

BAB 2

TINJAUAN TEORETIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep Belajar

a. Pengertian Belajar

Menurut (Suyono dan Hariyanto, 2014) belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap, dan mengokohkan kepribadian. Dalam konteks menjadi tahu atau proses memperoleh pengetahuan menurut pemahaman sains konvensional, kontak manusia dengan alam diistilahkan dengan pengalaman (*experience*). Pengalaman yang terjadi berulang kali melahirkan pengetahuan (*knowledge*), atau *a body of knowledge* (hlm. 9).

Sebelum membicarakan pengertian prestasi belajar, terlebih dahulu akan dikemukakan apa yang dimaksud dengan belajar. Para pakar pendidikan mengemukakan pengertian yang berbeda antara satu dengan yang lainnya, namun demikian selalu mengacu pada prinsip yang sama yaitu setiap orang yang melakukan proses belajar akan mengalami suatu perubahan dalam dirinya.

Belajar adalah suatu proses perubahan pribadi seseorang yang dimana perubahana ini terjadi dalam bentuk peningkatan kualitas perilaku, seperti diantaranya pada peningkatan pengetahuan, keterampilan, daya pikir, pemahaman, sikap serta dalam berbagai materi yang telah dipelajari.

Belajar dalam pandangan Rogers di atas pada dasarnya bertumpu pada prinsip kebebasan dan perbedaan individu dalam pendidikan. Dengan demikian, peserta didik akan lebih mengenal dirinya, menerima diri sebagaimana adanya, dan akhirnya merasa bebas memilih dan berbuat menurut individualitasnya dengan penuh tanggung jawab.

b. Tujuan Belajar

Tujuan belajar yang paling utama adalah meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki cara berpikir. Mengubah tingkah laku, mengubah kebiasaan, mengubah keterampilan pada saat belajar. Pendidik juga harus mempunyai kesiapan belajar dan adanya penggunaan pendekatan, strategi maupun metode agar dalam pembelajaran tersebut peserta didik tidak merasakan suasana yang membosankan atau jenuh.

Menurut Sadirman (dalam djamaludin, 2011) secara umum ada tiga tujuan belajar, yaitu: 1. Untuk Memperoleh Pengetahuan Hasil dari kegiatan belajar dapat ditandai dengan meningkatnya kemampuan berpikir seseorang. Jadi, selain memiliki pengetahuan baru, proses belajar juga akan membuat kemampuan berpikir seseorang menjadi lebih baik. Dalam hal ini, pengetahuan akan meningkatkan kemampuan berpikir seseorang, dan begitu juga sebaliknya kemampuan berpikir akan berkembang melalui ilmu pengetahuan yang dipelajari. Dengan kata lain, pengetahuan dan kemampuan berpikir merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. 2. Menanamkan Konsep dan Keterampilan Keterampilan yang dimiliki setiap individu adalah melalui proses belajar. Penanaman konsep membutuhkan keterampilan, baik itu keterampilan jasmani maupun rohani. Dalam hal ini, keterampilan jasmani adalah kemampuan individu dalam penampilan dan gerakan yang dapat diamati. Keterampilan ini berhubungan dengan hal teknis atau pengulangan. Sedangkan keterampilan rohani cenderung lebih kompleks, karena bersifat abstrak. Keterampilan ini berhubungan dengan penghayatan, cara berpikir, dan kreativitas dalam menyelesaikan masalah atau membuat suatu konsep. 3. Membentuk Sikap Kegiatan belajar juga dapat membentuk sikap seseorang. Dalam hal ini, pembentukan sikap mental peserta didik akan sangat berhubungan dengan penanaman nilai-nilai sehingga menumbuhkan kesadaran di dalam dirinya. Dalam proses menumbuhkan sikap mental, perilaku, dan pribadi anak didik, seorang guru harus melakukan pendekatan yang bijak dan hati-hati. Guru harus bisa menjadi contoh bagi anak didik dan memiliki kecakapan dalam memberikan motivasi dan mengarahkan berpikir. (hlm. 26-28).

Menurut (bakar, 2014) motivasi belajar mempunyai peranan besar dari keberhasilan seorang siswa. Hasil belajar akan menjadi optimal kalau ada motivasi belajar. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan semakin baik hasil belajar. Dengan demikian motivasi senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi siswa (hlm. 222 – 232).

Mengubah kebiasaan agar menjadi lebih baik dari sebelumnya dan juga harus memberikan perhatian kepada peserta didik yang mempunyai kebiasaan buruk. Ini bisa dilakukan dengan pemberian kesadaran bahwa perbuatan yang dimiliki tersebut dapat memberikan dampak negatif bagi diri sendiri dan orang lain. Serta pendidik harus memberikan dorongan kuat untuk bisa menghilangkan kebiasaan negatif yang dimiliki peserta didik tersebut.

c. Ciri-ciri belajar

Ciri belajar yaitu terjadinya perubahan tingkah laku, perubahan dalam belajar yang aktif dan menyenangkan, perubahan yang berkesinambungan. Perubahan yang bersifat fungsional. Perubahan yang terjadi pada aspek kepribadian seseorang mempunyai dampak pada perubahan selanjutnya.

Proses belajar dapat dikenali melalui beberapa karakteristiknya. Mengacu pada definisi belajar di atas, berikut ini adalah beberapa hal yang menggambarkan ciri - ciri belajar: 1. Terjadi perubahan tingkah laku (kognitif, afektif, psikomotor, dan campuran) baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati secara langsung. 2. Perubahan tingkah laku hasil belajar pada umumnya akan menetap atau permanen. 3. Proses belajar umumnya membutuhkan waktu tidak sebentar dimana hasilnya adalah tingkah laku individu. 4. Beberapa perubahan tingkah laku yang tidak termasuk dalam belajar adalah karena adanya hipnosa, proses pertumbuhan, kematangan, hal gaib, mukjizat, penyakit, kerusakan fisik. 5. Proses belajar dapat terjadi dalam interaksi sosial di suatu lingkungan masyarakat dimana tingkah laku seseorang dapat berubah karena lingkungannya.

Menurut (Djamarah, 2011). ciri-ciri belajar sebagai berikut: 1) Perubahan yang terjadi secara sadar. 2) Perubahan dalam belajar bersifat fungsional. 3) Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif. 4) Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara. 5) Perubahan dalam belajar bertujuan dan terarah. 6) Perubahan mencakup seluruh aspek. (hlm. 15).

d. Tahapan Belajar Gerak

1. Tahap Kognitif

Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep-konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik. Setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk motor-plan, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak. Apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktekkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

2. Tahap Asosiatif/Fiksasi

Pada tahap ini siswa mulai mempraktekkan gerak sesuai dengan konsep-konsep yang telah mereka ketahui dan pahami sebelumnya. Tahap ini juga sering disebut sebagai tahap latihan. Pada tahap latihan ini siswa diharapkan mampu mempraktekkan apa yang hendak dikuasai dengan cara mengulang-ulang sesuai dengan karakteristik gerak yang dipelajari. Apakah gerak yang dipelajari itu

gerak yang melibatkan otot kasar atau otot halus atau gerak terbuka atau gerak tertutup? Apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

3. Tahap Otomatis

Pada tahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, karena siswa telah memasuki tahap gerakan otomatis, artinya, siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda-tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas gerak tanpa berpikir lagi terhadap apa yang akan dan sedang dilakukan dengan hasil yang baik dan benar.

e. Hasil Belajar

Belajar adalah suatu perubahan perilaku yang relatif permanen dan dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang bertujuan atau direncanakan.

Menurut Hamalik (2008) hasil belajar adalah “sebagai terjadinya perubahan tingkah laku pada diri seseorang yang dapat diamati dan diukur bentuk pengetahuan, sikap, dan keterampilan. (hlm. 7)

Hasil belajar itu tidak dapat langsung dirasakan, tetapi harus melalui proses kerjasama yang maksimal dari seluruh komponen yang ada dalam PMB. Hasil belajar itu ditentukan melalui intelektual question, emosional question dan spiritual question (IQ, EQ, SQ). ketiga bentuk sasaran di atas tidak dapat di pisahkan satu sama lain, karena kemampuan seseorang pembelajar dapat dilihat dari ketiga aspek di atas yang mempengaruhi dirinya. Seorang pendidik dan pembelajar dituntut untuk mampu mengembangkan ketiga model kecerdasan. Dimulai pada kecerdasan intelektual, hasil dari PBM, yang pertama dan utama adalah bagaimana kemampuan intelektual siswa, begitu juga dengan pendidik harus mempunyai kemampuan yang memadai dalam memadukan metode dan strategi dalam pembelajaran.

Menurut (Jamilah, 2021) istilah hasil belajar memiliki jalinan yang erat kaitannya dengan prestasi belajar. Sebetulnya sangat susah untuk membedakan pengertian prestasi dengan hasil belajar. Ada yang berpendapat bahwa konsep hasil belajar identik dengan konsep prestasi belajar. Hasil belajar menunjukkan kualitas jangka waktu yang lebih panjang, seperti cawu, semester, dsb. (hlm. 182)

Menurut Nasrallah (2014) Hasil belajar mengacu pada struktur pengetahuan yang telah dibuat sebagai hasil dari proses pembelajaran dengan siswa dapat memecahkan masalah. (hlm. 257 -267)

Hasil pembelajaran dapat dijadikan tolak ukur untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi tujuan pembelajaran. Sebagai salah satu patokan untuk mengukur keberhasilan proses pembelajaran, hasil belajar merefleksikan hasil dari proses pembelajaran yang menunjukkan sejauh mana murid, guru, proses pembelajaran, dan lembaga pendidikan telah mencapai tujuan pendidikan yang telah ditentukan.

Merujuk pada Taksonomi Bloom hasil belajar dalam rangka studi dicapai melalui tiga ranah, yaitu kognitif, afektif, psikomotor Ranah kognitif, berkaitan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri atas 6 aspek yaitu pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan penilaian. Ranah afektif, berkaitan dengan sikap dan nilai. Ranah afektif meliputi lima jenjang kemampuan yaitu menerima, menjawab, atau reaksi, menilai, organisasi dan karakterisasi dengan suatu nilai atau kompleks nilai. Ranah psikomotor meliputi keterampilan motorik, manipulasi benda-benda, koordinasi *neuromuscular* (menghubungkan, mengamati).

2.1.2 Konsep Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Menurut (Pane, 2017) mengemukakan bahwa “pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik, dengan bahan pelajaran, metode penyampaian, strategi pembelajaran, dan sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar”. Jadi pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Pembelajaran merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar.

Sedangkan Pembelajaran yang diidentikkan dengan kata “mengajar” berasal dari kata dasar “ajar” yang berarti petunjuk yang diberikan kepada orang supaya diketahui (diturut) ditambah dengan awalan “pe” dan akhiran “an menjadi “pembelajaran”, yang berarti proses, perbuatan, cara mengajar atau mengajarkan

sehingga anak didik mau belajar. Menurut (Mulyasa, 2013) komponen - komponen dalam suatu kegiatan pembelajaran yaitu siswa, guru, tujuan, isi pelajaran, metode, media, dan evaluasi (hlm. 30).

Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku di manapun dan kapanpun. Pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, walaupun mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat memengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seseorang peserta didik.

Pengajaran memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan guru saja. Sedangkan pembelajaran juga menyiratkan adanya interaksi antara guru dengan peserta didik. Pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal.

b. Tujuan Pembelajaran

Tujuan Pembelajaran Menurut (Tung, 2017) adalah hasil belajar yang diperoleh peserta didik setelah proses pembelajaran untuk satu topik pembelajaran pada satu periode tertentu (hlm. 19).

Teori tujuan pembelajaran yang telah dikemukakan selaras dengan perumusan tujuan pembelajaran pada kurikulum 2013. Pada kurikulum 2013 untuk mengetahui hasil belajar peserta didik di akhir proses pembelajaran perumusan tujuan pembelajaran mengacu pada kompetensi dasar. Hasil belajar peserta didik dicerminkan oleh penguasaan kompetensi dasar untuk satu periode tertentu pada satu mata pelajaran.

Menurut (Mudlofir & Rusdiyah, 2016) pertimbangan aktivitas tujuan pembelajaran tersebut sama halnya dengan teori belajar behavioristik yang mengemukakan bahwa kemampuan guru mengelola hubungan antara stimulus dengan respon pada situasi pembelajaran dapat mengoptimalkan hasil belajar peserta didik (hlm. 1).

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran tidak hanya sebagai rancangan berupa tulisan, tetapi hendaknya diwujudkan secara nyata di kelas.

Jadi tujuan pembelajaran yaitu melakukan tugas keterampilan, pengetahuan yang melalui pembelajaran dikelas maupun diluar kelas. Tujuan pembelajaran tersebut untuk meningkatkan pembelajaran agar dapat menerapkan di masyarakat atau pada diri sendiri.

c. Media Pembelajaran

Kata media berasal dari bahasa latin *medius* yang secara harfiah berarti "tengah", "perantara" atau "pengantar". Dalam bahasa arab, media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Jadi, media adalah alat yang menyampaikan atau mengantarkan pesan-pesan pengajaran.

Media pembelajaran adalah adalah alat yang dapat membantu proses belajar mengajar sehingga makna pesan yang disampaikan menjadi lebih jelas dan tujuan pendidikan atau pembelajaran dapat tercapai dengan efektif dan efisien.

Menurut Zaini (2017). dengan media pembelajaran, seorang peserta didik memerlukan perantara atau biasa disebut media pembelajaran, dimana dengan adanya media pembelajaran, guru dapat mengalihkan perhatian siswa, agar tidak cepat bosan dan jenuh dalam proses belajar mengajar (hlm. 2).

Menurut Sanjaya (2011). bahwa media berlaku untuk berbagai kegiatan atau usaha, seperti media dalam penyampaian pesan, media pengantar magnet atau panas dalam bidang teknik. Media digunakan dalam bidang pendidikan sehingga istilahnya menjadi media pendidikan (hlm. 163).

Media pada hakekatnya merupakan salah satu komponen sistem pembelajaran. Sebagai komponen, media hendaknya merupakan bagian integral dan harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh. Ujung akhir dari pemilihan media adalah penggunaan media tersebut dalam kegiatan pembelajaran, sehingga memungkinkan siswa dapat berinteraksi dengan media yang dipilih.

Jadi media adalah tempat perantara bagi wadah untuk setiap kegiatan mau diluar ataupun di dalam kelas. Dengan menggunakan sistem penyampaian pesanpun akan tau seperti apa penyampaian dalam tempat perantara tersebut.

d. Manfaat Media

Pendapat diatas didukung oleh Kemp & Dayton (dalam Muhson, 2010.) mengidentifikasi beberapa manfaat media dalam pembelajaran yaitu: penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan, proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik, proses pembelajaran menjadi lebih interaktif, efisiensi

dalam waktu dan tenaga, meningkatkan kualitas hasil belajar siswa, media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja (hlm. 4).

Manfaat praktis media pembelajaran di dalam proses belajar mengajar sebagai berikut:

- Media pembelajaran dapat memperjelas penyajian pesan dan informasi sehingga dapat memperlancar dan meningkatkan proses dan hasil belajar.
- Media pembelajaran dapat meningkatkan dan mengarahkan perhatian anak sehingga dapat menimbulkan motivasi belajar, interaksi yang lebih langsung antara siswa dan lingkungannya, dan kemungkinan siswa untuk belajar sendiri-sendiri sesuai dengan kemampuan dan minatnya.
- Media pembelajaran dapat mengatasi keterbatasan indera, ruang dan waktu.
- Media pembelajaran dapat memberikan kesamaan pengalaman kepada siswa tentang peristiwa-peristiwa di lingkungan mereka, serta memungkinkan terjadinya interaksi langsung dengan guru, masyarakat, dan lingkungannya misalnya melalui karya wisata.

2.1.3 Modifikasi

Menurut Ferdiantono (dalam Sari, 2015) modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*). Artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut, untuk melakukan perubahan tersebut maka dilakukanlah pemodifikasian permainan untuk penunjang pembelajaran agar terlaksana dengan baik (hlm. 193).

Menurut Fauziah (dalam Supriyadi, 2017) permainan bintang beralih merupakan permainan yang bisa dimainkan oleh masyarakat manapun. Selain mempunyai bersifat menghibur, permainan ini juga mengandung unsur pendidikan. Permainan ini dapat dilakukan oleh semua anak-anak baik laki-laki, yang berusia 7 sampai 13 tahun dengan jumlah peserta biasanya berkisar antara 7 orang bahkan dapat lebih menurut keadaan tempat permainan dan banyaknya anak yang ikut dalam bermain (hlm. 193).

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik.

Modifikasi disini mengacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat/sarana dan prasarana yang baru, unik dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Dalam melaksanakan pembelajaran, guru harus kreatif dan selalu berupaya untuk mengatasi kesulitan. Salah satu upaya untuk mengatasi hal tersebut guru harus menciptakan sesuatu peralatan yang sederhana yang mendekati alat sebenarnya, sehingga pembelajaran dapat berlangsung sebagaimana mestinya. Di samping itu, guru juga harus memodifikasi bentuk pembelajaran untuk memotivasi peserta didik agar tertarik melaksanakan pembelajaran tersebut.

Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media dapat berupa suatu bahan atau alat media merupakan sarana pembelajaran yang digunakan untuk menyampaikan informasi kepada siswa yang bertujuan agar siswa mengetahui sesuatu hal.

a. Modifikasi Tujuan pembelajaran

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan tujuan pembelajaran. Modifikasi tujuan materi ini dapat dilakukan dengan cara membagi tujuan materi kedalam tiga komponen, yakni:

- 1) Tujuan perluasan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan bentuk dan wujud keterampilan yang dipelajarinya tanpa memperhatikan aspek efisiensi dan efektivitas.
- 2) Tujuan penghalusan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan efisiensi gerak atau keterampilan yang dipelajarinya.
- 3) Tujuan penerapan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan efektivitas gerak atau keterampilan yang dipelajarinya.

b. Modifikasi Materi Pembelajaran

Modifikasi materi ini dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1) Komponen Keterampilan

Materi pembelajaran pendidikan jasmani dalam kurikulum pada dasarnya merupakan keterampilan-keterampilan yang akan dipelajari peserta didik. Guru dapat memodifikasi keterampilan tersebut dengan cara mengurangi atau menambah tingkat kesulitan dengan cara menganalisa dan membagi keterampilan keseluruhan kedalam komponen-komponen, lalu melatihnya per komponen. Berlatih pembagian ini akan kurang bermakna apabila peserta didik belum tahu wujud gerak secara keseluruhan. Oleh karena itu berikan gambaran

secara keseluruhan terlebih dahulu dengan demonstrasi guru atau bimbinglah peserta didik melakukan gerakan keseluruhan.

2) Klasifikasi Keterampilan

Materi pembelajaran dalam bentuk keterampilan yang akan dipelajari peserta didik dapat disederhanakan berdasarkan klasifikasi keterampilannya dan memodifikasinya dengan jalan menambah dan mengurangi tingkat kesulitannya.

3) Kondisi Penampilan

Guru dapat memodifikasi kondisi penampilan (skill) dengan cara mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitannya. Misalnya tinggi rendahnya kecepatan penampilan, tinggi rendahnya kekuatan penampilan, melakukan ditempat atau bergerak, maju kedepan atau ke segala arah, dikurangi atau ditambah peraturannya. Contoh tersebut sering kali didapat dalam gerak manipulatif misalnya: menangkap, atau memukul dan permainan.

4) Jumlah Keterampilan

Guru dapat memodifikasi pembelajaran dengan jalan menambah atau mengurangi jumlah keterampilan yang dilakukan peserta didik dengan cara mengkombinasikan gerakan atau keterampilan. Misal: dalam permainan gawang bola peserta didik hanya diperbolehkan lari, lompat, dan memukul bola.

5) Perluasan Jumlah Perbedaan Respon

Guru dapat menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara menambah jumlah perbedaan respon terhadap konsep yang sama. Cara seperti ini dimaksudkan untuk mendorong terjadinya "*transfer of learning*". Perluasan aktivitas belajarnya berkisar antara aktivitas yang bertujuan untuk membantu peserta didik mendefinisikan konsep sampai pada macam-macam aktivitas yang memiliki konsep dasar sama.

c. Modifikasi Bola

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melatih keterampilan itu. Misalnya, berat-ringannya, besar-kecilnya, tinggi-rendahnya, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan. Dengan demikian, untuk mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas gerak yang harus dikuasai oleh peserta didik yaitu dengan cara memodifikasi peralatan, modifikasi yang dilakukan oleh penulis disini yaitu memodifikasi bola yang digunakan dalam bermain sepak bola.

Disini peneliti memodifikasi bola dengan menggunakan spon. Berikut alat dan bahan dalam modifikasi bola:



Gambar 2.1. Modifikasi bola

Pertama siapkan bola plastik yang akan dimodifikasi, selanjutnya siapkan spon untuk membungkus bola plastik tujuannya untuk menambah berat pada bola plastik, lalu siapkan lem untuk merekatkan spon ke bola plastik tersebut. Terakhir keringkan selama 10 menit agar tidak mengelupas. Dan modifikasi bola pun sudah bisa dipakai

Pada pembuatan bola, modifikasi ini tujuannya untuk mempermudah Ketika disekolah tidak ada ada bola yang variasi terbaru, maka sudah dibuatkan modifikasi tinggal pakai saja. Untuk ukuran modifikasi bola yaitu 4 dan berat bola 185 gram dan daya pantul 83 cm dari 120 cm.

2.1.4 Konsep Sepakbola

Menurut Komarudin (2011), sepak bola adalah aktivitas fisik yang kaya akan struktur gerakan, dan berdasarkan taksonomi gerak umum, sepak bola dapat mencakup kedua gerakan dasar yang membangun pola gerakan yang lengkap mulai dari pola gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif (hlm. 21).

Menurut Nurwakid (2016) mengatakan bahwa, “Sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang”. Bagian yang paling mendasar yang harus dikuasai untuk dapat bermain sepak bola dengan baik adalah penguasaan teknik dasar sepak bola. Hal ini merupakan langkah awal untuk dapat bermain sepak bola selain melatih faktor fisik, taktik dan mental, dari kelengkapan pokok tersebut yang paling fundamental sebagai dasar bermain sepak bola, adalah teknik dasar dan keterampilan bermain yang lebih dahulu”. Sepakbola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim yang

masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan sebagian pemain cadangan. Secara umum, hanya penjaga gawang saja yang berhak menyentuh bola dengan tangan atau lengan di dalam daerah gawangnya, apabila penjaga gawang menyentuh bola menggunakan tangan diluar daerah gawangnya, maka dikenakan hukuman. Sedangkan 10 pemain lainnya diijinkan menggunakan seluruh bagian tubuhnya selain tangan, biasanya dengan kaki untuk menendang, dada untuk mengontrol, dan kepala untuk menyundul bola. Aturan yang berkaitan dengan permainan sepakbola diatur dalam buku peraturan permainan.

Diantara peraturan-peraturan tersebut mengacu tentang adanya lemparan ke dalam, tendangan sudut, pelanggaran, tendangan gawang dan lainnya yang berkaitan dengan jalannya pertandingan. Klub yang mencetak gol paling banyak pada akhir pertandingan adalah pemenangnya. Jika hingga waktu berakhir permainan masihimbang, maka dapat dilakukan perpanjangan waktu maupun adu penalti untuk menentukan pemenangnya, tergantung dari format penyelenggaraan kejuaraan.

Olahraga sepakbola dimulai sejak abad ke 2 dan 3 sebelum Masehi di China pada masa Dinasti Han. Masyarakat menggiring bola kulit dengan menendangnya ke jaring kecil. Permainan serupa juga dimainkan di Jepang dengan sebutan Kemari. Di Italia permainan menendang dan membawa bola juga di gemari terutama mulai abad ke-16.

Kelahiran sepakbola modern terjadi di Freemasons Tavern pada tahun 1863 ketika 11 sekolah dan klub sepakbola berkumpul merumuskan aturan baku untuk permainan tersebut. Selama tahun 1800-an, olahraga sepakbola diperkenalkan oleh para pelaut, pedagang, dan tentara Inggris ke berbagai belahan dunia. Pada tahun 1904, asosiasi tertinggi sepakbola dunia *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) dibentuk dan pada awal tahun 1900-an, berbagai kompetisi dimainkan di berbagai negara.

Sejarah sepakbola di Indonesia diawali dengan berdirinya Persatuan Sepakbola Seluruh Rakyat Indonesia (PSSI) di Yogyakarta pada 19 April 1930 dengan pimpinan Soeratin Sosrosoegondo. Sejak saat itu, kegiatan sepakbola semakin sering digerakkan oleh PSSI dan makin banyak rakyat yang bermain di jalan atau alun-alun tempat Kompetisi I Perserikatan diadakan.

Dalam perkembangannya PSSI telah memperluas kompetisi sepakbola dalam negeri, diantaranya dengan menyelenggarakan Liga Super Indonesia (LSI), Divisi Utama (DU), Divisi Satu, dan Divisi Dua untuk pemain non amatir, serta Divisi tiga untuk pemain amatir. Selain itu, PSSI juga aktif mengembangkan

kompetisi sepakbola wanita dan kompetisi dalam kelompok usia tertentu yakni U-15, U-17, U-19, U-21, dan U-23 (PT Liga Indonesia).

Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dari permainannya. Tujuan permainan sepakbola adalah "Memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan." Hal ini berarti suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut lebih banyak memasukkan bola ke gawang lawannya dan lebih sedikit kemasukan bola.

a. Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Sepakbola sebagai cabang olahraga permainan terdiri dari beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dan dipahami oleh pesepakbola. Ada beberapa teknik-teknik dasar permainan sepakbola yang harus dimiliki oleh setiap pemain diantaranya sebagai berikut:

- (1) Teknik menendang bola,
- (2) Teknik menerima bola,
- (3) Teknik menendang.
- (4) Teknik merebut bola,
- (5) Teknik menyundul bola,
- (6) Teknik melempar bola,
- (7) Gerak tipu dan,
- (8) Teknik khusus untuk penjaga gawang".

b. Teknik Menendang Sepakbola

Menendang bola merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, karena berdasarkan fungsinya, menendang bola dapat digunakan sebagai cara memberikan (mengoper) bola kepada teman dalam berbagai jarak dan menembak bola ke gawang. Jika kemampuan menendang bola ini kurang baik maka seorang pemain dapat dikatakan tidak dapat bermain sepakbola dengan baik.

Menendang atau tembakan merupakan salah satu cara untuk memasukkan bola atau menciptakan gol ke gawang lawan dengan menggunakan kaki sebagai subyek geraknya.

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa penguasaan keterampilan teknik dasar menendang bola bagi seorang pemain sepakbola adalah penting, karena sangat berkaitan dengan tujuan permainan sepakbola yaitu memasukkan bola ke gawang lawan. Tanpa penguasaan teknik menendang bola yang memadai maka tujuan permainan sepakbola cenderung tidak akan tercapai secara maksimal.

Dari teknik dasar permainan sepakbola ada beberapa cara menendang bola berdasarkan pada bagian kaki tertentu yaitu:

1. menggunakan kaki bagian Dalam.
2. menggunakan kaki bagian luar.
3. menggunakan punggung kaki.

Fungsi penggunaan menendang pada kaki yaitu:

1. mengoper bola kepada teman
2. menembak ke gawang
3. menyapu bola
4. tendangan-tendangan khusus seperti tendangan sudut, tendangan gawang,

pada dasar atas atau bawah penggunaan kaki:

1. melambung rendah setinggi lutut
2. melambung sedang setinggi kepala
3. melambung tinggi di atas kepala

Berdasarkan arah bola pada kaki:

1. tendangan lurus
2. tendangan melengkung

Berdasarkan pada penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa teknik dasar sepakbola terbagi dalam dua teknik yaitu teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola berfungsi untuk pergerakan badan mencari posisi yang menguntungkan dan menghindari dari penjagaan lawan. Sedangkan teknik dengan bola berfungsi untuk menguasai dan menjaga bola dari lawan.

Berkaitan dengan penelitian ini, maka menendang bola yang dimaksud adalah menendang bola ke arah gawang. Adapun cara menendang bola ke gawang adalah sebagai berikut:

- 1) Awalan: berdiri lurus dengan bola, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan jari kaki menghadap ke depan dan lutut sedikit ditekuk. Kaki sepak diputar keluar pada pangkal pahanya sehingga kaki sepak membentuk sudut 90 dengan kaki tumpu.
- 2) Perkenaan dengan bola: terjadi pada daerah punggung kaki, sedangkan bola disepak tepat pada titik pusatnya.
- 3) *Follow Through* dengan cara mengikuti lintasan ayunan gerak kaki ke depan.

c. Menendang Bola dengan Kaki Bagian Dalam

Untuk mempraktikkan gerakan menendang bola dengan kaki bagian dalam, ikuti langkah berikut:

- Berdiri menghadap arah bola.
- Letakan kaki tumpu di samping bola dengan sikap lutut agak tertekuk dan bahu menghadap arah gerakan.
- Kedua lengan ditempatkan di samping badan, agak terentang.

- Pergelangan kaki yang akan dipakai untuk menendang diputar ke luar dan dikunci.
- Pandangan fokus pada bola.
- Selanjutnya, tarik tungkai yang akan digunakan menendang bola ke belakang kemudian ayunkan ke depan ke arah bola.
- Perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola.
- Terakhir, pindahkan berat badan ke kaki tumpu depan bersamaan kaki yang digunakan menendang diletakan di depan. Pandangan fokus ke arah bola.



Gambar 2.2 Gerak Menendang menggunakan Kaki Bagian Dalam

Sumber: Ueberroth, (2012, hlm 103).

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Terkait dengan penelitian tentang pengaruh penyampaian materi latihan menggunakan media visual terhadap keterampilan dasar bermain sepakbola, penelitian yang relevan sangat diperlukan untuk mendukung kerangka berpikir, sehingga dapat dijadikan sebagai patokan dalam pengajuan hipotesis. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah: “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Menendang Bola dengan Kaki bagian dalam Pada Permainan Sepakbola Dengan Modifikasi Bola Plastik pada Siswa kelas IV SD Negeri 2 Jatisaba Kecamatan Purbalingga Tahun Ajaran 2011/2012”, oleh Asmandataris (2012). Penelitian tersebut bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepakbola pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Jatisaba, Kecamatan Purbalingga dengan menerapkan modifikasi bola plastic dalam proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan modifikasi bola plastik dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar dalam menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepakbola melalui kegiatan pra siklus I dan dari siklus I ke siklus II.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual atau asumsi diperlukan dalam suatu penelitian terutama berguna untuk menjadi dasar perumusan hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Kerangka konseptual adalah keterkaitan antara teori–teori atau konsep yang mendukung dalam penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam menyusun sistematis penelitian. Kerangka konseptual menjadi pedoman peneliti untuk menjelaskan secara sistematis teori yang digunakan dalam penelitian.

Pentingnya kemampuan menendang dalam permainan sepakbola di SDN 2 Picungremuk adalah bertujuan untuk mencetak gol ke gawang sehingga akan mendapatkan point 1. Ketika akan menendang peserta didik tersebut bisa melihat pergerakan dari kiper mana yang titik menjadi acuan menendang ke gawang tersebut. Apabila kosong maka peserta didik tersebut akan menendang sesuai dengan Gerakan langkah – langkah yang diberikan oleh guru olahraga. Dan pada sebelumnya peserta didik tersebut masih kesulitan cara menendang baik dari segi Gerakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki. Maka guru olahraga pun mengajarkan Gerakan tersebut sampai bisa.

Kelebihan modifikasi bola spon, yaitu: 1). Memberikan rasa aman kepada siswa, 2). Lebih mudah digunakan, 3). Lebih murah jika dilihat dari segi ekonomis dan 4). Permukaan bola lebih lunak. Kekurangan modifikasi bola spon, yaitu: 1). bola lebih ringan, sehingga ditendang pelan – pelan maka laju bola akan sama seperti bola plastik. 2). Apabila terkena benda yang agak runcing, bola akan langsung berlubang karena permukaannya tipis. 3). Apabila terkena permukaan basah maka lapis spon bola akan bertambah berat.

2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis adalah hasil sementara dari seorang peneliti terhadap penelitiannya. Menurut (Nazir, 2018) Hipotesis adalah "jawaban sementara dari terhadap masalah penelitian yang kebenarannya harus di uji secara empiris". (hlm. 82).

Berdasarkan pengertian di atas, maka hipotesis tindakan penelitian ini sebagai berikut: " Pembelajaran menendang dengan kaki bagian dalam melalui modifikasi bola dapat meningkatkan hasil belajar menendang sepak bola peserta didik kelas V SDN 2 Picungremuk ”