

PENINGKATAN *PASSING* DAN *STOPPING* SEPAKBOLA MELALUI
VARIASI MENGAJAR PADA SISWA KELAS X MIPA 6
SMAN 10 PEKANBARU

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Strata Satu (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Islam Riau*



OLEH

DICKY RAHMATUL FAISAL
NPM. 156610027

Pembimbing Skripsi

Novri Gazali, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1017118702

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2019



PENGESAHAN SKRIPSI
PENINGKATAN *PASSING* DAN *STOPPING* SEPAKBOLA MELALUI
VARIASI MENGAJAR PADA SISWA KELAS X MIPA 6
SMAN 10 PEKANBARU

Dipersiapkan oleh :

Nama : Dicky Rahmatul Faisal
NPM : 156610027
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Pembimbing Skripsi

Novri Gazali, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1017118702

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 I Bidang Akademik FKIP UIR


Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si
NIP. 19701007 199803 2 002
NIDN. 0007107005

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Dicky Rahmatul Faisal
NPM : 156610027
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul skripsi : Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru


Disetujui Oleh :

Pembimbing Skripsi


Novri Gazali, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1017118702

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau


Drs. Daharis, M.Pd
NIP. 19611231198602 1 002
NIDN. 0020046109

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Dicky Rahmatul Faisal
NPM : 156610027
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

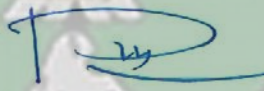
Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul :

“Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru”

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Disetujui Oleh :

Pembimbing Skripsi



Novri Gazali, S.Pd, M.Pd
NIDN. 1017118702

ABSTRAK

Dicky Rahmatul Faisal, 2019. Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru. Adapun jenis penelitian ini adalah PTK. Subjek penelitian ini berjumlah 34 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah penilaian rubrik kerja *passing* dan *stopping*. Dari deskripsi penelitian dan analisa data, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa melalui metode variasi mengajar dapat meningkatkan kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola pada siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru dengan nilai rata-rata pada siklus I sebesar 90,32 serta nilai ketuntasan klasikal sebesar 88,24%.

Kata Kunci: *Passing dan Stopping, Variasi Mengajar*

ABSTRACT

Dicky Rahmatul Faisal, 2019. Improvement of Football Passing and Stopping Through Variations in Teaching Students of Class X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru.

The purpose of this study is to determine the increase in passing and stopping football through variations of teaching students of class X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru. The type of this research is PTK. The subjects of this study were 34 people. The research instrument used was the assessment of the passing and stopping work rubric. From the description of research and data analysis, this study can be concluded that through the method of teaching variation can improve the passing and stopping ability of football in class X MIPA 6 Senior High School 10 Pekanbaru with an average value in cycle I of 90.32 and a classical completeness value of 88, 24%.

Keywords: Passing and Stopping, Teaching Variations

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi terhadap :

Nama : Dicky Rahmatul Faisal
 NPM : 156610027
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Pembimbing Utama : Novri Gazali, S.Pd., M.Pd
 Judul Skripsi : Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
13-11-2018	Daftar judul dan penetapan pembimbing	
16-02-2019	Lengkapi buku sumber, tambah identifikasi masalah	
21-02-2019	Sesuaikan rubrik penilaian	
29-02-2019	Tambah referensi buku	
12-03-2019	Ace untuk diseminarkan	
08-07-2019	Perbaiki proposal	
16-08-2019	Penelitian	
06-09-2019	Perbaiki pembahasan teknik analisis data dan distribusi frekuensi penilaian rubrik kerja	
10-09-2019	Perbaiki daftar pustaka	
19-09-2019	Ace skripsi untuk diuji	

Pekanbaru, 1 September 2019
 Wakil Dekan Bidang Akademik

 Dr. Sri Ambah, S.Pd., M.Si
 NIDN. 0007107005

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dicky Rahmatul Faisal
NPM : 156610027
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jenjang Studi : Strata Satu (S1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan di bimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

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

Pekanbaru, September 2019

Penulis,



Dicky
Dicky Rahmatul Faisal
NPM. 156610027

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul **“Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru”** tepat pada waktunya.

Dalam penyelesaian penelitian ini penulis memperoleh banyak bantuan dari berbagai pihak. Penulisan tugas ini telah disusun dengan baik, berdasarkan arahan para Dosen pengajar di Penjaskesrek FKIP UIR. Namun, bila memang masih terdapat kekurangan, maka segala kritikan dan saran tentunya akan sangat membantu demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi yaitu :

1. Bapak Novri Gazali, S.Pd., M.Pd Merangkap sebagai Pembimbing Proposal yang telah memberikan saran, masukan serta sumbangan pemikiran dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Drs, Daharis, M.Pd Sebagai Ketua Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Pada Faukltas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Ibuk Merlina Sari, M.Pd Selaku Sekretaris Program Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Universitas Islam Riau.
4. Bapak dan Ibu Staf pengajar pada Program Studi Jurusan Penjaskesrek FKIP UIR.

5. Bapak dan Ibu Staf Tata Usaha UIR.
6. Kepada Keluarga tercinta yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan studi.
7. Kepada teman-teman yang selalu memberikan *support* dan motivasi dalam mengerjakan Proposal Penelitian ini



Pekanbaru, September 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR GRAFIK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi masalah.....	5
C. Pembatasan masalah.....	6
D. Perumusan masalah.....	6
E. Tujuan penelitian.....	6
F. Manfaat penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Landasan Teori.....	8
1. Hakikat Variasi Mengajar.....	8
a. Pengertian Variasi Mengajar.....	8
b. Langkah-Langkah Metode Variasi.....	11
2. Hakikat <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola.....	14
a. Pengertian <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i>	14
b. Teknik <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i>	16
c. Bentuk Variasi Teknik <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Yang Akan Diajarkan.....	17

B.Kerangka Pemikiran.....	20
C.Pertanyaan Penelitian	21
BAB III METEDOLOGI PENELITIAN	
A.Jenis penelitian.....	22
B. Subjek Penelitian.....	25
C. Definisi operasional	26
D. Pengembangan instrumen	26
E. Teknik Pengumpulan Data	28
F. Teknik Analisa Daata	29
BAB III PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	31
B. Analisis Data	37
C. Pembahasan.....	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	41
B. Saran	41

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Populasi Penelitian Murid Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru	25
2. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i>	27
3. Distribusi Frekuensi Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar <i>Passing</i> Dan <i>Stopping</i> Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru	32
4. Analisis Kemampuan <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i> Sepakbola Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru Siklus I.....	35



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas 22



Dokumen ini adalah Arsip Miik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR GRAFIK

Halaman

1. Histogram Data Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar *Passing* Dan *Stopping* Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru..... 33



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Silabus	44
2. RPP	48
3. Data Rekap Penilaian <i>Passing</i> dan <i>Stopping</i>	54



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani seringkali terkalahkan oleh pendidikan akademik lainnya, padahal aspek kesehatan jasmani merupakan aspek penting guna mendukung pendidikan akademik di sekolah. Sebagaimana diketahui bersama bahwa di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat, implikasinya jika tubuh dan pikiran sehat maka siswa pun mudah menyerap pelajaran yang disampaikan oleh guru. Proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani ini memang telah dirancang secara sistematis guna mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Oleh karena itu pemerintah telah memasukkan olahraga sebagai salah satu kurikulum pendidikan jasmani di sekolah-sekolah formal sebagai suatu pembelajaran sebagai salah satu sarana untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia Indonesia dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur, serta memungkinkan warganya mengembangkan dirinya dan segala aspek, baik jasmaniah maupun rohaniah. Undang-Undang RI No 3 Pasal 1 Tahun 2005 menyatakan bahwa “Olahraga pendidikan adalah jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian dari proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani”.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai bukan hanya untuk mengembangkan individu dari segi fisik saja, melainkan dari segi mental, sosial, emosional, dan intelektual yang dilakukan melalui gerak tubuh atau melalui kegiatan jasmani. Salah satu bentuk olahraga di sekolah adalah olahraga sepakbola.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di lapangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Sepakbola berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak dan orang tua.

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang berbentuk permainan dan di dalamnya terdapat beberapa macam kemampuan dasar bermain sepakbola. Kemampuan dasar tersebut merupakan aspek mendasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar terampil bermain sepakbola. Dengan menguasai kemampuan dasar, maka pemain mampu memainkan bola dalam semua situasi permainan dan mudah dalam menerapkan teknik permainan, selain itu mampu menciptakan kerjasama yang kompak dan meningkatkan kualitas permainan sehingga akan menghasilkan kemenangan.

Kemampuan dasar bermain sepakbola dapat dikembangkan melalui pembelajaran yang rutin. Agar dapat mencapai hasil belajar yang optimal,

dibutuhkan pula dukungan peningkatan pengetahuan serta bakat siswa dalam permainan sepakbola. Keterampilan dasar bermain sepakbola merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam permainan sepakbola, untuk dapat menguasai berbagai macam teknik dalam permainan sepakbola maka perlu dilakukan proses belajar yang serius.

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam yakni : menendang bola ke gawang (*shooting*), menyundul bola (*heading*), lemparan ke dalam (*troow-in*), merampas (*trackling*), menjaga gawang (*goal keeping*), menggiring bola (*dribbling*), menghentikan bola (*stopping*) dan mengumpan (*passing*). Dalam penelitian ini teknik yang akan dibahas adalah menghentikan bola (*stopping*) dan mengumpan (*passing*).

Untuk dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai teknik dasar *passing* dan *stopping* sepakbola, dapat menggunakan cara seperti variasi mengajar, *rehershal pairs* (belajar berpasangan), *peer lessons* (belajar dari teman), cara-cara mengajar lainnya. Salah satu cara yang dapat digunakan dari semua cara tersebut adalah variasi mengajar.

Variasi mengajar adalah cara guru dalam menyampaikan materi dengan mengubah cara mengajar baik dari segi intonasi suara, gerakan tubuh, kontak pandang dan interaksi sebagai bentuk perubahan dalam proses kegiatan mengajar yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi berolahraga serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan saat belajar.

Terdapat beberapa permasalahan di dalam proses pembelajaran *passing* dan *stopping* pada permainan sepakbola siswa kelas X MIPA 6 di SMAN 10

Pekanbaru, diantaranya adalah pada kondisi awal masih banyak siswa yang belum mencapai KKM, hasil belajar siswa yang masih berada dibawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu dengan nilai 80, seperti pada kompetensi dasar siswa dapat mempraktikkan gerak dasar, jadi pada materi ini diharapkan siswa dapat melakukan gerak dasar pada permainan sepakbola seperti *passing* dan *stopping*.

Siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mempraktikkan teknik dasar *passing* dan *stopping* pada permainan sepakbola, karena siswa lebih senang melakukan permainan sepakbola secara langsung, daripada melakukan teknik dasar terlebih dahulu, sehingga hal tersebut tentunya mempengaruhi hasil belajar siswa.

Dalam proses belajar sepakbola yang dijalani oleh siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru selama ini masih mengarah pada pemahaman materi tanpa melakukan secara langsung teknik dasar sepakbola seperti bagaimana menendang, mengontrol, menggiring bola, *passing* dan *stopping* sehingga siswa belum bisa melakukan teknik dasar tersebut dengan baik khususnya saat siswa melakukan operan yang tidak terarah jika melakukan *passing*.

Oleh karena itu, dalam mengajarkan teknik dan keterampilan gerak dasar olahraga pada siswa dibutuhkan suatu cara yang dapat meningkatkan keaktifan seluruh siswa dalam mengikuti pembelajaran. Guru pendidikan jasmani hendaknya dapat menerapkan suatu cara dalam menyampaikan materi pembelajaran yang dapat mengaktifkan seluruh siswa dan siswa merasa senang saat menerima materi tersebut.

Bedasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka peneliti ingin menguji keefektifan pembelajaran *passing* dan *stopping* melalui suatu kajian ilmiah dengan judul **Peningkatan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru**. Diharapkan dengan penelitian tersebut dapat memperbaiki hasil belajar siswa dalam melakukan teknik *passing* dan *stopping*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis kemukakan maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Siswa yang masih berada dibawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu dengan nilai 80.
2. Siswa kurang bersungguh-sungguh dalam mempraktikkan teknik dasar *passing* dan *stopping* pada permainan sepakbola, karena siswa lebih senang melakukan permainan sepakbola secara langsung.
3. Proses belajar sepakbola yang dijalani oleh siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru selama ini masih mengarah pada pemahaman materi tanpa melakukan secara langsung teknik dasar sepakbola seperti bagaimana menendang, mengontrol, menggiring bola, *passing* dan *stopping* sehingga siswa belum bisa melakukan teknik dasar tersebut dengan baik.
4. Guru belum pernah menggunakan variasi mengajar dalam menyampaikan materi pembelajaran *passing* dan *stopping* sepakbola.

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah yang dibahas tidak terlalu luas dan lebih fokus, maka perlu diberikan batasan sehingga ruang lingkup dari penelitian ini menjadi lebih jelas. Penelitian ini dibatasi pada peningkatan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dapat dirumuskan, maka dapat dirumuskan masalah. “Bagaimanakah peningkatan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru?”

E. Tujuan Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru.

F. Manfaat Penelitian

Penerapan variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru diharapkan dapat memberikan manfaat kepada:

1. Bagi siswa, sebagai acuan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola.
2. Bagi guru, sebagai bahan pertimbangan dan pedoman dalam program pembelajaran peningkatan keterampilan bermain sepakbola peserta didik khususnya keterampilan teknik dasar *passing* dan *stopping*.

3. Bagi sekolah sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program dalam usaha untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola peserta didik.
4. Bagi Fakultas, semoga penelitian ini dapat menambahkan khasanah ilmu pengetahuan mahasiswa yang lain tentang materi pembelajaran keterampilan teknik dasar *passing* dan *stopping*.
5. Bagi peneliti, sebagai pengalaman dibidang penelitian pembelajaran penjas serta dalam memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Studi dan meraih gelar Strata 1 (S1) di Universitas Islam Riau.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Variasi Mengajar

a. Pengertian Variasi Mengajar

Variasi mengajar merupakan salah satu cara yang dapat ditempuh guna mengembangkan kemampuan dasar siswa dalam melakukan olahraga sepakbola khususnya dalam mengembangkan kemampuan teknik dasar *passing* dan *stopping* yang digunakan dalam permainan olahraga sepakbola. Penerapan variasi Mengajar ini dimaksudkan agar siswa lebih tertarik dan tidak merasa bosan sehingga diharapkan siswa mampu menerima materi pembelajaran dengan baik.

Jika dilihat dari tujuan melakukan olahraga adalah untuk mengembangkan kesehatan dan kebugaran jasmani. Bagi siswa, tujuan suatu pembelajaran adalah untuk mempersiapkan diri mencapai puncak prestasi yang terbaik. Pembelajaran itu merupakan proses yang direncanakan secara teratur untuk meraih prestasi yang terbaik.

Dalam kamus bahasa Indonesia variasi adalah tindakan atau hasil perubahan dari keadaan semula (Depdikbud, 2002:1259). Dalam penelitian ini perubahan yang dimaksud adalah meningkatnya kemampuan siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping* pada permainan sepakbola.

Dari kutipan di atas, dapat dipahami bahwa variasi yang diberikan adalah perubahan dari gaya mengajar guru dibandingkan pada proses belajar sebelumnya, sehingga suasana belajar siswa tidak menjadi monoton dan tidak kaku, dapat juga

menjadikan siswa lebih interaktif dengan guru maupun dengan siswa yang lain disaat proses belajar berlangsung.

Menurut Usman (2010:84) menyatakan bahwa variasi adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar-mengajar yang ditunjukkan untuk mengatasi kebosanan murid sehingga, dalam situasi belajar-mengajar, murid senantiasa menunjukkan ketekunan, antusiasme, serta penuh partisipasi. Untuk itu anda sebagai calon guru perlu melatih diri agar menguasai keterampilan tersebut.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa penerapan variasi ini ditujukan untuk meningkatkan ketekunan, antusiasme, serta penuh partisipasi dari para siswa, sehingga dengan ketekunan yang sungguh-sungguh diharapkan siswa akan dapat memahami materi yang disampaikan oleh guru, dan dengan antusiasme yang tinggi siswa dapat berpartisipasi pada proses pembelajaran.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa variasi pembelajaran merupakan salah satu cara bagi guru untuk mengembangkan proses interaksi belajar-mengajar yang lebih disukai oleh siswa karena siswa dapat ikut serta atau berpartisipasi selama proses pembelajaran dilaksanakan sehingga kegiatan variasi ini akan membuat siswa terhindar dari kebosanan belajar sebagaimana telah terjadi pada sebelumnya.

Kemudian Usman (2010:84) menambahkan bahwa tujuan dan manfaat mengadakan variasi adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk menimbulkan dan meningkatkan perhatian siswa kepada aspek belajar-mengajar yang relevan
- 2) Untuk memberikan kesempatan bagi berkembangnya bakat mengetahui dan menyelidiki pada siswa tentang hal-hal yang baru
- 3) Untuk memupuk tingkah laku yang positif terhadap guru dan sekolah dengan berbagai cara mengajar yang lebih hidup dan lingkungan belajar yang lebih baik

- 4) Guna memberi kesempatan kepada siswa untuk memperoleh cara menerima pelajaran yang disenanginya.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa variasi mengajar yang baik akan melahirkan interaksi yang baik dan tujuan pembelajaran dapat tercapai tanpa menemukan kendala yang berarti, sehingga proses belajar mengajar di sekolah dapat dijalani dengan suasana yang menyenangkan.

Menurut Simaremare yang dikutip oleh Agus dan Lubis (2007:23), adapun manfaat dari variasi pembelajaran, antara lain: (1) Mengurangi kebosanan siswa dalam mengikuti pembelajaran; (2) Meningkatkan motivasi siswa; (3) Mengacu mengembangkan serta mengikat perhatian siswa pada pelajaran yang mereka ikuti; (4) Menumbuhkan rasa ingin tahu siswa pada hal-hal baru sedang dipelajari; (5) Menumbuhkan perilaku belajar positif pada siswa; (6) Meningkatkan partisipasi siswa dalam interaksi kegiatan pembelajaran; (7) Memperlancar dan memperjelas komunikasi antara guru dan siswa.

Penerapan variasi pembelajaran ini dimaksudkan agar siswa lebih tertarik dan tidak merasa bosan sehingga diharapkan siswa mampu menerima materi pembelajaran dengan baik, khususnya dalam menyampaikan materi sepakbola dengan teknik *passing* dan *stopping*. Siswa lebih tertarik jika dalam belajar materi ini siswa melakukannya dengan gerakan yang berbeda.

Menurut Irwanto (2017:11) Model pembelajaran yang bervariasi akan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi siswa, serta hasil belajar dapat memberi makna yang berguna bagi siswa tersebut serta dapat memotivasi guru untuk meningkatkan profesionalisme dalam hal pembelajaran. Bahwa tidak ada satu model pembelajaran yang lebih baik dibandingkan model pembelajaran yang lain. Model

pembelajaran yang terbaik adalah yang paling sesuai dengan karakteristik peserta didik, tujuan, materi ajar, alat/media, waktu yang tersedia, situasi, dan kondisi.

Dari pendapat tersebut dapat diketahui bahwa kondisi tersebutlah yang menyebabkan timbulnya rasa jenuh, dengan demikian motivasi perlu dipelihara dan kebosanan adalah hal yang sangat penting untuk dihindarkan agar prestasi dapat diraih. Salah satu cara untuk menghindari rasa jenuh atau bosan dalam kegiatan berolahraga adalah dengan membuat variasi mengajar

Variasi yang diberikan dapat dilakukan dengan banyak cara, dapat dengan mengubah formasi, mengubah suasana tempat belajar sehingga siswa lebih tertarik dan tidak merasa bosan sehingga diharapkan siswa mampu menerima materi pembelajaran dengan baik sehingga tujuan dari pembelajaran yang telah ditetapkan dapat dicapai.

Dari kutipan di atas dapat diketahui bahwa variasi pembelajaran ini lebih menekankan pada keadaan secara psikologis siswa agar tetap mengacu pada karakteristik cabang olahraga yang dipelajari. Siswa tentunya lebih menyukai materi pembelajaran yang mengandung unsur permainan untuk belajar secara langsung dengan suasana belajar yang menyenangkan.

b. Langkah-Langkah Variasi Mengajar

Sifat jenuh dan bosan merupakan salah satu bagian dari watak dasar yang menyangkut kebutuhan hidupnya. Belajar juga merupakan pengejawantahan rasa ingin tahu manusia dalam rangka meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap dan kepribadiaannya. Oleh karena itu variasi dalam kegiatan pembelajaran mutlak diperlukan dan penting dilakukan oleh guru sebagai penggerak utama terjadinya kegiatan pembelajaran.

Lebih lanjut Husdarta (2014:88) menyimpulkan bahwa mengenai keterampilan mengajar maka menggunakan variasi mengajar sebagai berikut:

1. Guru pendidikan jasmani dan kesehatan membuka kegiatan mengajar dengan menyiapkan seperangkat kegiatan belajar mengajar yang pada umumnya berkenaan dengan bentuk, tempo, urutan, frekuensi, intensitas, penilaian, dan tujuan pengajaran.
2. Guru menjelaskan materi secara jelas, tegas, terarah dan logis.
3. Supaya materi yang disajikan itu tidak menimbulkan kebosanan kepada siswa, maka guru harus dapat memvariasikan dalam hal gaya mengajar, media dan bahan ajar serta interaksi antara guru dengan siswa selama proses belajar mengajar itu berlangsung. Seperti menetapkan bentuk variasi mengajar.
4. Guru mengukur tingkat kemampuan dan keterampilan siswa dengan bertanya di kelas atau dilapangan. Pada saatnya guru memvariasikan kegiatan belajarnya baik berupa gerakannya maupun aba-abanya. Variasi ini dapat dilakukan oleh guru sendiri atau model yang diambil dari siswa yang pandai atau orang lain.
5. Pemberian penguatan dalam pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan harus banyak dilakukan, sehingga siswa diharapkan lebih bergairah lagi untuk berolahraga. Seperti guru menyiapkan siswanya untuk menerima aba-aba untuk melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan variasi guru. Gerakan dilakukan berulang-ulang, kemudian guru menghentikan pengajaran bila ia menganggap siswa telah menguasai gerakan yang dimaksud.

Berdasarkan keterangan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa variasi mengajar adalah suatu kegiatan guru dalam memberikan bermacam-macam gerakan dengan tujuan yang sama untuk mencapai suatu maksud tertentu. Dalam hal ini maksud yang ingin dicapai adalah hasil belajar passing dan stopping sepakbola siswa kelas X MIPA 61 SMAN 10 Pekanbaru.

Menurut Husdarta (2014:70) komponen variasi ini terdiri dari variasi gaya mengajar, variasi media dan bahan ajar, dan variasi interaksi. Variasi gaya mengajar yaitu:

1. Variasi suara. Suara guru pendidikan jasmani dan kesehatan sangat dominan diperlukan saat mengajar di lapangan. Oleh karena itu, guru penjas kes harus dapat memvariasikan suaranya baik kecepatan, nada, intonasi, maupun volumenya. Yang terpenting suara itu harus jelas dan dapat didengar siswa.
2. Pemberian waktu. Waktu ini dapat dipergunakan untuk beristirahat oleh siswa dan guru sambil berdiskusi atau tanya jawab.

3. Kontak pandang. Bila guru berinteraksi dengan siswa, sebaliknya guru mengarahkan pandangannya ke seluruh siswa. Guru dapat membantu siswa dengan menggunakan matanya untuk menyampaikan informasi dan menarik perhatian siswa.
4. Gerakan anggota badan. Variasi dalam gerak anggota badan merupakan bagian dari komunikasi. Tidak hanya untuk menarik perhatian saja, tetapi juga mempertegas dan menolong dalam menyampaikan arti pembicaraan yang guru sampaikan.
5. Pindah posisi. Perpindahan posisi guru di lapangan dapat membantu menarik perhatian siswa. Perpindahan posisi ini dapat dilakukan dari mulai ada di depan siswa berjalan ke sampingnya, atau ke belakang siswa. Perpindahan posisi ini tidak mondar-mandir, tetapi harus memiliki makna.
6. Variasi media dan bahan ajar. Masing-masing siswa memiliki kemampuan pendengaran, penglihatan, maupun fisik yang tidak sama. Untuk menarik perhatian siswa, guru bisa memulai dengan berbicara lebih dulu, kemudian memberikan peragaan.
7. Variasi media pandang. Media pandang adalah segala sesuatu yang dapat siswa amati dengan penglihatannya. Dalam pengajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di lapangan, guru harus dapat menyediakan berbagai alat peraga yang dapat diamati siswa.
8. Variasi media dengar. Dalam proses mengajar di lapangan suara guru sangat vital dalam berkomunikasi dengan siswa. Media yang dapat digunakan sebagai media dengar selain suara guru adalah peluit dan alat musik atau musik senam kesegaran jasmani.
9. Variasi media taktik. Variasi ini lebih ditekankan kepada siswa untuk mencoba menggunakan alat peraga yang disediakan oleh guru. Alat itu dapat siswa manfaatkan untuk melakukan berbagai macam gerak manipulasi seperti melempar, menangkap, menendang, memukul dan mendribelnya.
10. Variasi interaksi. Variasi ini merupakan pola interaksi antara guru dengan siswa di lapangan. Dalam pendidikan jasmani gaya mengajar terdiri dari dua macam yaitu; gaya mengajar langsung (*teacher centered*) dan gaya mengajar tidak langsung (*students centered*). Dalam pelaksanaannya guru dapat memanfaatkan kedua gaya ini secara terintegrasi.

Dari kutipan di atas, dapat diketahui bahwa dalam melakukan variasi saat mengajar, guru dapat menggunakan salah satu dari komponen variasi seperti variasi gaya mengajar, variasi media dan bahan ajar, dan variasi interaksi. Dari ketiga bentuk variasi tersebut yang paling banyak macamnya adalah variasi gaya mengajar saat menyampaikan materi pembelajaran, baik berupa perubahan intonasi suara guru, gerak tubuh saat menjelaskan materi pembelajaran, berpindah posisi saat menjelaskan, menggunakan media pendukung dan mencoba berinteraksi secara langsung kepada siswa dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan yang harus langsung dijawab oleh siswa.

2. Hakikat *Passing* dan *Stopping* Sepakbola

a. Pengertian *Passing* dan *Stopping*

Kualitas teknik dasar bermain setiap pemain tidak lepas dari penguasaan teknik-teknik bermain sepakbola karena hal tersebut sangat menentukan tingkat permainan suatu kesebelasan sepakbola. Makin baik tingkat penguasaan Teknik dasar bermain tiap-tiap pemainnya dalam memainkan dan menguasai bola, maka makin cepat dan cermat kerjasama kolektif akan tercapai. Dengan demikian kesebelasan akan mendapatkan keuntungan secara fisik dan taktik. Salah satu teknik tersebut adalah passing dan stopping.

Menurut Mielke (2003:19) passing adalah seni memindahkan momentum bola dari dari satu pemain ke pemain yang lain. Passing paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Pemain bisa menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih besar dan berpeluang melakukan shooting dan ketepatan yang tinggi. Passing membutuhkan banyak teknik yang sangat penting agar dapat tetap menguasai bola. Dengan passing yang baik, pemain akan dapat berlari ke ruang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan.

Dari kutipan di atas maka dapat disimpulkan bahwa passing merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang memiliki peran yang sangat penting. Bisa dikatakan jika seorang pemain sepakbola tidak bisa melakukan passing, maka orang tersebut tidak akan bisa bermain sebagai

pesepakbola profesional. Terlebih jika orang tersebut tidak memiliki skill individu yang bagus.

Sedangkan Dinata (2004:29-30) menjelaskan bahwa passing bola berarti memberikan bola kepada teman. Mepassing bola dapat dilakukan dengan bola melambung atau bola mendatar. Kemudian Dinata melanjutkan bahwa dalam permainan sepakbola, seringkali bola harus dihentikan atau kita tahan. Oleh karena itu kita harus mengerti dan menguasai cara menghentikan bola, baik bola yang jatuh ke tanah atau bola yang masih diudara sekalipun.

Berdasarkan pengertian passing di atas maka dapat diketahui bahwa passing merupakan istilah yang erat kaitannya dengan aktivitas mengoper atau mengumpan bola mendatar. Teknik passing sangat perlu dikuasai oleh seorang pemain sepakbola agar pola permainan yang diinginkan bisa berhasil baik dalam menyerang atau bertahan.

Kemudian Mielke (2003:20) menjelaskan bahwa stopping (trapping) atau menghentikan bola adalah ketika seorang pemain menerima passing atau menyambut bola dan mengontrolnya sedemikian rupa sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan dribbling passing, atau shooting. Saat melakukan stopping (trapping) atau menghentikan bola pemain menggunakan tubuh yang sah, (kepala, tubuh, kaki) agar bola tetap berdekatan dengan tubuhnya. Stopping adalah cara mengontrol bola yang paling sering digunakan pemain ketika menerima bola dari pemain lain.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa yang dimaksud dengan passing dan stopping adalah kemampuan seorang pemain sepakbola dalam mengoper bola

dan menghentikan bola sedemikian rupa untuk mengatur strategi penyerangan yang lebih baik untuk melakukan shooting.

b. Teknik *Passing* dan *Stopping*

Dalam perkembangan sepakbola modern, pengembangan teknik dipelajari benar-benar secara mendalam dan cermat secara ilmiah. Teknik dalam olah raga adalah merupakan kemampuan untuk melaksanakan gerakan-gerakan secara cepat, tepat dan harmonis. Jadi Teknik dalam olahraga merupakan keterampilan dan kemampuan manusia untuk bergerak secara ekonomis dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Hal ini merupakan dasar permulaan untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya dalam permainan sepakbola menuntut penguasaan teknik yang kompleks sekali.

Menurut Mielke (2003:21) Teknik dasar *passing* dan *stopping* yaitu:

- a) Cara Menendang Bola dengan menggunakan kaki bagian dalam
Langkah-langkahnya, adalah :
 - 1) Kaki tumpu ditepatkan sejajar dan dekat dengan bola (Lutut sedikit dibengkokkan)
 - 2) Kaki yang akan menendang bola diayunkan dari arah belakang.
 - 3) Posisi badan di atas bola sedikit condong ke depan
 - 4) Tangan membentang ke samping untuk menjaga keseimbangan
 - 5) Bola ditendang pada bagian tengah-tengah bola
 - 6) Pandangan mata ke arah bola
- b) Cara mengoper (*passing*) bola di tempat
Langkah-langkahnya, adalah :
 - 1) Pemain berbaris berpasangan dengan jarak 3-5 meter
 - 2) Salah seorang pemain memegang bola
 - 3) Pemain A mengoper ke pemain B
 - 4) Pemain B mengembalikannya ke pemain A yang telah berdiri di ke depan
 - 5) Pemain A mengoperkan bola kepada pemain B yang juga telah berlari ke depan
- c) Cara *stopping* bola menyusur tanah dengan kaki bagian dalam
Langkah-langkahnya, adalah :
 - 1) Pandangan mata ke arah bola
 - 2) Badan condong sedikit ke arah datangnya bola
 - 3) Lutut dibengkokkan sedikit ke arah luar (ke arah datangnya bola)

Lutut dan kaki yang akan menahan bola dibengkokkan sedikit ke arah luar pada saat kontak dengan bola kaki penahan diangkat sedikit dari tanah

Dari kutipan di atas, dapat dipahami bahwa saat melakukan *passing* dan *stopping* bola, perkenaan bola pada bagian kaki harus diperhatikan dengan tepat agar bola yang dipassing dapat diarahkan sesuai dengan keinginan dan bola yang bergulir mendekat dapat di *stopping* dan dikontrol dengan baik.

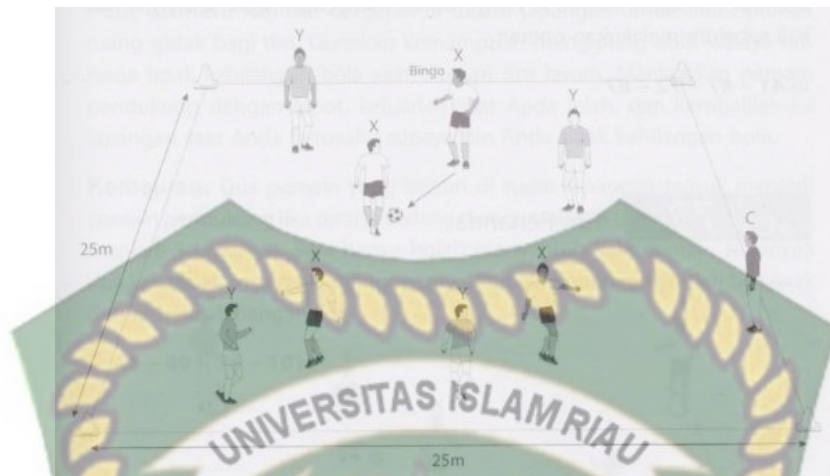
c. Bentuk Variasi Teknik *Passing* dan *Stopping* Yang Akan Diajarkan

1) Variasi *Passing* dan *Stopping* Sebanyak 10 Kali

Pengaturan: Buat lapangan berbentuk persegi berukuran 25 x 25 m. Bagi para pemain menjadi dua tim yang beranggotakan masing-masing empat orang (4 lawan 4)

Peralatan: Rompi, cone, bola

Deskripsi: Para pemain bermain sebagai tim sekaligus perorangan. Jika seorang pemain berhasil mengoperkan bola, ia harus menyebutkan sebuah angka: “satu”; lalu “dua” dan seterusnya. Untuk memenangkan permainan, setiap pemain dalam satu tim harus melakukan operan sebanyak 10 kali. Jika seorang pemain telah menyelesaikan operan ke-10, ia harus meneriakkan 'Bingo!' lalu membantu rekan-rekan setimnya mencapai target.



Gambar 1. Permainan *Bingo*

Charles dan Rook (2011:107)

2) Permainan Tim Penanda

Pengaturan: Buat lapangan berbentuk persegi berukuran 25 x 25 m. Bagi para pemain menjadi dua tim beranggotakan masing-masing lima orang. Tiga di antara lima pemain dari setiap tim bermain di tengah lapangan (3 lawan 3), sedangkan dua pemain lainnya menempati sudut yang berseberangan. Buat lapangan lain sesuai dengan banyaknya pemain.

Peralatan: Rompi, cone, bola.

Deskripsi: Pemain yang bermain 3 lawan 3 di tengah lapangan saling mengoper bola, dan pemain di sudut lapangan boleh masuk untuk menggantikan pemain di dalam lapangan, kapan saja. Tim pertama yang melakukan operan sebanyak 10 kali menjadi pemenangnya.



Gambar 2. Permainan Tim Penanda

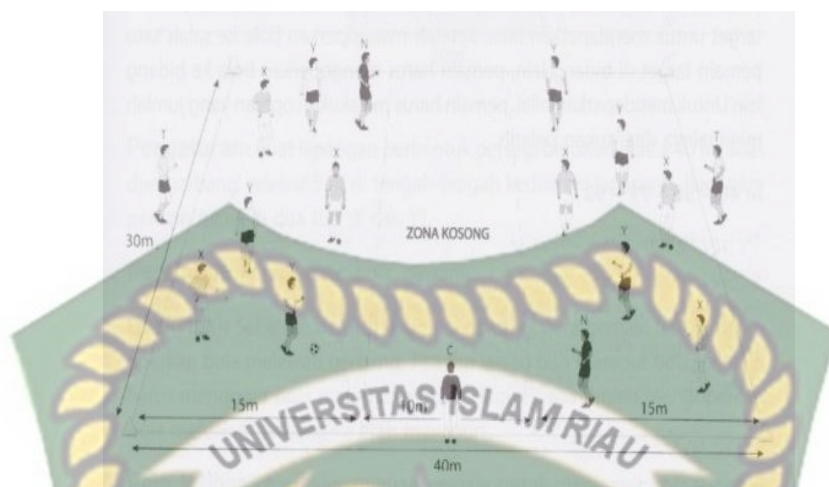
Charles dan Rook (2011:108)

3) Permainan Terarah

Pengaturan: Buat lapangan berbentuk persegi berukuran 40 x 30 m. Bagi panjang lapangan menjadi tiga bagian—dua lapangan seluas 15 m, dan satu lapangan seluas 10 m (zona kosong) di tengah-tengahnya. Bagi para pemain menjadi dua tim (X dan Y) beranggotakan masing-masing tiga orang (3 lawan 3) dan tempatkan setiap tim di setiap bidang kecil. Beri satu bola semua tim.

Peralatan: Rompi, cone, bola.

Deskripsi: Pemain X di salah satu bidang kecil mengoperkan bola ke pemain X yang berada di bidang lain, sehingga operan bola melewati 'zona kosong'. Jika bola bisa direbut pemain Y, mereka melakukan hal yang sama. Seorang pemain N mendukung tim yang sedang menguasai bola, sehingga permainan menjadi 4 lawan 3.



Gambar 3. Permainan Terarah

Charles dan Rook (2011:108)

B. Kerangka Pemikiran

Passing dan *stopping* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang harus dikuasai oleh setiap pemain. *Passing* dan *stopping* secara umum dilakukan dengan cara menendang atau menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, dimana bola yang *dipassing* harus dapat tepat kepada teman seregu dan bola yang dihentikan harus dapat dikontrol oleh kaki dengan baik.

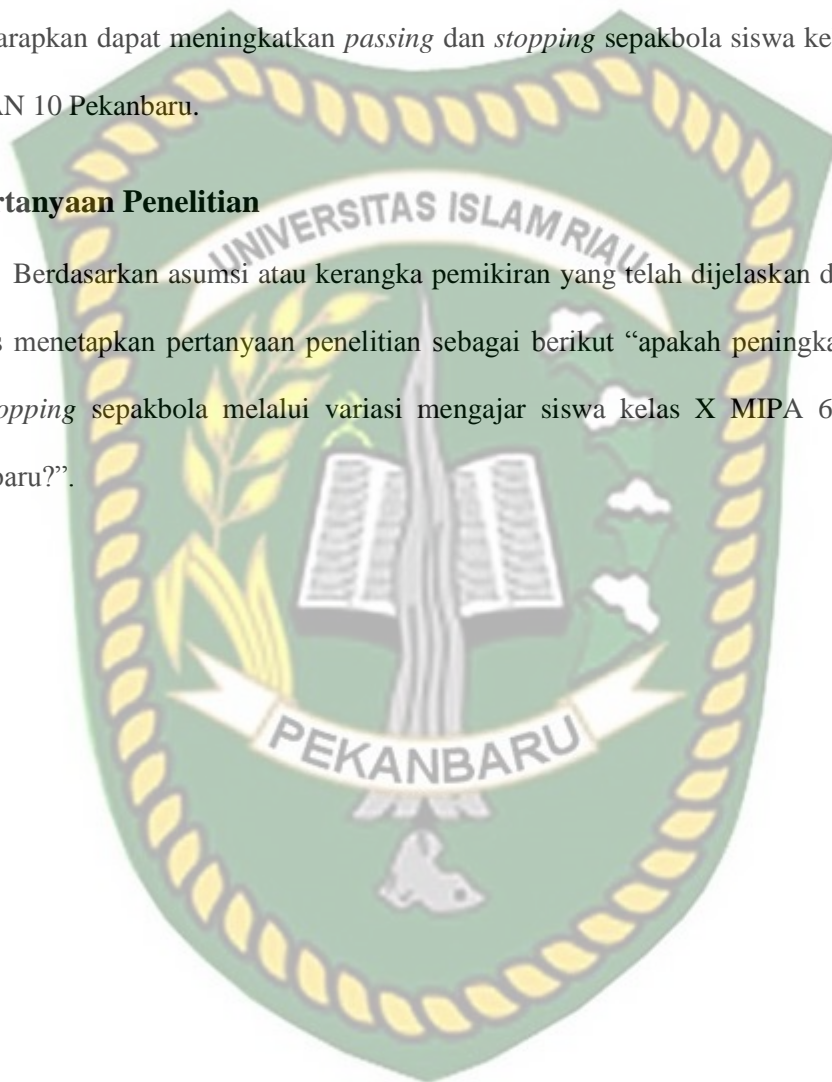
Oleh karena pentingnya penguasaan teknik *passing* dan *stopping* ini, maka siswa seharusnya dapat menguasai teknik ini dengan baik. Namun dengan singkatnya waktu pembelajaran yang tersedia di sekolah, guru harus dapat menggunakan cara mengajar yang tepat guna mencapai tujuan dari materi yang diajarkan kepada siswa.

Salah satu cara mengajar yang dapat digunakan adalah variasi mengajar. Variasi mengajar sangat baik diterapkan pada olahraga khususnya untuk meningkatkan kemampuan *passing* dan *stopping*, karena cara mengajar yang diberikan bertujuan agar siswa atau peserta didik tidak merasa jenuh atau bosan.

Dengan menggunakan variasi mengajar ini dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan praktek secara langsung sehingga siswa dapat mengingat dan terampil dalam melakukan gerakan *passing* dan *stopping*. Sehingga variasi mengajar ini diharapkan dapat meningkatkan *passing* dan *stopping* sepakbola siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru.

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan asumsi atau kerangka pemikiran yang telah dijelaskan di atas, maka penulis menetapkan pertanyaan penelitian sebagai berikut “apakah peningkatan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru?”.



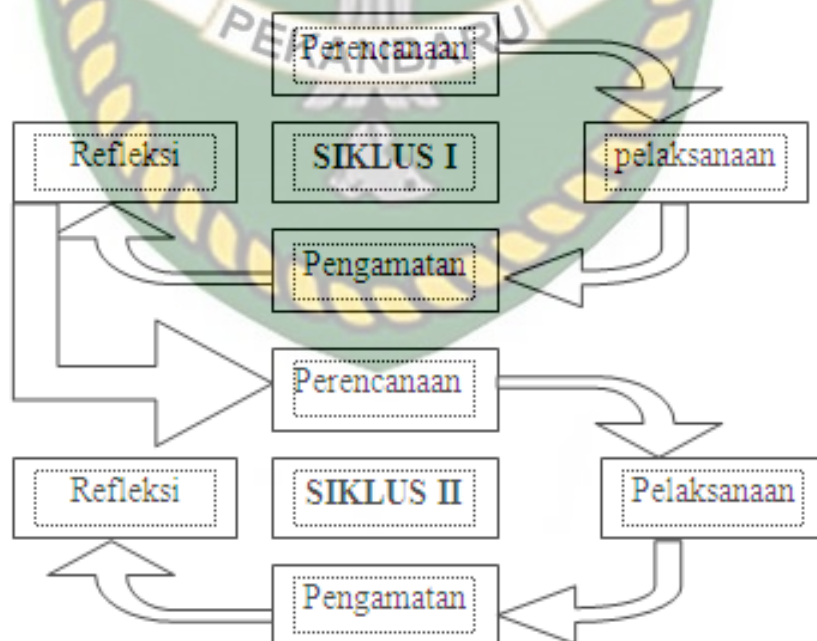
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, yaitu penelitian yang dilakukan dalam kelas dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan sepakbola dengan variasi mengajar. Menurut Arikunto (2011:57) menyatakan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru, bekerja sama dengan peneliti (atau dilakukan oleh guru sendiri yang juga bertindak sebagai peneliti) di kelas atau di sekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktis pembelajaran.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, daur siklus penelitian tindakan kelas (PTK) menurut Arikunto (2011:16) adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Siklus Penelitian Tindakan Kelas

(Arikunto, 2013:137)

1. Perencanaan tindakan : berdasarkan identitas masalah yang dilakukan pada tahap pra PTK, rencana tindakan disusun untuk menguji secara empiris hipotesis tindakan yang ditentukan.
2. Pelaksanaan tindakan : tahap ini merupakan implementasi (pelaksanaan) dari semua rencana yang telah dibuat.
3. Pengamatan tindakan : kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan.
4. Refleksi terhadap tindakan : tahapan ini merupakan tahapan untuk memproses data yang di dapat saat melakukan pengamatan. Dan untuk mengetahui apa yang kurang pada pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan.

Langkah-langkah Penelitian

Siklus I**A. Perencanaan**

- 1) Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan pengajaran
- 2) Menyiapkan contoh perintah atau suruhan melakukan tindakan secara jelas
- 3) Menyiapkan bahan observasi dan mempersiapkan semua alat yang diperlukan

- 4) Menyusun skenario pelaksanaan tindakan
- 5) Membuat silabus, RPP dan lembar observasi

B. Tindakan

- 1) Memberi petunjuk/penjelasan dan memberi kesempatan kepada siswa memperhatikan dan melakukan gerakan
- 2) Membagi siswa sesuai dengan lapangan yang disediakan
- 3) Mengembangkan dan mengorganisasikan gerakan
- 4) Mengawasi pelaksanaan yang dilakukan siswa.

C. Observasi

- 1) Mengamati pelaksanaan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani
- 2) Mendokumentasikan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani

D. Refleksi

- 1) Meningkatkan rencana untuk menyusun rencana pengajaran.
- 2) Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan variasi mengajar

E. Penilaian

- 1) Tes psikomotor

Siklus II

A. Perencanaan

- 1) Penyempurnaan variasi mengajar.
- 2) Guru menyiapkan materi pelaksanaan-pelaksanaan materi yang akan diajarkan

- 3) Guru menyiapkan lembar observasi pengamatan pelaksanaan proses pembelajaran
- 4) Guru mengefektifkan intruksi secara praktis

B. Tindakan

- 1) Guru menyiapkan penyajian materi secara efektif
- 2) Guru menjelaskan materi pelajaran kepada siswa secara efektif
- 3) Guru mengamati dan memberikan bimbingan dalam pembelajaran

C. Observasi

- 1) Melakukan obseravasi terhadap pelaksanaan kerja kelompok dan tugas individu
- 2) Melakukan pencatatan hasil kerja kelompok dan tugas individu
- 3) Mengklarifikasi hasil kerja kelompok dan tugas individu sebagai bahan pertimbangan tindak lanjut berikutnya

D. Refleksi

- 1) Persiapan bahan laporan penelitian

Persiapan dasar penulisan.

B. Subjek Penelitian

Dalam PTK ini yang menjadi subjek penelitian adalah murid kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru yang berjumlah 34 orang siswa dengan komposisi perempuan 15 siswi dan laki-laki 19 siswa. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Subjek Penelitian Di 6 SMAN 10 Pekanbaru

No	Kelas	Putera	Puteri	Jumlah
1	X MIPA 6	19 orang	15 orang	34 orang

Tata Usaha SMAN 10 Pekanbaru 2019

C. Definisi Operasional

Pada penelitian ini, peneliti perlu menjelaskan beberapa istilah agar judul dan tujuan penelitian ini dapat lebih jelas dan tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda, dimana penjelasan istilah peneliti rangkum dalam definisi operasional, yaitu:

- a. Variasi mengajar adalah cara guru dalam menyampaikan materi pembelajaran dengan memvariasikan teknik dalam mengajar, baik melalui variasi intonasi gerakan, suara dan interaksi antara guru dan siswa saat proses belajar.
- b. *Passing* dan *stopping* adalah keterampilan mengoperkan bola dari satu pemain ke pemain lain menggunakan kaki, serta keterampilan dalam menghentikan bola yang *dipassing* oleh teman dan dapat dikontrol dengan baik.

D. Pengembangan Instrumen

Terhadap penelitian ini peneliti mempergunakan perangkat pembelajaran dan instrumen pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1) Silabus

Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. Berdasarkan prinsip tersebut maka silabus mata pelajaran penjasorkes yang digunakan memuat standar kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber bahan/alat.

2) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) disusun untuk 4 kali pertemuan. Setiap RPP yang digunakan memuat standar kompetensi, kompetensi dasar, indikator, tujuan pembelajaran, materi ajar, langkah-langkah kegiatan, alokasi waktu, alat dan sumber serta penilaian dengan berpedoman pada langkah-langkah variasi mengajar.

Adapun teknik tes tentang kemampuan sepakbola yang dinilai dapat dilihat pada rubrik penilaian sebagai berikut :

Tabel 2. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja *Passing* dan *Stopping*

Aspek Yang Dinilai	Kriteria Penilaian <i>Passing</i>	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
Sikap Awal	1. Badan menghadap belakang sasaran bola				
	2. Melihat target yang akan diumpan				
	3. Lutut sedikit ditekuk				
	4. Kaki tumpu berada di samping bola				
Perkenaan dengan bola	1. Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki				
	2. Bola ditendang tepat pada tengah-tengah bola				
	3. Pada waktu menendang bola badan agak condong ke depan				
	4. Kedua lengan berada di samping badan untuk keseimbangan				
Sikap Akhir	1. Setelah kaki yang menendang mengenai bola segera diletakkan ke tanah				
	2. Bergerak ke arah depan 2 sampai 3 langkah				
	3. Posisi tangan tetap terbuka untuk menjaga keseimbangan				

	4. Pandangan tetap lurus ke depan				
Aspek Yang Dinilai	Kriteria <i>Stopping</i>	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
Sikap Awal	1. Berdiri tegak				
	2. Sikap badan menghadap arah datangnya bola				
	3. Pandangan ke arah gerakan bola				
	4. Kedua kaki sejajar				
Perkenaan dengan bola	1. Kaki bagian yang digunakan untuk <i>stopping</i> dijulurkan ke arah datangnya bola				
	2. Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki bagian dalam				
	3. Kaki ditarik kembali pada saat bola datang				
	4. Bola terhenti di kaki bagian dalam tepat didepan badan				
Sikap Akhir	1. Setelah kaki digunakan untuk <i>stopping</i> mengenai bola segera diletakkan ke tanah				
	2. Kaki tumpu sejajar dengan kaki yang digunakan untuk <i>stopping</i>				
	3. Posisi tangan tetap terbuka untuk menjaga keseimbangan				
	4. Pandangan tetap lurus ke depan				
Jumlah Skor Maksimal: 24					

Sumber: Susilo, 2017:549

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan informasi atau data pada penelitian ini menggunakan:

1. Observasi

Peneliti mengamati secara langsung obyek yang diteliti, baik dengan cara mengamati maupun mencatatnya.

2. Perpustakaan

Penulis mengambil data-data yang bersumber dari buku yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.

3. Pengukuran

Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan tes unjuk kerja.

F. Teknik Analisis Data

Lakukan observasi pengamatan terhadap *passing* dan *stopping* selanjutnya penilaian terhadap kualitas gerak pada unjuk kerja siswa dengan rintangan nilai 1 sampai 4, dengan keterangan 1 = apabila hanya satu kriteria yang dilakukan dengan benar, 2 = apabila hanya dua kriteria yang dilakukan dengan benar, 3 = apabila hanya tiga kriteria yang dilakukan dengan benar, 4 = apabila keempat kriteria dilakukan dengan benar. Selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

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

Tabel 3. Interval Kategori Keterampilan Passing Dan Stopping

NO	Interval	Kategori
1	90 sd 100	Sangat Kompeten
2	70 sd 89	Kompeten
3	50 sd 69	Cukup Kompeten
4	30 sd 49	Kurang Kompeten
5	10 sd 29	Tidak Kompeten

KTSP (2007:367)

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai nilai 80 dari hasil tes. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu menguasai *passing* dan *stopping* dengan yang memiliki nilai minimal 80 keatas. Rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

(Sudijono, 2004:23)

P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Dalam penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Jadi data yang diperoleh berupa hasil penilaian belajar siswa atau kemampuan siswa. Kemampuan siswa yang dinilai di sini adalah kemampuan teknik dasar *passing* dan *stopping*. Kemudian data mengenai kemampuan siswa dipaparkan dalam bentuk tabel, selanjutnya hasil pemaparan tabel tersebut diuraikan dalam bentuk penjelasan.

Pada uraian akan dikemukakan apakah hasil yang diperoleh telah atau belum dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru. Keberhasilan tersebut disesuaikan dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan dalam penelitian ini. Adapun bentuk pembahasan penelitian ini dipaparkan dan diuraikan sebagai berikut:

1. Data Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar *Passing* Dan *Stopping* Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru

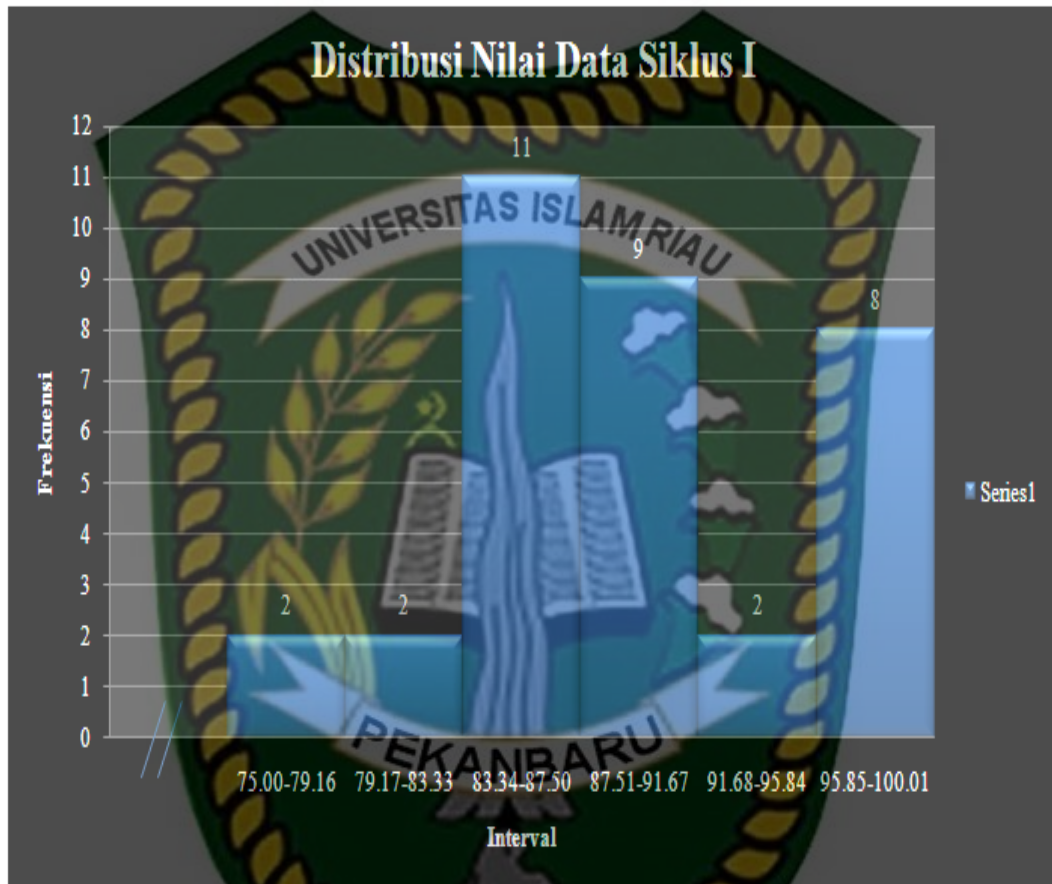
Penilaian rubrik kerja teknik dasar *passing* dan *stopping* siklus I pada siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru dimana nilai tertinggi adalah 100 dan nilai terendah adalah 75, Mean (rata-rata) adalah 90.32 dari sampel yang berjumlah 34 orang. Lalu kumpulan nilai tersebut didistribusikan pada 6 kelas interval dengan panjang kelas interval sebanyak 4.17.

Pada interval kelas pertama dengan rentang nilai 75.00-79.16 terdapat frekuensi absolut sebanyak 2 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 5.88%, pada interval kelas kedua dengan rentang nilai 79.17-83.33 terdapat frekuensi absolut sebanyak 2 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 5.88%, pada interval kelas ketiga dengan rentang nilai 83.34-87.50 terdapat frekuensi absolut sebanyak 11 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 32.35%, pada interval kelas keempat dengan rentang nilai 87.51-91.67 terdapat frekuensi absolut sebanyak 9 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 26.47%, pada interval kelas kelima dengan rentang nilai 91.68-95.84 terdapat frekuensi absolut sebanyak 2 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 5.88%, pada interval kelas keenam dengan rentang nilai 95.85-100.01 terdapat frekuensi absolut sebanyak 8 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 23.53%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar *Passing* Dan *Stopping* Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru

No	Kelas Interval		Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	75.00	- 79.16	2	5.88%
2	79.17	- 83.33	2	5.88%
3	83.34	- 87.50	11	32.35%
4	87.51	- 91.67	9	26.47%
5	91.68	- 95.84	2	5.88%
6	95.85	- 100.01	8	23.53%
Σ			34	100%

Data yang tertuang pada tabel tersebut juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram berikut :



Grafik 1. Histogram Data Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar *Passing* Dan *Stopping* Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru

2. Hasil Siklus Pertama

a. Perencanaan Tindakan

Segala sesuatu yang dibutuhkan dalam tahap pelaksanaan disusun dan dipersiapkan guna mendukung proses pembelajaran pada tahap pelaksanaan. Adapun perencanaan yang dimaksud adalah:

- 1) Menyusun silabus pembelajaran *passing* dan *stopping* sepakbola

- 2) Membuat rencana pembelajaran dengan menggunakan metode variasi mengajar, Rencana Perangkat Pembelajaran (RPP), membuat lembar evaluasi praktek *passing* dan *stopping* siswa.

b. Pelaksanaan Tindakan

Siklus I direncanakan selama 2 kali pertemuan dengan waktu 3x45 menit, dengan menerapkan pembelajaran menggunakan metode variasi mengajar. Kompetensi yang diberikan pada siklus pertama ini adalah teknik dasar *passing* dan *stopping* dalam permainan Sepakbola. Proses pembelajaran mengacu pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disusun peneliti. Dalam proses pembelajaran ini dibagi menjadi tiga langkah besar yaitu pendahuluan, pembelajaran inti dan penutup.

c. Observasi dan Evaluasi

1) Observasi

Pengamatan dilaksanakan ketika proses pembelajaran berlangsung. Aktivitas yang diamati dalam pembelajaran adalah aktivitas siswa melalui metode variasi mengajar. Berdasarkan hasil pengamatan terhadap aktivitas-aktivitas tersebut, diketahui bahwa hasil pembelajaran siswa lebih baik dari pada sebelum tindakan (sebelum diterapkannya metode variasi mengajar).

2) Evaluasi

Sebagaimana hasil pada siklus I atau setelah diterapkannya metode variasi mengajar bahwa rata-rata nilai kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru sangat baik. Hasil akhir dari pelaksanaan tindakan siklus I dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Analisis Kemampuan *Passing* dan *Stopping* Sepakbola Siswa Kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru Siklus I

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	90 sd 100	Sangat Kompeten	19	55.88%
2	70 sd 89	Kompeten	11	32.35%
3	50 sd 69	Cukup Kompeten	4	11.76%
4	30 sd 49	Kurang Kompeten	0	0.00%
5	10 sd 29	Tidak Kompeten	0	0.00%
Jumlah			34	100%
Rata-rata			90.32	
Kategori			Sangat Kompeten	

Data Olahan Penelitian 2019

Berdasarkan tabel di atas, maka analisis terhadap kemampuan siswa siklus I adalah sebagai berikut:

1. Interval nilai 90 sd 100 dalam kategori “sangat kompeten” diperoleh 19 orang siswa dengan persentase 55.88%
2. Interval nilai 70 sd 89 dalam kategori “kompeten” diperoleh 11 orang siswa dengan persentase 32.35%.
3. Interval nilai 50 sd 69 dalam kategori “cukup kompeten” diperoleh 4 orang siswa dengan persentase 11.76%.
4. Interval nilai 30 sd 49 dalam kategori “kurang kompeten” tidak ada.
5. Interval nilai 10 sd 29 dalam kategori “tidak kompeten” tidak ada.

Selanjutnya dari tabel di atas juga diketahui rata-rata nilai siswa siklus I, yakni 90.32 atau dalam kategori “Sangat Kompeten”. Berdasarkan tabel dan uraian di atas,

maka dapat dikatakan bahwa rata-rata kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru sangat baik dari pada sebelum diterapkannya metode variasi mengajar. Secara keseluruhan atau siswa sudah melewati ketuntasan klasikal, karena dari hasil siklus I diperoleh rata-rata nilai 90.32 dengan 30 siswa yang kompeten (88.24%) dan cukup kompeten dengan 4 siswa (11.76%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada perhitungan berikut ini:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\% , \text{ maka}$$

$$P = \frac{30}{34} \times 100\%$$

$$P = 88.24\%$$

Dari perhitungan tersebut diketahui bahwa indikator keberhasilan yang sudah tercapai pada siklus I adalah 88,24%. Pernyataan tersebut membuktikan bahwa indikator keberhasilan sudah melewati 80% siswa memperoleh nilai minimal 80. Sehingga Penelitian Tindakan Kelas ini tidak perlu dilakukan ulang ke siklus kedua.

d. Refleksi Siklus Pertama

Tahap akhir dari pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah kegiatan refleksi, tujuannya untuk mengetahui kekuatan dan kelemahan selama pembelajaran melalui metode variasi mengajar. Adapun hal-hal yang direfleksi pada siklus I adalah sebagai berikut:

1. Aktivitas siswa selama proses pembelajaran dikatakan baik, namun masih terdapat kelemahan pada saat mengawali materi *passing* dan *stopping*, siswa masih kurang memahami teknik dalam melakukan *stopping* bola yang benar.

2. Rata-rata kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola pada siklus I adalah 90.32 atau dalam kategori sangat kompeten. Sehingga indikator kinerja sudah dapat dicapai dengan daya serap sebesar 88.24%.

Mencermati hasil di atas, maka sebaiknya guru lebih memotivasi siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping* yang benar karena hasil tersebut masih dapat untuk ditingkatkan dengan cara guru mengamati kegiatan yang dilakukan oleh tiap siswa ketika pembelajaran sedang berlangsung agar siswa benar-benar memperhatikan penjelasan guru dengan seksama.

B. Analisis Data

Berdasarkan penelitian ini penggunaan variasi mengajar pada pembelajaran *passing* dan *stopping*, dapat meningkatkan kemampuan subjek dalam melakukan gerakan demi gerakan hingga menyelesaikan gerakan secara keseluruhan. Melalui variasi mengajar, keaktifan subjek pada pembelajaran *passing* dan *stopping* menjadi lebih baik dalam kemampuan konsep gerak, serta perhatian subjek dalam menanggapi penjelasan mengenai gerakan demi gerakan *passing* dan *stopping* juga menjadi tidak membosankan.

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilakukan dengan mengacu pada RPP yang telah dipersiapkan sebelumnya. Keterampilan *passing* dan *stopping* siswa pada saat penilaian tindakan siklus I memperoleh nilai persentase ketuntasan klasikal yaitu sebanyak 30 siswa tuntas atau sebesar 88.24%, karena indikator yang ditetapkan sudah tercapai, maka peneliti memutuskan untuk tidak melanjutkan penelitian siklus berikutnya.

Berdasarkan uraian di atas, tampak bahwa dengan variasi mengajar, suatu materi pembelajaran gerak yang memiliki tingkat kompleksitas tinggi seperti *passing* dan

stopping disajikan secara bertahap untuk selanjutnya baru dirangkai menjadi suatu gerak yang utuh dapat diberikan melalui variasi mengajar.

C. Pembahasan

Berdasarkan analisis data pada penelitian ini diperoleh hasil belajar *passing* dan *stopping* sepakbola melalui variasi mengajar siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru sudah baik dengan nilai rata-rata kemampuan kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola melalui metode variasi mengajar sebesar 90.32. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa menyukai metode variasi mengajar yang digunakan oleh guru, siswa menjadi lebih tertarik untuk memperhatikan penjelasan guru serta dibantu dengan menggunakan media belajar yang tepat seperti menggunakan proyektor sehingga siswa dapat secara langsung melihat bagaimana pelaksanaan teknik *passing* dan *stopping* yang benar.

Berdasarkan hasil pengolahan data dan keterangan di atas maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa siswa mencapai ketuntasan klasikal yang sudah ditetapkan yaitu 80%. Ketercapaian ketuntasan klasikal didukung oleh beberapa hal diantaranya, bahwa metode variasi mengajar disukai oleh siswa, hal itu terbukti ketika siswa mengikuti pembelajaran kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola siswa terlihat gembira, tekun, dan bersungguh-sungguh dalam melakukan kegiatan pembelajaran melalui metode variasi mengajar sepakbola.

Pada saat metode variasi mengajar ini diberikan, pada awalnya siswa belum begitu tertari saat mengikuti kegiatan belajar melalui metode variasi mengajar, namun seiring cara penyampaian materi yang beragam, siswa dapat

memahami dan mempelajari serta dapat mencapai tujuan pembelajaran *passing* dan *stopping* dengan baik.

Keberhasilan penerapan metode variasi mengajar ini pada siklus I, dimana kemampuan siswa pada siklus I sudah mencapai 80%. Ini sudah cukup memperlihatkan kemajuan hasil belajar siswa menggunakan metode variasi mengajar. Karena pada sebelumnya siswa belum mencapai ketuntasan klasikal, sehingga peneliti menggunakan metode variasi mengajar ini untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping*.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Susilo (2017:11) Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa nilai t-hitung lebih besar dari nilai t-tabel ($t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$) pada pengetahuan *passing* dan *stopping* ($113,837 > 2,02269$), keterampilan *passing* ($12,117 > 2,02269$), dan keterampilan *stopping* ($12,820 > 2,02269$), maka hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TS-TS terhadap hasil belajar *passing* dan *stopping* sepakbola pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Ngasem Kediri dinyatakan diterima.

Serta hasil penelitian Nurdyati (2018:4) menunjukkan bahwa melalui metode variasi latihan dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* dan *stopping* pada siswa V SDN 003 Batu bersurat Kabupaten Kampar dengan indikator keberhasilan yang tercapai pada siklus I adalah 63%. Pernyataan tersebut membuktikan bahwa indikator keberhasilan belum tercapai 80% siswa memperoleh nilai minimal 70. Sedangkan indikator keberhasilan yang tercapai pada siklus kedua adalah 86%. Artinya, nilai minimal 70 telah dicapai 19 orang

siswa. Dengan demikian, penelitian ini dapat dikatakan berhasil karena hasil yang diperoleh telah melebihi indikator keberhasilan yang ditetapkan (80% siswa memperoleh nilai minimal 70).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode variasi mengajar yang digunakan oleh guru dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* dan *stopping*. Pada awal penelitian, peneliti menghadapi kendala dalam memberikan pembelajaran melalui metode variasi mengajar ini, karena tidak semua siswa mengerti dan memahami aturan dalam metode variasi mengajar ini. Namun berkat ketekunan siswa dalam mengikuti pembelajaran serta bertanya disaat proses belajar tentang materi yang belum dipahami maka siswa mengalami kemajuan dalam penguasaan teknik *passing* dan *stopping* sepakbola dengan menerapkan metode variasi mengajar siswa mencapai ketuntasan klasikal sebanyak 88.24%.

Namun dalam penelitian ini terdapat beberapa kelemahan dalam penerapan variasi mengajar, seperti saat melakukan variasi mengajar *passing* dan *stopping* membutuhkan lapangan yang luas, sehingga bagi sekolah yang tidak memiliki halaman yang luas akan menjadi lebih sulit. Kemudian membutuhkan bola yang banyak agar siswa dapat secara serempak dan bersamaan dalam melakukan *passing* dan *stopping*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari deskripsi penelitian dan analisa data, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa melalui metode variasi mengajar dapat meningkatkan kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola pada siswa kelas X MIPA 6 SMAN 10 Pekanbaru dengan nilai rata-rata pada siklus I sebesar 90.32 serta nilai ketuntasan klasikal sebesar 88,24%.

B. Saran

Dari hasil penelitian di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Kepada siswa, agar tidak malu dalam bertanya kepada guru tentang materi yang sedang diajarkan melalui metode variasi mengajar, serta dalam melakukan kegiatan pembelajaran teknik *passing* dan *stopping* siswa harus dapat mengikuti instruksi yang telah diberikan oleh guru agar penerapan metode variasi mengajar yang diberikan dapat berjalan dengan lancar.
2. Bagi guru, dapat menerapkan metode variasi mengajar untuk meningkatkan kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola siswa.
3. Kepada kepala sekolah agar lebih meningkatkan sarana dan prasarana olahraga sepakbola demi tercapainya prestasi olahraga sepakbola disekolah.
4. Bagi peneliti lainnya agar meneliti menggunakan metode variasi mengajar; meningkatkan teknik dasar sepakbola yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

Agus, M dan Lubis, Evri, A. (2017). Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Siswa SMP Negeri 1 Aek Songsongan Asahan Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 13 (2), 58-64.

Arikunto, S. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Charles dan Rook. (2011). *Sesi Latihan Sepakbola Untuk Pemain Muda*. Jakarta: Indeks.

Depdikbud. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Husdarta, JS. (2014). *Belajar dan Pembelajara Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Irwanto, E. (2017). Pengaruh Metode Resiprokal dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. Vol. 6, No. 1, Hal. 10-20.

KTSP. (2007). *Panduan Lengkap KTSP*. Yogyakarta. Pustaka Yudhistira

Malcom, C. (2013). *Drills Sepakbola Untuk Pemain Muda Usia 12 – 16 Tahun*. Jakarta: PT. Indeks.

Mielke, D. (2003). *Seri Dasar-Dasar Olahraga Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta: Pakar Raya.

Nurdiati. (2018). Upaya Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar *Passing Dan Stopping* Dalam Permainan Sepakbola Melalui Metode Variasi Latihan Siswa Kelas V

SDN 003 Batu Bersurat Kabupaten Kampar. *Jurnal PAJAR*. Vol. 2. No. 3. 458-462.

Sudijono, A. (2004). *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.

Susilo, A N. (2017). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Two Stay Two Stray (TS-TS) Terhadap Hasil Belajar Passing dan Stopping Sepakbola (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Ngasem Kediri). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Volume 05 Nomor 03.

Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Pasal 21 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta.

Usman, M, U. (2010). *Menjadi Guru*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Widiastuti. (2017). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Raja Grafindo.

