Kemmis, S., & Mc Taggart, R. (1992). *The Action Research Planner*. Australia: Deakin University Press.

- Kemendikbud. 2018. *Permendikbud No. 103 Tentang Pedoman Pelaksanaan Pembelajaran*. Jakarta : Kemendikbud.
- Kemmis, S dan Mc Taggart, R. 1992. *The Action Research Planner*. Australia : Deakin University Press.
- Labani, A. (2013). Survei Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Pada Siswa SDn Pembina Luwuk. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 1(1), 6.
- Luxbacher, J. A. (2016). *Sepak Bola Taktik dan Teknik Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mielke, D. (2003). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Ridlo, A. F., & Saifulloh, I. Pengaruh Metode Latihan Small Sided Game Terhadap Kemampuan Passing Stopping Permainan Sepakbola. *Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 9(2), 118.
- Rustanto, H. (2017). Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Sepakbola Dengan Kaki Bagian Dalam Menggunakan Metode Bermain, 6(1), 23.
- Santoso, N. (2014). Tingkat keterampilan passing-stopping dalam permainan sepakbola pada mahasiswa PJKR B angkatan 2013, 10(2), 43.
- Slamet, HR. (1996). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Solo : Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepak Bola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudijono, A. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Suhari. (2017). Upaya Meningkatkan Keterampilan Bermain Sepakbola Melalui Pendekatan Taktis. *Jurnal Olahraga*, 2(2), 117.
- Sukardi. (2015). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tata Usaha SMA Negeri 1 Kuantan Mudik. (2018). Kuansing: SMA Negeri 1 Kuantan Mudik.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005. *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung : Fokusindo Mandiri.

Widayati, A. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. *Jurnal Staf Pengajar*, 6(1), 87-93.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau