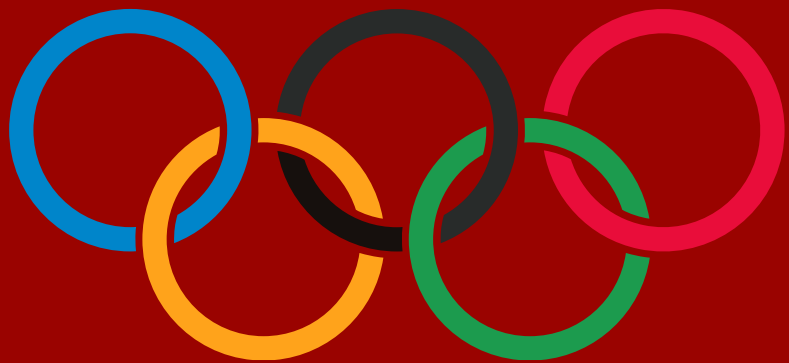


Volume 8 Nomor 1  
Januari-Juni 2018

ISSN: 2088-0324

# JURNAL

Pendidikan Olahraga



Diterbitkan Oleh:

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT  
SEKOLAH TINGGI ILMU PENDIDIKAN TAMAN SISWA BIMA

JPO

## JURNAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

### SUSUNAN REDAKSI

#### **Pelindung dan Penasehat**

Muslim, S.Sos.

Dr. Ibnu Khaldun Sudirman, M.Si.

Ketua Yayasan STKIP Taman Siswa Bima

Ketua STKIP Taman Siswa Bima

#### **Penganggung Jawab**

Muliana, M.Pd.

Ketua LPPM STKIP Taman Siswa Bima

#### **Ketua Penyunting**

Asriyadin, M.Pd.Si.

#### **Penyunting Pelaksana**

Furkan, M.Or.

Shutan Arie Shandi, M.Pd.

Samsudin, M.Or

Irfan, M.Or

Rabwan, Setiawan, M.Pd

Khairul Amar, M.Or

#### **Penyunting Ahli (Mitra Bestari)**

Prof. Dr. Ahmad Thib Raya, M.A.

Dr. Karyadin

Dr. Nuril Furkan, M.Pd.

#### **Desain Cover**

Asriyadin, M.Pd.Si.

#### **Alamat Redaksi**

Redaksi Jurnal Pendidikan MIPA

LPPM STKIP Taman Siswa Bima

Jln. Lintas Bima-Tente Palibelo. Tlp (0374) 42891

Email: lppmtamsisbima@gmail.com

Jurnal Pendidikan Olahraga STKIP Taman Siswa Bima, terbit 2 kali setahun dengan edisi Januari-Juni dan Juli-Desember. Sebagai media informasi, pemikiran dan hasil penelitian yang berkaitan dengan pendidikan olahraga.

**JURNAL PENDIDIKAN OLAHRAGA**  
**Volume 8 No 1, Januari-Juni 2018**  
**ISSN: 2088-0324**

**DAFTAR ISI**

Kebijakan Pemerintah Daerah Kabupaten Bima Dalam Peranan Dinas Pendidikan Kebudayaan Pemuda dan Olahraga Melalui Pembinaan Prestasi Olahraga Tahun 2017/2018 <b>Rusdin</b>	<b>1-9</b>
Analisis Implementasi Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 Sekolah Menengah Atas di Kota Bima <b>Shutan Arie Shandi</b>	<b>10-18</b>
Pengaruh Modifikasi Pembelajaran dan Jenis Kelamin Terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Voli <b>Mahatma Raison Pribadi</b>	<b>19-32</b>
Studi Keadaan Sarana dan Prasarana Penunjang Aktifitas Pendidikan Jasmani Olahraga Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 <b>Furkan, Shutan Arie Shandi</b>	<b>33-39</b>
Profil Kesegaran Jasmani Atlet Bolavoli Kabupaten Bima <b>Rabwan Satriawan</b>	<b>40-43</b>
Pengaruh Latihan Lari Segitiga terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Hu'u <b>Samsudin</b>	<b>44-51</b>

## Kebijakan Pemerintah Daerah Kabupaten Bima Dalam Peranan Dinas Pendidikan Kebudayaan Pemuda Dan Olahraga Melalui Pembinaan Prestasi Olahraga Tahun 2017/2018

Rusdin

STKIP Taman Siswa Bima  
rusdinbimatente@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mendeskripsikan peranan kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima melalui bentuk-bentuk kebijakan yang dilaksanakan oleh pemerintah dalam pembinaan prestasi olahraga. Penelitian ini, menggunakan pendekatan kualitatif. Metode yang digunakan, wawancara, pengamatan, dan dokumentasi. Subyek penelitian, instansi Pemerintahan Kabupaten Bima meliputi, Dikbudpora, KONI, DPRD, Pengurus cabang Olahraga Unggulan, Atlet dan Pelatih. Keabsahan data dengan cara triangulasi data. Data dianalisis dengan cara mengumpulkan data, menyajikan data, mereduksi data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan 1) Peranan kebijakan pemerintah tidak bersifat spesifik dan sempit, tetapi luas sebagai pedoman umum kebijakan dan keputusan-keputusan khusus yang menaungi selurus kebijakan. 2) Peranan Kebijakan Peraturan Bupati Nomor 43 Tahun 2016, Peraturan Bupati Nomor 30 Tahun 2016, Peraturan Bupati Nomor 15 Tahun 2017; Perbud ini, sebagai pelaksanaan pendukung secara teknis dalam peranan kebijakan pembinaan, penyelenggaraan olahraga, atlet, pelatih, sarana dan prasarana, serta peningkatan pembinaan prestasi olahraga unggulan dibina oleh pengurus induk cabang olahraga, sedangkan pemberian penghargaan dan pengangkatan atlet, pelatih berprestasi menjadi CPNS/Tenaga Honorer dan Sumber dana yang digunakan dari anggaran APBD/APBDN yang tertuang dalam Peraturan Bupati Nomor 44 Tahun 2016 yang didukung oleh kebijakan pemerintah Provinsi Nusa Tenggara Barat. 3) Kebijakan Pemerintah Daerah, Dikbudpora, Cabor, dan KONI, Klub serta Masyarakat dalam Semi-Independen.

**Kata kunci:** Kebijakan Pemerintah Daerah, Dikbudpora, Pembinaan Prestasi Olahraga

### PENDAHULUAN

Istilah kebijaksanaan atau kebijakan yang di terjemahkan dari kata *policy* dengan kata lain keputusan pemerintah, karena pemerintahlah yang mempunyai kekuasaan untuk mengarahkan masyarakat, dan bertanggung jawab melayani kepetingan umum. Kebijakan (*policy*) adalah solusi atas ketidak efektif akibat tidak cermatan merumuskan kebijakan-kebijakan dalam suatu masalah. Kebijakan sebagai rangkaian konsep dan dasar yang menjadi garis besar rencana pelaksanaan suatu pekerjaan, kepemimpinan, dan cara bertindak pemerintah pernyataan cita-cita, tujuan, prinsip, atau maksud sebagai garis pedoman untuk mencapai sasaran.

Menurut Thomas R. Dye (dalam Dedy Mulyadi, 2016: 36) adalah "*Whatever Government choose to do or not to do*". Kebijakan publik adalah segala sesuatu yang di kerjakan dan tidak dikerjakan oleh pemerintah. Sedangkan

menurut David Easton (dalam Pandji Santosa, 2008: 27) "pengalokasian nilai-nilai kepada seluruh masyarakat secara keseluruhan" sedangkan pengertian yang lain dari kebijakan publik adalah rumusan keputusan pemerintah yang menjadi pedoman guna mengatasi masalah publik yang mempunyai tujuan, rencana dan program yang direncanakan secara jelas.

Kebijakan publik dalam arti masih luas dapat dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kebijakan dalam bentuk peraturan-peraturan pemerintah tertinggi dan peraturan-peraturan tidak tertulis namun disepakati yang disebut sebagai konvensi-konvensi yaitu undang-undang, peraturan pemerintah, peraturan keputusan Presiden, peraturan menteri, peraturan keputusan Gubernur, dan peraturan keputusan Walikota/Bupati. Kebijakan yang dimaksud adalah kebijakan pemerintah daerah Kabupaten

Bima dalam membangun pembinaan prestasi olahraga.

Membangun daerah perlu memperhatikan kualitas sumber daya manusia melalui peranan pembinaan olahraga yang sistimatis, agar pembangunan dibidang keolahragaan yang bermuara pada peningkatan budaya dan prestasi olahraga. Olahraga pada dasarnya mempunyai peran penting dan strategis dalam upaya pembentukan, peningkatan, dan pengembangan kualitas sumber daya manusia, serta bertujuan kemajuan membangun bangsa yang kokoh. Kemajuan olahraga ditingkat Kabupaten, Kota, dan Provinsi tidak sekedar menganggap olahraga sebagai sesuatu yang penting secara sloganistik. Kesadaran dan makna pembangunan yang menuju kemajuan olahraga secara menyeluruh harus memiliki berbagai pontensi semangat membangun dalam kebijakan olahraga meliputi, pemekaran fasilitas olahraga, pembinaan atlet berpontensi pada tiap-tiap cabang olahraga, peningkatan dan pengembangan sistim kepelatihan yang sesuai dengan kemajuan perkembangan ilmu teknologi terbaru dibidang olahraga, pengelolaan manajemen organisasi olahraga secara terstruktur.

Memajukan olahraga pemerintah daerah memiliki kewenangan yang lebih besar mengarahkan dan mengembangkan segala kebijakan pada olahraga. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2015 Sistem Keolahragaan Nasional (UUSKN) Bab V Pasal 12 ayat 1 dan 2; ayat (1) berbunyi: “Pemerintah mempunyai tugas menetapkan dan melaksanakan kebijakan serta standardisasi dibidang keolahragaan secara nasional”. Ayat (2) berbunyi: “Pemerintah daerah mempunyai tugas untuk melaksanakan kebijakan mengkoordinasikan pembinaan dan pengembangan keolahragaan serta melaksanakan standarlisasi bidang keolahragaan di daerah”.

Kebijakan dalam peranan Peraturan Daerah Kabupaten Bima Nomor 4 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Organisasi Perangkat Daerah (SOPD), Serta Peraturan Bupati Nomor 43 Tahun 2016 tentang Tugas Pokok dan Fungsi Organisasi Dinas, pada Pasal 2 (1) berbunyi: Penyelenggaraan keolahragaan di

serahkan dan menjadi tanggung jawab pada Dinas Pendidikan Kebudayaan Pemuda dan Olahraga agar melaksanakan dan mengkoordinasikan pembangunan olahraga. Sedangkan Peraturan Bupati Nomor 30 Tahun 2016 Pasal 6 (1) berbunyi: Dinas Pendidikan Kebudayaan, Pemuda dan Olahraga merupakan unsur pelaksana urusan pemerintahan bidang pendidikan, kebudayaan, pemuda dan olahraga serta Peraturan Bupati Nomor 15 Tahun 2017 Pasal 2 (1) berbunyi: Pemerintah Kabupaten Bima membentuk Unit Pelaksana Teknis sebagai penunjang pada Dinas Pendidikan, Kebudayaan, Pemuda dan Olahraga. Kebijakan dalam Peraturan Daerah Kabupaten Bima tentang pembinaan olahraga yang sesuai dengan keinginan masyarakat tersebut secara nasional termaktub dalam Undang Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional yaitu; 1) Tentang peranan kebijakan sistem pembinaan, 2) Peranan perekrutan tenaga keolahragaan 3) peranan dalam penyediaan sarana prasarana, 4) peranan dalam penyediaan sumber dana, 5) Peranan pembinaan atlet pelajar.

Pelaksanaan kebijakan pada Peraturan Daerah Kabupaten Bima dalam peranan dinas pendidikan kebudayaan, pemuda dan olahraga selaku *leading sector* pembinaan atlet pelajar berdasarkan hasil pengamatan, kebijakan pemerintah daerah belum mengarah pada sumber daya manusia dalam bidang olahraga yang lebih baik berdasarkan pembinaan cabang olahraga terdiri 23 cabang olahraga, 6 cabang olahraga yang meraih prestasi yaitu Atletik, Pencak Silat, Tinju, Panjat Tebing, Taekwondo serta Bola Voli. Di lihat dari kondisi kejuaraan yang diraih pada pembinaan prestasi olahraga masih minim, berdasarkan skala tingkatan perlombaan yang diraih kejuaraan Nasional dan Internasional yaitu cabang olahraga atletik sedangkan 22 cabang olahraga skala Provinsi Nusa Tenggara Barat.

Kepentingan keorganisasian dibidang olahraga masih berkepentingan sendiri menyangkut perencanaan dan koordinasi membangun olahraga. Pemberdayaan pelatih masih kurang berdasarkan tingkat keporfesional

bidang cabang olahraga yang membangun atlet pada pemanduan bakat serta sarana dan prasarana berstandar nasional tidak ada, penetapan pendanaan tidak teratur secara terencana. Artinya ketetapan pemerintah tidak bergerak sebagai fasilitator dan motivator dalam penetapan peranan kebijakan tidak ditentukan secara sistematis, terencana, terarah dan berkelanjutan sebagai terciptanya sistem peralihan atlet yang baik antara satu generasi atlet berprestasi kegenerasi selanjutnya, sehingga terjadi kesenjangan antara satu generasi atlet berprestasi kegenerasi penggantinya.

Keberhasilan cabang olahraga dan atlet berprestasi itu, ditentukan oleh peranan kebijakan pemerintah daerah dalam pemerataan peranan kebijakan secara sistematis perencanaan dan berjenjang, baik dalam rangka menciptakan atlet yang handal serta kemajuan dalam cabang olahraga. Peranan kebijakan secara perencanaan jelas, membawa dampak positif bagi masa depan olahraga di daerah Kabupaten Bima dalam kejuaraan-kejuaraan cabang olahraga, baik mengikuti kejuaraan olahraga, pekan olahraga pelajar daerah (POPDA), Pekan Olahraga Daerah (PORDA), Pekan Olahraga Propinsi (PORPROV), Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN), Pekan Olahraga Nasional (PON).

Sasaran peranan kebijakan salah satu unsur penting di implementasikan dalam kepentingan publik dibidang olahraga yang menggambarkan hubungan yang ril antara pemerintah dan masyarakat. Hubungan ini, dipandang sebagai suatu proses yang berkesinambungan dan saling keterkaitan pemerintah, dalam menyelesaikan berbagai urusan publik. Melalui hubungan segala proses pelayanan, pengelolaan, pembinaan, pengadaan fasilitas dan penyelenggaraan kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh pemerintah dapat membangun sumber daya manusia dalam mewujudkan kemajuan bangsa (Dedy Mulyadi, 2016:1).

## METODE PENELITIAN

### Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif artinya pendekatan yang bertujuan

untuk menggambarkan atau menguraikan keadaan atau fenomena yang ada atau proses penelitian untuk memahami masalah kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam pembinaan prestasi olahraga unggulan berdasarkan pada tantangan yang kompleks, asal holistik, disusun dengan kata-kata, atau melaporkan pandangan detail pada latar alamiah atau natural. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, karena pendekatan yang digunakan *natural setting*. Menurut Sugiyono (2014: 8) yang dilakukan pada kondisi alamiah dengan memandang realitas sosial sebagai sesuatu yang holistik (utuh), kompleks, dinamis, penuh makna, dan hubungan gejala yang bersifat interaktif (*reciprocal*) pada objek alamiah yang menguraikan tentang kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam peranan Dinas Pendidikan, Kebudayaan Pemuda Dan Olahraga (Dikbudpora). Desain penelitian ini adalah Kebijakan Pemerintah Daerah Kabupaten Bima Dalam Peranan Dinas Pendidikan, Kebudayaan Pemuda Dan Olahraga Melalui Pembinaan Olahraga Unggulan, yang terletak di Provinsi Nusa Tenggara Barat, berbatasan wilayah Kota Dompu, Kota Bima dan Kota Sumbawa Besar.

### Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini, pada Dinas Pendidikan, Kebudayaan Pemuda Dan Olahraga Kabupaten Bima yang beralamatkan di Desa Donggo Bolo Kecamatan Woha. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada minggu pertama hari Rabu tanggal 1 bulan Maret 2017 dan sampai dengan tanggal 29 April 2017.

### Sumber Data

Sumber data adalah pokok acuan yang dijadikan panduan untuk melakukan suatu penelitian berlangsung (suharsimi Arikunto, 2006: 129). Sumber data penelitian ini adalah kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam peranan Dinas Pendidikan, Kebudayaan Pemuda Dan Olahraga. Sumber datanya yaitu Dikbudpora, pengurus KONI, Atlet, pelatih, dan pengurus cabang olahraga yang tergabung pada pembinaan prestasi olahraga unggulan di Kabupaten Bima Provinsi Nusa Tenggara Barat.

Data penelitian ini berupa kata-kata tertulis atau lisan, gambar, foto atau tindakan yang diperoleh dari sumber data, yaitu atlet, tulisan, dan tempat yang diperoleh dari tiga obyek yakni *paper*, *place* dan *person*. *Paper*, yakni sumber data dokumen, buku-buku, majalah atau bahan tulisan lainnya. Baik berupa teori, laporan penelitian dan sebagainya. *Place*, yakni sumber data berupa tempat yang menjadi obyek pengamatan dengan berbagai tingkah laku atau tindakan orang-orang ditempat tersebut. *Person*, yakni sumber data berupa orang (responden) untuk bertemu, bertanya dan berkonsultasi.

### **Teknik dan Pengumpulan Data**

Teknik dan instrumen pengumpulan data adalah pencatatan peristiwa, hal-hal, keterangan-keterangan dan karakteristik atau seluruh elemen yang akan menunjang dan mendukung penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik-teknik tertentu, berdasarkan caranya dikenal sebagai teknik dan instrumen pengumpulan data yaitu Observasi (pengamatan), interview (wawancara), dokumentasi (sugiyono, 2010:193).

Adapun teknik dan pengumpulan data dalam aspek yang diungkap melalui Observasi (pengamatan), interview (wawancara), dokumentasi yaitu: (1) Peranan kebijakan pemerintah daerah tentang pembinaan Prestasi olahraga tingkat pemula, pelajar dan umum. (2) Kebijakan pemerintah daerah tentang pelatih dan pelatihan sesuai dengan bidang atlet/Sertifikat. (3) Kebijakan pemerintah daerah tentang penyelenggaraan atau kompetensi olahraga. (4) Kebijakan pemerintah daerah tentang ketersediaan prasarana dan sarana olahraga. (5) Kebijakan pemerintah daerah tentang Pengalokasian Sumber dana pembinaan atlet serta kesejahteraan atlet.

### **Teknik Cuplikang Sampling**

Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel dengan mempertimbangkan tentang kualitas sumber datanya atau berdasarkan data-data kondisi tentang paraahli dalam bidang yang di ampuh. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling (Sugiyono, 2014:81-85).

### **Validasi Data**

Validitas penelitian kualitatif yaitu ada dua macam validitas internal dan validitas eksternal. Validitas internal yaitu berkenaan dengan derajat akurasi desain penelitian dengan hasil yang di capain. Sedangkang validitas eksternal yaitu berkenaan dengan derajat akurasi apakah hasil penelitian dapat digeneralisasikan atau di terapkan pada populasi dimana sampel tersebut diambil. Pada validitas penelitian ini, temuan atau data dapat dinyatakan valid, apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan oleh peneliti dengan apa sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti maka peneliti melakukan perpanjangan pengamatan atau uji validitas konsultasi ahli (Sugiyono, 2015:174-175).

### **Teknik Analisis**

Analisis data pada penelitian kualitatif diperoleh dari berbagai sumber dengan menggunakan teknik triangulasi dan untuk keabsahan data maka pengumpulan data dilakukan secara terus menerus sampai datanya jenuh (Sugiyono, 2014:246). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara interatif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas dengan menghasilkan sebuah, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan kesimpulan gambaran verifikasi dalam penelitian, "kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam peranan Dinas Pendidikan, Kebudayaan Pemuda Dan Olahraga melalui pembinaan prestasi olahraga.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Deskripsi Data**

Kabupaten Bima merupakan salah satu Kabupaten di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) dan berada pada bagian paling timur pulau Sumbawa, diapit oleh Kabupaten dompu disebelah barat, Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) disebelah timur, dan laut flores disebelah utara serta samudra Indonesia disebelah selatan. Berdasarkan letak geografisnya, Kabupaten Bima berada pada posisi strategis yang dilalui jalan nasional lintas Provinsi NTB-Provinsi NTT. Menurut letak astronominya, Kabupaten Bima berada pada 118<sup>o</sup>44"-119<sup>o</sup>22" bujur timur dan 08<sup>o</sup>80"-08 57" Lintang selatan. Luas wilayah

Kabupaten Bima sebesar 4.389,40 km<sup>2</sup>. Kabupaten Bima terbagi menjadi 18 kecamatan dengan luar wilayah yang bervariasi. Kecamatan tambora merupakan kecamatan terluas dengan luas mencapai 627,82 km<sup>2</sup> atau 14,3 persen dari luas Kabupaten Bima. Sementara itu kecamatan dengan luas terkecil yaitu kecamatan Belo yang hanya memiliki luas sebesar 44,76 km<sup>2</sup>.

Peningkatan jumlah penduduk dan perluasan wilayah di Kabupaten Bima sangat signifikan dalam proses pembangunan. Disamping itu, penentuan dan target pembangunan daerah memerlukan teknis proyeksi tertentu karena menyangkut dengan prediksi masa depan pembangunan daerah. Dalam proses pembangunan daerah wajar dilakukan dengan berbagai tindakan logis sehingga dapat terproyeksi dengan baik sehingga dapat diukur kemampuan daerah dalam melakukan investasi. Baik menggunakan dana pemerintah, swasta maupun masyarakat.

Penentuan peranan kebijakan yang dilakukan oleh Pemerintah Kabupaten Bima merupakan hal integral untuk membangun potensi keolahragaan, disamping itu, sesuai dengan yang diamanatkan dalam Undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 2 ayat 1 mengatakan bahwa pemerintah dan pemerintah daerah berkewajiban memberikan pelayanan dan kemudahan serta menjamin terselenggaranya kegiatan keolahragaan serta melaksanakan standarisasi bidang keolahragaan di daerah dan pasal 67 bahwa Pemerintah dan Pemerintah daerah dan masyarakat bertanggung jawab atas perencanaan, pengadaan, pemanfaatan, pemeliharaan, dan pengawasan prasarana olahraga, serta pasal 21 yang menyatakan bahwa Pemerintah dan Pemerintah daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawabnya. Maka, kebijakan Pemerintah sangat menentukan baik dan buruknya suatu wilayah, baik dalam system politik, budaya, ekonomi dan dapat menentukan mutu potensi keolahragaan.

Hal ini, proyeksi dapat pula dilakukan dengan menggunakan kombinasi dengan dua

cara. *Pertama*. Penetapan sasaran dan target yang bersifat kongkrit dan terukur, ini sangat penting untuk memudahkan pelaksanaan pembangunan daerah. Sedangkan yang ke *dua*. Penetapan dan target yang jelas dan kongkrit sangat penting agar memudahkan monitoring dari hasil pelaksanaan rencana tersebut bagi instansi pelaksana pembangunan. Dalam proses pembangunan daerah ini, erat kaitannya proses pembangunan Keolahragaan di Kabupaten Bima, salah satunya ruang terbuka sebagai investasi pembangunan olahraga, Sumber Daya Manusia sebagai dalam peranan kebijakan pemerintah daerah adalah terciptanya keolahragaan nasional, Partisipasi Kebugaran Jasmani, Pembinaan Atlet/Platih, Penyelenggaraan Olahraga, perbaikan sarana dan prasarana olahraga serta pembinaan prestasi olahraga (Khairul Amar 2016).

### **Pembahasan**

Peraturan pemerintah daerah Kabupaten Bima, salah satu gambaran atau ketetapan peranan kebijakan mengenai tingkat pencapaian sasaran ataupun tujuan instansi pemerintah sebagai penjabaran dari Visi dan Misi serta strategi instansi pemerintah mengindikasikan tingkat keberhasilan dan kegagalan pelaksanaan kegiatan-kegiatan sesuai dengan program-program dan kebijakan yang ditetapkan dalam pembinaan prestasi olahraga. Peranan kebijakan pemerintah tidak bersifat spesifik dan sempit, tetapi luas sebagai pedoman umum kebijakan dan keputusan-keputusan khusus yang menaungi seluruh kebijakan yang ada antara lain; (1) Kebijakan Pembinaan Prestasi, (2) Kebijakan Pelatih dan Pelatihan, (3) Kebijakan Prasarana dan Sarana, (4) Kebijakan Penyelenggaraan Kompetisi dan, (5) Kebijakan Pendanaan kesejahteraan atlet. Pembahasan penelitian berdasarkan tujuan penelitian mengenai “Peranan kebijakan pemerintah daerah tentang pembinaan prestasi olahraga sebagai cabang olahraga unggulan di Kabupaten Bima”.

### **Kebijakan Pemerintah Di Bidang Olahraga**

Kebijakan publik yang unggul (*excellence public policy*) adalah keputusan strategis yang kemana negara dan seluruh isinya akan dibawa (Nugroho (2009: 18). Sedangkan menurut teori Gerstson

(2008: 117-120), tentang implementasi kebijakan menegaskan adanya empat faktor yang mempengaruhi keberhasilan pelaksanaan sebuah kebijakan publik yaitu: (1) *translation ability*, yaitu kemampuan staf pelaksana untuk menterjemahkan apa yang sudah diputuskan oleh pengambil kebijakan untuk dilaksanakan, (2) *resources*, khususnya yang berkaitan dengan sumber daya manusia, finansial, prasarana dan sarana, (3) *limited number of players*, yaitu jumlah pelaksana kebijakan yang tidak terlalu banyak, agar tidak menimbulkan kebingungan dan kompetisi yang tidak sehat, dan (4) *accountability*, yaitu pertanggungjawaban dari pelaksana kebijakan terhadap apa yang telah dilaksanakan dalam membangun peningkatan kualitas publik.

Pembangunan olahraga dalam hasil utama yang dicapai adalah konsep kebijakan yang mendukung perkembangan olahraga nasional berpedoman pada mekanisme pembinaan olahraga dan kesegaran jasmani. Untuk mendukung perkembangan bidang keolahragaan merupakan memfasilitasi dan memotivasi masyarakat gemar berolahraga sebagai gaya hidup agar bermuara pada peningkatan budaya prestasi olahraga. Meningkatkan perkembangan olahraga membutuhkan upaya pemanduan bakat dan pembibitan olahraga di kalangan pelajar. Oleh karena itu, membutuhkan teknisi olahraga yang mengikuti pendidikan dan pelatihan yang sesuai dengan standar kompetensi serta meningkatkan mutu bibit olahraga. Untuk meningkatkan pembinaan peserta didik dalam cabang olahraga prestasi diperlukan fasilitas prasarana dan sarana, pembinaan kepelatihan pelatih, dan penyelenggaraan kompetisi olahraga.

Menurut Rink, (dalam Trisna Rahayu, 2013:77) ada tiga komponen yang harus dipenuhi, yaitu (1) Sarana Pokok, (2) Sarana Pelengkap, (3) Sarana Penunjang. Tiga sarana ini dapat mengoptimalkan program pembinaan agar mencapai sasaran. Selaras dengan Sujati Mulyio (2012) pemerataan, ketersediaan, dan pemerataan fasilitas olahraga, dan telah dijelaskan untuk menjamin mutu penyelenggaraan Sistem Keolahragaan Nasional melalui Standar Nasional Keolahragaan. Lingkup standar keolahragaan, meliputi: (1)

Standar Kompetensi Tenaga Keolahragaan (2) Standar Isi Program Penataran/Pelatihan Tenaga Keolahragaan, (3) Standar Sarana dan Prasarana olahraga, (4) Standar Pengelolaan Organisasi Keolahragaan, (5) Standar Penyelenggaraan Keolahragaan, dan (6) Standar Pelayanan Minimal Keolahragaan (PP No. 16 Tahun 2007, pasal 84 dan 85).

Peranan kebijakan dalam prestasi olahraga bisa tercapai, apabila memenuhi beberapa komponen-komponen yang tertuang dalam peraturan pemerintah dilaksanakan yaitu; atlet potensial, selanjutnya dibina dan diarahkan oleh pelatih. Untuk memenuhi sarana dan prasarana latihan dan kebutuhan kesejahteraan pelatih dan atlet perlu perhatian dari pembina, pengurus induk cabang olahraga.

#### **Peranan Dinas Pendidikan, Kebudayaan, Pemuda dan Olahraga dalam Pembinaan Prestasi Olahraga Di Kabupaten Bima**

Peraturan Daerah Kabupaten Bima Nomor 4 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Organisasi Perangkat Daerah (SOPD), dan Peraturan Bupati Bima Nomor 30 Tahun 2016 Tentang kedudukan, susunan organisasi, tugas dan fungsi, serta tata kerja perangkat daerah Kabupaten Bima Pasal 6 (1) berbunyi: Dinas pendidikan, kebudayaan, pemuda dan olahraga merupakan unsur pelaksana urusan pemerintahan dalam terlaksana pembinaan di bidang olahraga, Serta Peraturan Bupati Nomor 15 Tahun 2017 Pasal 2 (1) berbunyi: Pemerintah Kabupaten Bima membentuk Unit Pelaksana Teknis sebagai penunjang pada Dinas Pendidikan, Kebudayaan, Pemuda dan Olahraga.

Berdasarkan peraturan daerah Kabupaten Bima peranan dinas pendidikan, pemuda dan olahraga dalam melakukan pembinaan prestasi olahraga adalah sebagai faktor pendukung dan teknis dalam kebijakan pembinaan, sedangkan peningkatan pembinaan prestasi olahraga unggulan dibina oleh pengurus induk cabang olahraga yang didukung kebijakan pemerintah Provinsi Nusa Tenggara Barat yang termaktub (PP No. 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah dan PP No. 16 Tahun 2007, Pasal 84; 85 dalam Khairul Amar 2016).

Peraturan Daerah Kabupaten Bima dalam peranan kebijakan pembinaan prestasi olahraga unggulan adalah melalui faktor pendukung kebijakan secara teknis dalam pembinaan oleh pengurus induk cabang olahraga, lembaga Komite Olahraga Nasional Indonesia dan klub, sedangkan tingkat pelajar di naungngi oleh kebijakan dinas pendidikan, kebudayaan, pemuda dan olahraga dalam peningkatan potensi daerah.

Adapun faktor-faktor peranan pendukung kebijakan dinas pendidikan, kebudayaan, pemuda dan olahraga dalam melaksanakan dan mengkoordinasikan pembangunan olahraga adalah sebagai berikut: 1) Faktor peranan kerjasama yaitu pembinaan keolahragaan ini tidak dapat lagi ditangani secara sepihak, dan ini melibatkan dari beberapa elemen yang sinergis, terarah dan mempunyai tujuan yang sama. 2) Faktor peranan Potensi pembinaan prestasi olahraga yaitu pembinaan atlet dan pelatihan secara kontinyu, Atlet mulai berlatih sejak usia dini yaitu umur 8 sampai umur 10 tahun dan mencapai prestasi puncak pada umur 18 sampai umur 24. 3) Faktor Peranan sistem pembinaan pemassalan olahraga tersebut akan diperoleh minat dan bakat seseorang melalui tingkat pelajar. 4) Faktor Peranan dalam perekrutan tenaga Keolahragaan dengan minat dan bakat yang kuat sebagai potensi pembinaan melalui bimbingan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK). 5) Faktor peranan dalam penyediaan sarana prasarana yang dimiliki di Kabupaten Bima sangat banyak jika dibandingkan dengan jumlah calon atlit yang akan menggunakan dan prasarana sebagai media meningkatkan prestasi. 6) Faktor Peranan dalam penyediaan sumber dana, Pemerintah melalui anggaran dana APBD/APBDN atas penyelenggaraan keolahragaan di daerah sesuai dengan Undang Undang Sisten Keolahragaan Nasional (UUSKN), Nomor : 03 Tahun 2005, dan Peraturan Bupati Nomor 44 Tahun 2016, Peraturan Bupati Bima Nomor 30 Tahun 2016, Peraturan Bupati Nomor 43 Tahun 2016 serta Peraturan Bupati Nomor 15 Tahun 2017, Tentang kedudukan, susunan organisasi, tugas

dan fungsi, serta tata kerja perangkat daerah Kabupaten Bima.

Uraian peranan kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima di atas, menjadi dasar eksekutif-legislatif dalam menentukan dan mengalokasikan anggaran, dengan mempertimbangkan bahwa pembinaan yang dilakukan merupakan pembangunan manusia yang sehat jasmani, rohani serta berprestasi untuk kelangsungan pembinaan dan pengembangan olahraga dalam peningkatan kualitas atlet.

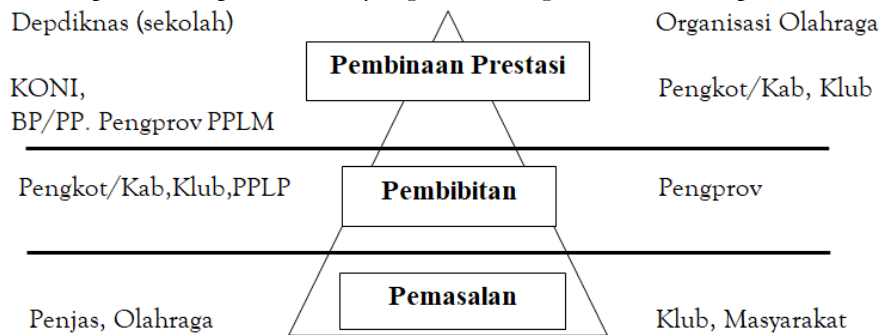
### **Pembinaan Prestasi Olahraga**

Pembinaan prestasi olahraga adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Pada prinsipnya pengembangan olahraga berpijak pada tiga orientasi, yaitu olahraga sebagai rekreasi, olahraga sebagai kesehatan, dan olahraga untuk prestasi. Olahraga prestasi dalam hasil utama yang dicapai adalah konsep kebijakan yang mendukung perkembangan olahraga nasional berpedoman pada mekanisme pembinaan olahraga dan kesegaran jasmani. Untuk mendukung perkembangan bidang keolahragaan merupakan memfasilitasi dan memotifasi masyarakat gemar berolahraga sebagai gaya hidup agar bermuara meningkatkan budaya prestasi olahraga.

Peningkatan dan perkembangan budaya olahraga, membutuhkan upaya pemanduan bakat serta pembibitan olahraga di kalangan pelajar. Oleh karena itu, membutuhkan teknisi olahraga yang mengikuti pendidikan dan pelatihan yang sesuai dengan standar kompetensi serta meningkatkan mutu bibit olahraga. melalui peningkatan pembinaan peserta didik dalam cabang olahraga prestasi diperlukan fasilitas prasarana dan sraana, pembinaan kepelatihan pelatih, dan penyelenggaraan kompetisi olahraga prestasi. Undang-Undang No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa pembinaan olahraga nasional tidak terlepas dari peranan pendidikan. Pasal 27 Ayat (4) berbunyi;

"Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan".

Pembinaan prestasi olahraga dalam upaya peningkatan yang telah ditargetkan diperlukan usaha untuk mewujudkan rencana tersebut, dengan program pembinaan atlet secara benar dan tepat. Melalui pedoman-pedoman yang



Gambar 2.2 Piramida Pembinaan Prestasi Olahraga

**Program Pengembangan Olahraga Unggulan Dalam Peranan Kebijakan Pemerintah Kabupaten Bima**

Program pengembangan olahraga unggulan meliputi perencanaan pengembangan komponen-komponen yang dapat mendukung tumbuhnya olahraga potensial daerah menjadi cabang olahraga unggulan sebagai *brandmark* suatu daerah. Mengacu pada sistem pembinaan olahraga di Indonesia pembinaan potensi dan bakat anak usia dini ditetapkan sebagai fondasi utama, selanjutnya pembinaan harus dilakukan secara sistematis, berjenjang, dan berkelanjutan sehingga mencapai performa tinggi.

Upaya pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam melaksanakan pembangunan nasional di bidang olahraga tertuang dalam pokok-pokok kebijakan strategis dan program yaitu: 1) pembinaan dan pengembangan olahraga yang diarahkan pada peningkatan kesegaran jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan membentuk watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi dalam peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. 2) upaya pembudayaan olahraga melalui gerakan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat seara

berlaku, sehingga apa yang telah diprogramkan akan dapat berhasil sesuai tujuan dan mendapat prestasi yang membanggakan. Dalam upaya peningkatan prestasi olahraga nasional, perlukan adanya upaya penggalangan dan peningkatan berbagai potensi sumber daya manusia (SDM), prasarana dan sarana, dan seluruh potensi yang ada. Adapun bagan pembinaan prestasi olahraga dalam mewujudkan peranan kebijakan pemerintah daerah Kabupaten Bima pada lembaga dan instansi pemerintah yaitu:

meluas dan merata di seluruh pelosok daerah Kabupaten Bima, dalam menciptakan kesadaran masyarakat untuk gemar berolahraga. 3) Upaya peningkatan prestasi olahraga terus dilaksanakan melalui pencarian dan pemantauan, pembibitan, pendidikan, dan pelatihan olahraga prestasi tingkat pelajar yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien. 4) perbaikan gizi olahragawan, penyempurnaan metode pelatihan, dan penggunaan peralatan olahraga dan memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi secara tepat serta ditingkatkan penanaman nilai budaya, mampu menumbuhkan, meningkatkan sportivitas, disiplin, motivasi dan meraih prestasi dalam mengejar keunggulan olahraga. 5) Penyediaan sarana dan prasarana olahraga yang memadai di lingkungan sekolah, mulai dari sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi, serta dilingkungan pekerjaan dan pemukiman yang dilaksanakan baik oleh pemerintah maupun peran serta masyarakat. Agar pembibitan olahragawan dan pembinaan olahraga dapat lebih meningkat dan merata diseluruh pelosok daerah. 6) olahragawan, pelatih, dan pembina yang berprestasi perlu diberi perhatian khusus dan penghargaan yang

wajar untuk meningkatkan semangat dan motivasi dalam memacu prestasi yang lebih tinggi serta dapat memberikan jaminan bagi masa depannya.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian peranan kebijakan pemerintah daerah pada Dinas Pendidikan, Kebudayaan tentang pembinaan prestasi olahraga sebagai cabang olahraga unggulan di Kabupaten Bima, baik dilihat dari segi program kebijakan yang tercatat pada DPA dan SKPD pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam mengembangkan pembinaan prestasi olahraga. Kebijakan pemerintah daerah Kota Bima secara teknis, yang di atur oleh pemerintah daerah Kabupaten Bima dalam bantuan dana hibah ke KONI sebagai sentral pelaksanaan kebijakan tertuang dalam Tata Cara Penganggaran, Pelaksanaan Dan Evaluasi Hibah Dan Bantuan Sosial yang Bersumber Dari Anggaran Pendapatan Belanja Daerah (APBD) yang tertuang dalam Perbud Kabupaten Bima Nomor 44 Tahun 2016 tentang uraian tugas, fungsi tata kerja badan daerah Kabupaten Bima.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abrar. 2012. *The Implementation Of Model Of Student Sport Coaching And Development In Public Policy Perspective*. Manado North Sulawesi: Journal Of Physical Education And Sports. 1 (1)
- Dunn, William N. 2000. *Pengantar Analisis Kebijakan Publik*. Gadjah Mada Yogyakarta:
- Jamalong, A. 2014. "Peningkatan Prestasi Olahraga Nasional Secara Dini Melalui Pusat Pembinaan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Dan Pusat Pembinaan Dan Latihan Mahasiswa (PPLM)". *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, Vol. 3, No. 2.
- Karel Muskanan, 2015. *Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Propinsi Nusa Tenggara Timur*. Vol 19 No 2.
- Khairul Amar, 2016. "Kebijakan Pembangunan Keolahragaan Kabupaten Bima Provinsi Nusa Tenggara Barat Ditinjau Dari Sport Development Index (Studi tentang Implementasi Kebijakan RuangTerbuka, Sumber Daya Manusia, Partisipasi Masyarakat, Kebugaran Jasmani)". *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6 (2), 95-105
- Peraturan Pemerintah Republik Indonseia Nomor 16 Tahun 2007 Tentang Penyelenggaraan Keolahragaan.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonseia Nomor 18 Tahun 2007 Tentang Pendanaan Keolahragaan.
- Riyoko, E. 2014. Kebijakan Pemerintah Kabupaten Musi Banyuansin dalam Mengembangkan Minat Masyarakat Untuk Berolahraga. *Journal Of Physical Education and Sports*.
- Rumini, 2015. "Manajemen Pembinaan Cabang Olahraga Atletik Di Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah". *Journal of Physical Education, Health and Sport*. 2(1)
- Santosa, P. 2008. *Administrasi Publik, Teori dan Aplikasi Good Governance*, Refika Aditama:Bandung.
- Subarsono, AG. 2015. *Analisis Kebijakan Publik, Konsep Teori Dan Aplikasi*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung.
- Tahir, A. 2015. *Kebijakan Publik dan Transparinsi Penyelenggaraan Pemerintahan Daerah*. Alfabeta: Bandung.
- Tilaar H.A.R. & Nugroho. R. 2012. *Kebijakan Pendidikan*, Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Kemenegpora.

## ANALISIS IMPLEMENTASI MANAJEMEN PENDIDIKAN JASMANI BERDASARKAN KURIKULUM 2013 SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KOTA BIMA

Shutan Arie Shandi

STKIP Taman Siswa Bima

arieshutan86@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana implementasi manajemen pembelajaran guru pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 SMA di Kota Bima. Penelitian ini menggunakan penelitian jenis penelitian deskriptif, lokasi penelitian ini di dilaksanakan di beberapa SMA Kota Bima. Hasil analisis deskriptif data telah dikemukakan bahwa pernyataan yang diajukan dikategori sangat kuat. Dari data hasil manajemen pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pada penelitian ini relevan dengan kerangka pikir yang telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung penelitian. dalam penelitian ini diperoleh data sebagai berikut: 1) Manajemen perencanaan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bima diperoleh nilai  $660/750 \times 100\% = 88\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat; 2) manajemen pelaksanaan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bima diperoleh nilai  $706/800 \times 100\% = 83.3\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat; 3) manajemen evaluasi pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bima diperoleh nilai  $706/800 \times 100\% = 83.3\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat.

**Kata kunci:** Manajemen Pembelajaran Penjas, Kurikulum 2013

### PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Dalam proses pembelajaran PJOK, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan hidup sehat. Dalam pelaksanaan pembelajaran, guru harus dapat memberikan berbagai pendekatan agar siswa termotivasi dan tertarik untuk mengikuti pembelajaran. Untuk memiliki kemampuan mengelola pembelajaran (kompetensi pedagogik) dengan baik, tentu saja guru perlu memahami unsur-unsur penting yang berkaitan dengan manajemen pembelajaran.

Dalam menghadapi perkembangan iptek, tantangan masa depan, serta untuk mewujudkan

tercapainya tujuan pendidikan nasional, seperti yang dirumuskan dalam pasal 3 UU No.20/2003 yaitu berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab, pemerintah melalui Kemdikbud, mengembangkan Kurikulum 2013 secara nasional. Terbitnya Kurikulum 2013 (K 13) untuk semua satuan pendidikan dasar dan menengah, merupakan salah satu langkah sentral dan strategis dalam kerangka penguatan karakter menuju bangsa Indonesia yang madani. Kurikulum 2013 dikembangkan secara komprehensif, integratif, dinamis, akomodatif, dan antisipatif terhadap berbagai tantangan pada masa yang akan datang. Kurikulum 2013 didesain berdasarkan pada budaya dan karakter bangsa, berbasis peradaban, dan berbasis pada kompetensi. Dengan demikian, Kurikulum 2013 diyakini mampu mendorong terwujudnya manusia Indonesia yang bermartabat, beradab,

berbudaya, berkarakter, beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis, bertanggung jawab, serta mampu menghadapi berbagai tantangan yang muncul di masa depan (Kemdikbud, 2013). Sehingga kita diharapkan mendukung keefektifan dan efisiensi pelaksanaan kurikulum di tingkat SMA.

Pada kurikulum 2013, para guru harus memahami struktur dan substansi kurikulum tersebut serta menguasai perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajaran sesuai kurikulum 2013 di tingkat SMA tidak terkecuali di Kota Bima Sulawesi Selatan. Pada saat sekarang ini kurikulum 2013 telah berjalan kurang lebih dua tahun di beberapa SMA yang ada di Kota Bima. Pemerintah telah menurunkan target implementasi Kurikulum 2013. Pada tingkat SMA/SMK di seluruh Indonesia sebanyak kurang lebih 11.572 SMA dan 10.685 SMK di seluruh Indonesia.

Berkaca dari pengalaman sebelumnya, penetapan Kurikulum 2013 adalah perubahan kurikulum yang ketiga kali sejak masa reformasi 1998. Secara substansial, belum terlihat visi yang hendak dicapai terkait dengan bingkai demokratisasi. Sekolah masih bergulat mempersoalkan teknis standardisasi dan evaluasi hasil pendidikan. Persoalan inilah yang harus dijernihkan dulu supaya Kurikulum 2013 itu tidak sekadar menjadi macan kertas.

Dalam kurung waktu tiga semester atau kurang lebih dua tahun sejak di berlakukannya kurikulum 2013 di Kota Bima, sesuai apa yang telah peneliti temukan di lapangan bahwa implementasi manajemen pembelajaran guru PJOK di beberapa sekolah menengah atas di Kota Bima belum berjalan optimal. Untuk menunjang berjalannya sebuah kurikulum dengan baik dan sesuai apa yang di harapkan tentunya juga sangat berkaitan dengan bagaimana jalannya proses pembelajaran. Pada kurikulum 2013 memuat sejumlah konsep penting yang di maknai secara berbeda daripada kurikulum-kurikulum sebelumnya. Pemahaman konsep-konsep tersebut sangat penting untuk

memahami lebih jauh orientasi atau tujuan dari kurikulum 2013 itu sendiri.

Disamping itu, pembeda kurikulum 2013 dengan kurikulum sebelumnya ialah *scientific approach*. Dengan demikian, banyak guru yang merasa kesulitan menerapkan pendekatan tersebut dalam mengajar." Misalnya kurang paham dalam proses penilaian. Hal sejalan dengan apa yang dikemukakan Agnes Tuti Rumiati, Staf Khusus Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Bidang Pengawasan dan Pengendalian Pembangunan (UKMP3), dalam Dialog dan Konsultasi Nasional terkait Kurikulum 2013 bahwa banyak yang belum paham dalam memberikan penilaian dalam implementasi kurikulum 2013 (<http://news.okezone.com/read/2014/10/16/65/1052959/tiga-masalah-guru-dalam-implementasi-kurikulum-2013> unduh 3 Januari 2015).

Berkaitan dengan penjelasan di atas, sehingga memberikan dasar pemikiran bagi peneliti untuk perlu memperhatikan dan mengembangkan pemberlakuan penerapan Kurikulum 2013 di Kota Bima khususnya pada SMA-SMA yang melaksanakan kurikulum tersebut dan sudah berjalan 2 (dua) tahun. Atau apakah pengimplementasian kurikulum 2013 telah berjalan dengan maksimal sesuai dengan tujuan yang ingin di capai pada kurikulum 2013 ini sendiri. Atas dasar inilah peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "Analisis Implementasi Manajemen Pendidikan Jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 Sekolah Menengah Atas di Kota Bima".

### **Manajemen**

Istilah manajemen (*management*) telah diartikan oleh berbagai pihak dengan perspektif yang berbeda, misalnya pengelolaan, pembinaan, pengurusan, ketatalaksanaan, kepemimpinan, pemimpin, ketatapengurusan, administrasi, dan sebagainya. Masing-masing pihak dalam memberikan istilah diwarnai oleh latar pekerjaan mereka. Meskipun pada kenyataannya bahwa istilah tersebut memiliki perbedaan makna. Akhirnya, management diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia menjadi manajemen atau pengelolaan Paturusi (2012:2). Menurut

Hasibuan (2009:2) bahwa manajemen adalah ilmu dan seni mengatur proses pemanfaatan sumber-sumber lainnya secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan tertentu. George R. Terry (2000: 8) mengemukakan bahwa manajemen adalah suatu proses atau kerangka kerja, yang melibatkan bimbingan atau pengarahan suatu kelompok orang-orang kearah tujuan-tujuan organisasional atau maksud-maksud yang nyata. Manajemen adalah suatu kegiatan, pelaksanaannya adalah "managing" Pengelolaan, sedang pelaksanaannya disebut manager atau pengelola. Manajemen menurut Ihsan dan Hasmiyati (2011:1) adalah kemampuan seseorang untuk melakukan pekerjaan dengan baik secara efisien, efektif dan tepat sasaran.

**Kurikulum 2013 (K 13)**

Kurikulum 2013 sering disebut juga dengan kurikulum berbasis karakter. Kurikulum ini merupakan kurikulum baru yang dikeluarkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Kurikulum 2013 sendiri merupakan sebuah kurikulum yang mengutamakan pada pemahaman, skill, dan pendidikan berkarakter, dimana siswa dituntut untuk paham atas materi, aktif dalam proses berdiskusi dan presentasi serta memiliki sopan santun dan sikap disiplin yang tinggi. Kurikulum ini secara resmi menggantikan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan yang sudah diterapkan sejak 2006 lalu. bukan hanya itu, Kurikulum ini pun mempunyai kelemahan dan keunggulan.

Dalam Kurikulum 2013 tersebut, mata pelajaran wajib diikuti oleh seluruh peserta didik pada satu satuan pendidikan pada setiap satuan atau pun jenjang pendidikan. Sementara untuk mata pelajaran pilihan yang diikuti oleh peserta didik, dipilih sesuai dengan pilihan dari mereka. Kedua kelompok mata pelajaran bersangkutan (wajib dan pilihan) terutamanya dikembangkan dalam struktur kurikulum pendidikan tingkat menengah yakni SMA dan SMK. Sementara itu mengingat usia dan perkembangan psikologis dari peserta didik usia 7 - 15 tahun, maka mata pelajaran pilihan yang

ada belum diberikan untuk peserta didik tingkat SD dan SMP.

**Tujuan Kurikulum 2013**

Kurikulum 2013 bertujuan untuk mempersiapkan manusia Indonesia agar memiliki kemampuan hidup sebagai pribadi dan warga negara yang beriman, produktif, kreatif, inovatif, dan afektif serta mampu berkontribusi pada kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan peradaban dunia. Betapa susahnyamenjalankan tugas guru. Urusannya menjadi panjang. Apa yang harus dilakukan guru selama menjalankan tugasnya setiap hari. Hal yang diingat adalah selalu siap kerana tugas utamanya mempersiapkan, yaitu mempersiapkan manusia Indonesia.

Tujuan yang ditetapkan dalam kurikulum 2013 mengarah kepada pembentukan pribadi yang akan beraktivitas dalam lingkungan yang lebih besar, masyarakat. Frase mempersiapkan manusia Indonesia memberikan makna yang sangat dalam, luas, dan terutama memerlukan tahapan yang sangat kompleks. Makna manusia Indonesia perlu kajian yang komprehensif. Ia memerlukan definisi yang dapat dijabarkan dalam bentuk pembelajaran. Kaitan antara tujuan dengan isi dan segala perangkatnya harus dilihat sebagai rangkaian yang saling mendukung untuk mencapai tujuan terwujudnya manusia Indonesia yang berkarakter.

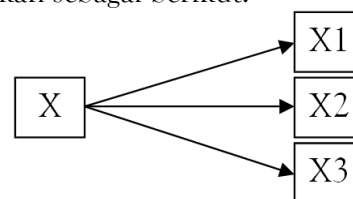
**METODE PENELITIAN**

**Jenis dan Lokasi Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian jenis penelitian deskriptif, lokasi penelitian ini di dilaksanakan di beberapa SMA Kota Bima

**Desain Penelitian**

Desain penelitian adalah gambaran atau rancangan dalam suatu penelitian dengan variabel-variabel yang diteliti dan akan di uji kebenarannya. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. desain penelitian

Keterangan:

X = Implementasi Manajemen Pembelajaran Guru PJOK Kurikulum 2013.

X1 = Aspek Perencanaan

X2 = Aspek Pelaksanaan

X3 = Aspek Evaluasi

**Teknik Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan permasalahan penelitian dalam penulisan tesis ini, penulis menggunakan cara sebagai berikut:

1) Angket; 2) Dokumentasi; 3) Wawancara

**Instrumen Penelitian**

“Karena instrumen penelitian akan digunakan untuk melakukan pengukuran dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat, maka setiap instrumen harus mempunyai skala.” (Sugiyono 2013: 133)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket, penulis tertarik untuk menggunakan skala likert sebagaimana skala yang penulis pakai untuk mengukur variabel-variabel yang akan diungkapkan kebenarannya sebagaimana pengertian berikut. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. (Sugiyono 2013: 134)

Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor, misalnya:

1. Sangat setuju/selalu/sangat positif diberi skor 5
2. Setuju/sering/positif diberi skor 4
3. Ragu-ragu/kadang-kadang/netral/ diberi skor 3
4. Tidak setuju/hampir tidak pernah/negatif diberi skor 2
5. Sangat tidak setuju /tidak pernah diberi skor 1

(Sugiyono 2013: 135)

Dari gambaran diatas maka penulis akan menggunakan alternatif jawaban sebagai berikut:

Tabel 1 Alternatif Jawaban Responden

No	Alternatif Jawaban	Jumlah Dalam Angka
1	Selalu	5
2	Sering	4
3	Kadang-kadang	3
4	Jarang	2
5	Tidak pernah	1

Selanjutnya untuk lebih terarah dan jelasnya penelitian ini, dibawah ini penulis gambarkan instrumen penelitian sebagai berikut:

Tabel 2 Instrumen dan Kisi-Kisi Implementasi Kurikulum 13

Variabel	Indikator	Item Soal
Perencanaan K13		1, 2, 3, 4, 5, 16, 17, 18, 19,20, 31, 32, 33, 34, 35, 46, 47, 48, 49, 50
		6, 7, 8, 9, 10, 21, 22, 23, 24, 25, 36, 37, 38, 39, 40, 51, 52, 53, 54, 55
Implentasi Manajemen Kurikulum 13	Pelaksanaan K13	11, 12, 13, 14, 15, 26, 27, 28, 29, 30, 41, 42, 43, 44, 45, 56, 57, 58, 59, 60
	Evaluasi K13	

**Teknik Analisis Data**

Untuk memperoleh data yang maksimal penulis menggabungkan teknik statistik deskriptif dan inferensial, yaitu menguji sejauh mana kebenaran data pada sampel melalui statistika deskriptif dan diperlakukan pada seluruh populasi yang ada lewat statistik inferensial. Selanjutnya uji validasi dan reliabilitas bagi angket non baku di laksanakan di sekolah lain namun sebelumnya telah divalidasi oleh para pakar. Selanjutnya hasil uji coba angket diolah dengan menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) 20 untuk mengetahui validasi dan reabilitasnya. Dengan merujuk pada teori Azwar dalam Priyatno (2012: 184) yakni “semua item yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan”.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Deskripsi Data**

Dalam penelitian ini penulis mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen tes berupa angket yang disebarkan kepada tiga sekolah yang mewakili populasi yang ada. Selanjutnya penjelasan mengenai detail responden guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) itu sendiri dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3 Data Rincian Responden Untuk Variabel Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013

No	Responden	Jenis Kelamin	Jabatan
1	A	Laki-laki	Guru Penjasorkes
2	B	Laki-laki	Guru Penjasorkes
3	C	Laki-laki	Guru Penjasorkes
4	D	Laki-laki	Guru Penjasorkes
5	E	Laki-laki	Guru Penjasorkes
6	F	Laki-laki	Guru Penjasorkes
7	G	Laki-laki	Guru Penjasorkes
8	H	Laki-laki	Guru Penjasorkes
9	I	Laki-laki	Guru Penjasorkes
10	J	Laki-laki	Guru Penjasorkes
$\Sigma$	10		

Sumber: Data Hasil Penelitian

Ditinjau dari tabel 3 dapat digambarkan bahwa secara garis besar ke 10 guru tersebut sudah masuk dalam kategori guru yang memiliki dedikasi yang baik. Karena yang diajarkan linear dengan ijazah, selain itu pengalaman guru tersebut dalam dunia pendidikan sangat bisa diandalkan dibuktikan dengan pangkat dan golongan yang dimiliki, kualifikasi pendidikan yang dianjurkan oleh pemerintah, serta 7 (tujuh) guru tersebut merupakan guru yang memiliki predikat guru profesional (sertifikasi), sedangkan 3 (tiga) guru kontrak memiliki kompetensi yang memadai antara lain ijazah yang linear dan pengalaman mengajar di sekolah tersebut sudah berjalan lebih dari lima tahun.

**Rekapitulasi Analisis Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 SMA Negeri Kota Bima**

Pada bagian ini penulis akan membahas Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 di SMA Negeri Kota Bima ditinjau dari aspek perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi dengan menggabungkan seluruh sekolah SMA Negeri yang penulis jadikan

sampel sebagai salah satu tolak ukur untuk pembuktian hipotesa. Sebagaimana penulis sebutkan sebelumnya bahwa ada tiga alasan penting mengapa Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 penting untuk diterapkan dalam sistem pengelolaan dan penyelenggaraan pendidikan di Indonesia khususnya di Kota Bima terkhusus lagi pada satuan pendidikan SMA Negeri di Kota Bima. Dalam fase ini akan dibahas adalah perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Akan tetapi ketika ditinjau dari aspek perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi, penulis mendapatkan data bahwa aspek-aspek tersebut cukup dari ukuran persentase sebagaimana penulis gambarkan dalam tabel yang kemudian diinterpelasikan menurut kajian teori dan argumentasi penulis itu sendiri. Seperti yang tertera pada tabel dibawah ini:

**Perencanaan**

Untuk mengetahui mengkaji jawaban responden manajemen pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 ditinjau dari aspek perencanaan dapat dilihat pada Tabel 4.10.

Tabel 4 Rekapitulasi Jawaban Responden Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 Ditinjau Dari Aspek Perencanaan

Responden	Jawaban Responden				
	5	4	3	2	1
1	75	0	0	0	0
2	70	4	0	0	0
3	0	52	6	0	0
4	0	52	6	0	0
5	20	36	6	0	0
6	65	8	0	0	0
7	65	8	0	0	0
8	70	4	0	0	0
9	10	36	12	0	0
10	0	40	15	0	0
Jumlah	375	240	45	0	0
	375 + 240 + 45 + 0 + 0 = 660				

Berdasarkan data tabel diatas maka penulis gambarkan penjelasannya sebagai berikut:

$$0 \mid 150 \mid 300 \mid 450 \mid 600 \mid 660 \mid 750$$

$$TP \quad JR \quad KK \quad SR \quad SL$$

Selanjutnya berdasarkan data diatas diperoleh dari 10 responden, manajemen pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 ditinjau dari aspek perencanaan SMA Negeri Kota Bima

yaitu  $660/750 \times 100\% = 88\%$  tergolong sangat kuat. Persentase responden dapat dilihat sebagai berikut:

0 | 20% | 40% | 60% | 80% | 88% | 100%  
Sangat Lemah Lemah Cukup Kuat Sangat Kuat

Hasil temuan diatas sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Riduwan (2013:15) tentang kriteria interprestasi skor adalah:

Angka 0% - 20% = Sangat Lemah

Angka 21% - 40% = Lemah

Angka 41% - 60% = Cukup

Angka 61% - 80% = Kuat

Angka 81% - 100% = Sangat Kuat

Hasil analisis diatas menunjukkan bahwa manajemen pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 ditinjau dari aspek perencanaan sangat kuat

**Pelaksanaan**

Untuk mengetahui mengkaji jawaban responden manajemen pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 ditinjau dari aspek pelaksanaan dapat dilihat pada Tabel 5

Tabel 5 Rekapitulasi Jawaban Responden Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 Ditinjau dari Aspek Pelaksanaan

Responden	Jawaban Responden				
	5	4	3	2	1
1	70	8	0	0	0
2	75	4	0	0	0
3	10	12	40	0	0
4	0	44	15	0	0
5	30	28	9	0	0
6	75	0	3	0	0
7	80	0	0	0	0
8	75	4	0	0	0
9	0	56	6	0	0
10	0	56	6	0	0
Jumlah	415	212	79	0	0
	415 + 212 + 79 + 0 + 0 = 706				

Berdasarkan data tabel diatas maka penulis gambarkan penjelasannya sebagai berikut:

0 | 160 | 320 | 480 | 640 | 706 | 800  
TP JR KK SR SL

Selanjutnya berdasarkan data diatas diperoleh dari 10 responden dengan jumlah soal pertanyaan 16 butir bahwa manajemen pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 ditinjau dari aspek pelaksanaan guru SMA

Negeri Kota Bima yaitu  $706/800 \times 100\% = 83.3\%$  tergolong sangat kuat. Persentase responden dapat dilihat sebagai berikut:

0 | 20% | 40% | 60% | 80% | 83% | 100%  
Sangat Lemah Lemah Cukup Kuat Sangat Kuat

Hasil temuan diatas sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Riduwan (2013:15) tentang kriteria interprestasi skor adalah:

Angka 0% - 20% = Sangat Lemah

Angka 21% - 40% = Lemah

Angka 41% - 60% = Cukup

Angka 61% - 80% = Kuat

Angka 81% - 100% = Sangat Kuat

Hasil analisis diatas menunjukkan bahwa manajemen pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 ditinjau dari aspek pelaksanaan guru SMA Negeri Kota Bima sangat kuat.

**Evaluasi**

Untuk mengetahui mengkaji jawaban responden manajemen pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 ditinjau dari aspek evaluasi dapat dilihat pada Tabel 4.12.

Tabel 6 Rekapitulasi Jawaban Responden Manajemen Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 Ditinjau dari Aspek Evaluasi

Responden	Jawaban Responden				
	5	4	3	2	1
1	80	0	0	0	0
2	80	0	0	0	0
3	15	36	12	0	0
4	5	40	15	0	0
5	30	28	9	0	0
6	70	8	0	0	0
7	70	8	0	0	0
8	75	4	0	0	0
9	10	40	12	0	0
10	0	44	15	0	0
Jumlah	435	208	63	0	0
	435 + 208 + 63 + 0 + 0 = 706				

Berdasarkan data tabel diatas maka penulis gambarkan penjelasannya sebagai berikut:

0 | 160 | 320 | 480 | 640 | 706 | 800  
TP JR KK SR SL

Selanjutnya berdasarkan data diatas diperoleh dari 10 responden dengan jumlah soal pertanyaan 16 butir bahwa manajemen pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 ditinjau dari aspek evaluasi guru SMA Negeri Kota Bima yaitu  $706/800 \times 100\% =$

83.3% tergolong sangat kuat. Persentase responden dapat dilihat sebagai berikut:

0 | 20% | 40% | 60% | 80% | 83% | 100%  
Sangat Lemah Lemah Cukup Kuat Sangat Kuat

Hasil temuan diatas sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Riduwan (2013:15) tentang kriteria interpretasi skor adalah:

Angka 0% - 20% = Sangat Lemah

Angka 21% - 40% = Lemah

Angka 41% - 60% = Cukup

Angka 61% - 80% = Kuat

Angka 81% - 100% = Sangat Kuat

Hasil analisis diatas menunjukkan bahwa manajemen pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum 2013 ditinjau dari aspek evaluasi guru SMA Negeri Kota Bimasangat kuat.

#### **Pembahasan**

Hasil analisis deskriptif data telah dikemukakan bahwa pernyataan yang diajukan dikategori sangat kuat. Dari data hasil manajemen pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pada penelitian ini relevan dengan kerangka pikir yang telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung penelitian. Untuk lebih jelasnya akan dibahas tentang hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.

#### **Manajemen Perencanaan Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 SMA Negeri Kota Bima Kategori Sangat kuat**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen perencanaan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bimadiperoleh nilai  $660/750 \times 100\% = 88\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat.

Sejalan dengan hasil penelitian ini dapat dikemukakan bahwa kurikulum merupakan salah satu komponen yang sangat penting dalam satuan pendidikan. Hal ini dikarenakan tanpa kurikulum, maka proses pendidikan termasuk pendidikan jasmani tidak akan berjalan mulus. Dengan demikian Kurikulum dalam hal ini sesuai dengan kajian adalah Kurikulum 2013 sangat diperlukan sebab sebagai salah satu komponen untuk menentukan tercapainya tujuan pendidikan.

Kurikulum selalu mengalami perubahan sesuai dengan perkembangan zaman seperti sekarang ini Kurikulum 2013 diberlakukan pada beberapa sekolah di Kota Bima. Adapun proses pengembangan kurikulum adalah kegiatan menghasilkan kurikulum baru melalui langkah-langkah Perencanaan, pelaksanaan, Penilaian dan penyempurnaan/Pengembangan kurikulum atas dasar penilaian yang dilakukan selama kegiatan pelaksanaan kurikulum, dan hal tersebut bisa dikatakan bahwa terjadinya perubahan-perubahan kurikulum mempunyai tujuan untuk perbaikan.

Di sisi lain, kurikulum 2013 harus berlandaskan pada fungsi-fungsi manajemen. Untuk dapat mencapai tujuan pendidikan jasmani, maka kurikulum 2013 hendaknya melalui fungsi perencanaan yang matang serta sistematis dan terpadu, pengorganisasian yang baik, diimplementasikan di lapangan, dan diawasi pelaksanaannya.

Manajemen dalam perencanaan kurikulum dapat diartikan sebagai keahlian atau kemampuan merencanakan dan mengorganisasi kurikulum. Untuk mengembangkan suatu rencana guru penjas harus mengacu kemasa depan. Perencanaan ini memberikan pengaruh dalam menetapkan perangkat tujuan atau hasil akhir pembelajaran, mengembangkan strategi untuk mencapai tujuan akhir, menyusun atau menetapkan prioritas dan urutan strategi, menetapkan prosedur kerja dengan metode yang baru, serta mengembangkan kebijakan-kebijakan. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Oemar Hamalik (2006), perencanaan kurikulum bahwa kesempatan belajar yang dimaksudkan untuk membina peserta didik ke arah perubahan tingkah laku yang diinginkan dan menilai hingga terjadi perubahan-perubahan pada peserta didik.

#### **Manajemen pelaksanaan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 SMA Negeri Kota Bima kategori sangat kuat**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen pelaksanaan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bimadiperoleh nilai  $706/800 \times 100\% =$

83.3% atau dengan kategori tergolong sangat kuat.

Sebagaimana halnya diketahui bersama bahwa kurikulum 2013 adalah suatu sistem yang mempunyai komponen-komponen yang saling berkaitan erat dan menunjang satu sama lain. Komponen-komponen kurikulum tersebut terdiri dari tujuan, materi pembelajaran, metode, dan evaluasi. Dalam bentuk sistem ini kurikulum akan berjalan menuju suatu tujuan pendidikan dengan adanya saling kerja sama diantara seluruh subsistemnya. Apabila salah satu dari variabel kurikulum tidak berfungsi dengan baik maka sistem kurikulum akan berjalan kurang baik dan maksimal.

Melihat dari bentuk kurikulum tersebut, maka dalam pelaksanaannya kurikulum 2013 bidang pendidikan jasmani sangat diperlukan suatu pengorganisasian pada seluruh komponennya. Dalam proses pengorganisasian ini akan berhubungan erat dengan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengontrolan. Sedangkan manajemen sebagai salah satu disiplin ilmu yang implikasinya menerapkan proses-proses tersebut, diperlukan penerapan pelaksanaan kurikulum 2013, sehingga guru penjas yang mengelola pembelajaran baik kelas maupun di lapangan perlu ditunjang oleh ilmu manajemen, baik untuk mengurus pembelajaran maupun kurikulumnya.

Manajemen kurikulum adalah suatu sistem pengelolaan kurikulum yang kooperatif, komprehensif, sistemik, dan sistematis dalam rangka mewujudkan ketercapaian tujuan kurikulum (Sudarsyah A. dan Diding Nurdin, 2010: 182). Dalam pelaksanaannya, tentu manajemen kurikulum harus dikembangkan sesuai dengan konteks Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) dan berdasarkan Kurikulum 2013. Oleh karena itu, tujuan pendidikan yang dibangun oleh lembaga pendidikan atau sekolah dalam mengelola kurikulum secara mandiri dengan menitikberatkan pada ketercapaian dan kebutuhan akan visi dan misi lembaga pendidikan atau sekolah juga tidak mengabaikan kebijakan-kebijakan nasional yang telah diterapkan.

Pelaksanaan (*actuating*) tidak lain merupakan upaya untuk menjadikan perencanaan menjadi kenyataan, dengan melalui berbagai pengarahan dan motivasi agar setiap guru Penjas dapat implementasikan Kurikulum 2013 secara optimal sesuai dengan peran, tugas dan tanggung jawabnya.

Kurikulum 2013 adalah kurikulum yang dirancang untuk menggantikan kurikulum sebelumnya, yaitu KTSP. Kurikulum 2013 diharapkan mampu membentuk kepribadian yang pantang menyerah dan tidak gampang mengeluh atau dengan kata lain, memiliki karakter yang kuat pada siswa dengan beberapa perubahan aspek kurikulum di dalamnya.

Keunggulan dari kurikulum 2013, dimana dalam setiap penilaian tidak hanya digali akan intelektual dan sikapnya saja tetapi juga bagaimana siswa mampu menghasilkan sebuah karya hasil belajarnya. Pada kurikulum 2013 juga memakai penilaian otentik untuk setiap siswa dalam setiap pembelajarannya. Prinsip manajemen kurikulum juga menjadi aspek yang dikedepankan, yaitu dalam hal efektivitas dan efisiensi, dimana kurikulum 2013 merencanakan bahwa murid memiliki karakter yang kuat dengan waktu yang efisien.

#### **Manajemen evaluasi pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 SMA Negeri Kota Bima kategori sangat baik**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen evaluasi pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bima diperoleh nilai  $706/800 \times 100\% = 83.3\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat.

Evaluasi merupakan salah satu komponen kurikulum. Manajemen evaluasi yang dilakukan oleh guru penjas dimaksudkan untuk memeriksa tingkat ketercapaian tujuan-tujuan pendidikan yang ingin diwujudkan melalui kurikulum yang bersangkutan.

Dalam pengertian yang lebih luas, evaluasi yang dilakukan dalam kurikulum dimaksudkan untuk memeriksa kinerja secara keseluruhan ditinjau dari berbagai kriteria. Indikator kinerja yang dievaluasi tidak hanya terbatas pada

efektivitas saja, namun juga relevansi, efisiensi, kelaikan (*feasibility*) program.

Pada bagian lain, dikatakan bahwa luas atau tidaknya suatu program evaluasi dalam kurikulum 2013 sebenarnya ditentukan oleh tujuan diadakannya evaluasi. Apakah evaluasi tersebut ditujukan untuk mengevaluasi keseluruhan sistem atau komponen-komponen tertentu saja dalam system tersebut. Salah satu komponen penting dalam kurikulum 2013 yang perlu dievaluasi adalah berkenaan dengan proses dan hasil belajar siswa.

Evaluasi dalam kurikulum 2013 juga bervariasi, bergantung pada dimensi-dimensi yang menjadi fokus evaluasi. Salah satu dimensi yang sering mendapat sorotan adalah dimensi kuantitas dan kualitas. Instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi dimensi kuantitatif berbeda dengan dimensi kualitatif. Instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi dimensi kuantitatif, seperti tes standar, tes prestasi belajar, tes diagnostik dan lain-lain. Sedangkan, instrumen untuk mengevaluasi dimensi kualitatif dapat digunakan berupa angket (questionnaire), wawancara (interview), catatan anekdot dan sebagainya

Evaluasi memegang peranan penting, baik untuk penentuan kebijakan pendidikan pada umumnya maupun untuk pengambilan keputusan dalam kurikulum itu sendiri. Hasil-hasil evaluasi yang dilakukan oleh guru dapat digunakan oleh guru untuk pengembang dalam memilih dan menetapkan materi pembelajaran dan pengembangan model pembelajaran yang digunakan.

Selain itu, hasil evaluasi yang digunakan oleh guru pada kurikulum 2013 bisa untuk memahami dan membantu perkembangan peserta didik, memilih bahan pelajaran, memilih metode dan alat-alat bantu pelajaran, cara penilaian serta fasilitas pendidikan lainnya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan: 1) Manajemen perencanaan pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bimadiperoleh nilai  $660/750 \times 100\% = 88\%$  atau dengan

kategori tergolong sangat kuat; 2) manajemen pelaksana pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bimadiperoleh nilai  $706/800 \times 100\% = 83.3\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat; 3) manajemen evaluasi pendidikan jasmani berdasarkan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri Kota Bimadiperoleh nilai  $706/800 \times 100\% = 83.3\%$  atau dengan kategori tergolong sangat kuat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Terry R George dan Rue W Leslie. 2000. *Asas-Asas Manajemen*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hasibuan, Malayu. SP. 2009. *Manajemen Dasar, Pengertian dan Masalah*, (edisi revisi). Jakarta: Bumi Aksara
- [http://news.okezone.com/read/2014/10/16/65/1052959/tiga-masalah-guru-dalam-  
implementasi-kurikulum-2013\\_unduh\\_3  
Januari\\_2015](http://news.okezone.com/read/2014/10/16/65/1052959/tiga-masalah-guru-dalam-implementasi-kurikulum-2013_unduh_3_Januari_2015)
- Ihsan, A., Hasmiyati. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Makassar: Badan Penerbit UNM.
- Sugiyono, 2012. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- \_\_\_\_\_, 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. 2013. Jakarta: Sinar Grafika.
- Hasibuan Malayu, S.P. 2009. *Manajemen Dasar, pengertian dan Masalah*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Herlambang, S. 2013. *Pengantar Manajemen Cara Mudah Memahami Ilmu Manajemen*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Pengembangan Kurikulum 2013*. Jakarta: Kemendikbud.

## Pengaruh Modifikasi Pembelajaran dan Jenis Kelamin Terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Voli

Mahatma Raison Pribadi

STKIP Kie Raha Ternate

edi.mahatm@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data dari pengaruh modifikasi pembelajaran dan jenis kelamin terhadap hasil belajar permainan bola voli. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain faktorial  $2 \times 2$ . Populasi penelitian adalah siswa dan siswi kelas VII SMPN. 7 Ternate berjumlah 100 orang baik laki-laki maupun perempuan. Sampel diperoleh secara acak dan dibagi kedalam dua kelompok eksperimen. Terdiri dari 40 orang siswa (18 laki-laki, 22 perempuan) yang kelompok A. (9 putra, 11 putri) diberi perlakuan dengan modifikasi media pembelajaran, sedangkan kelompok B. (9 laki-laki, 11 perempuan) diberi perlakuan dengan modifikasi aturan permainan bola voli. Variabel dalam penelitian ini meliputi satu variabel bebas yang menjadi ruang lingkup subyek penelitian, yaitu (1) modifikasi pembelajaran dan satu variabel terikat, yaitu (1) hasil belajar permainan bola voli. Data modifikasi media pembelajaran dan modifikasi aturan permainan bola voli di peroleh melalui lima macam tes keterampilan bermain bola voli dari. Strand dan Willson (1993), yaitu: (1) tes servis (2) tes pasing bawah (3) tes pasing atas (4) tes spike dan (5) tes block. Data di analisis dengan menggunakan uji-F pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Penelitian ini menyimpulkan (1) Modifikasi media pembelajaran memberikan pengaruh yang signifikan bila dibandingkan dengan modifikasi aturan permainan bola voli, (2) Antara modifikasi media pembelajaran dengan jenis kelamin terdapat interaksi yang signifikan, (3) bagi siswa laki-laki modifikasi media pembelajaran memberikan pengaruh yang lebih signifikan bila dibandingkan dengan modifikasi aturan permainan bola voli (4) bagi siswa perempuan modifikasi media pembelajaran memberikan pengaruh yang lebih signifikan bila dibandingkan dengan modifikasi aturan permainan bola voli.

**Kata Kunci:** *Modifikasi Pembelajaran dan Jenis Kelamin, Hasil Belajar, Permainan Bola Voli*

### PENDAHULUAN

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat.

Untuk merealisasikan dampak dari pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di tingkat persekolahan menengah pertama, tentunya di perlukan kurikulum yang terencana dan terprogram secara jangka panjang yang di dalamnya meliputi berbagai hal tentang pengalaman belajar, modifikasi pembelajaran, tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, metode pembelajaran, sumber belajar, dan

evaluasi pembelajaran. Realisasi penerapan modifikasi kurikulum pendidikan jasmani berdasarkan kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), ruang lingkup tujuannya lebih kepada peningkatan potensi fisik serta lebih mengembangkan budaya sportivitas dan kesadaran untuk hidup sehat (Mulyasa, 2007:49).

Mengenai pengertian pendidikan jasmani, Pangrazi dan Dauer (1992) yang di kutip oleh Adang Suherman, (2003:3) menyatakan, bahwa "Pendidikan jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberi kontribusi terutama melalui pengalaman gerak terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh". Sedangkan Mahendra, (2008:5) menjelaskan, bahwa: "Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah suatu proses pendidikan jasmani yang memanfaatkan

aktivitas gerak fisik serta untuk dapat menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, maupun mental serta emosional.” Pendidikan jasmani di tempatkan sebagai mata pelajaran yang akan mampu membentuk peserta didik menjadi cakap dalam kehidupannya yang di dalamnya mencakup kecakapan pribadi, kecakapan sosial, kecakapan akademik, dan kecakapan vokasional.

Lebih lanjut dinyatakan Argasmita (2005) dalam pidato pengukuhan sebagai Guru Besar Universitas Negeri Semarang (Unnes) yang berjudul "Proses Pembinaan Olahraga Prestasi di Indonesia: Tinjauan dari Kacamata Sosiologi Olahraga" mengemukakan bahwa:

Proses pendidikan di tingkat dasar amat menentukan pencapuran prestasi olahraga. Hal itu menuntut ketersediaan guru pendidikan jasmani yang memiliki kompetensi memadai. Sayangnya sampai saat ini kompetensi guru penjas masih perlu dipertanyakan. Terutama dalam menerapkan variasi-variasi latihan yang menarik dan memotivasi anak untuk bergerak. ([www.kebumen.pendidikan.go.id](http://www.kebumen.pendidikan.go.id)).

Hal inipun tertuang dalam rumusan yang di luncurkan oleh AAHPERD (*American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance*) dalam proyek PEPI (*Physical Education Public Information*) yang menggambarkan bahwa pendidikan jasmani berkedudukan sebagai (1) wadah untuk penguasaan pengetahuan dan keterampilan jasmani dan fungsinya, (2) penjamin bagi kesehatan individu, (3) penyokong kepada prestasi akademik, (4) penyumbang kepada perkembangan konsep diri, dan (5) sarana untuk membantu seseorang dalam memperoleh keterampilan sosial (Lutan, dkk, 2002) Lebih lanjut Siedentop (1990:6), mengemukakan, “*Modern physical education with its emphasis upon education through the physical is based upon the biologic unity of mind and body. This view sees life as a totality*”. Hal serupa dikemukakan Wall dan Murray, (1994:6), sebagai berikut:

“*Children are complex beings whose thoughts, feelings, and actions are constantly in a state of flux. Because of the dynamic nature of children as they grow and mature, change in one element often affects*

*the others. It is a ‘whole child whom we must educate, not merely the physical or bodily aspect of the child’.*”

Namun demikian, bukan berarti bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan ke mampuan jasmani anak, melainkan aktivitas jasmani secara multilateral yang mengembangkan pula potensi lainnya, baik secara afektif, kognitif, dan psikomotor. Aktifitas gerak pembelajaran permainan bola voli yang sudah di modifikasi merupakan sarana dari pendidikan jasmani untuk mencapai tujuan yang sangat diharapkan.

Dijelaskan lagi oleh Yoyo dan Suherman. (1999/2000), bahwa suasana interaksi belajar yang gembira dan ceria, harus diciptakan oleh guru penjas. Siswa boleh bertepuk tangan dan berteriak gembira bila ada salah seorang temannya dapat melakukan tugas keterampilan gerak dengan baik. Jangan ciptakan suasana sebaliknya yang dapat mengganggu hasil belajar siswa. Namun demikian permasalahan yang sering muncul dalam pembelajaran permainan bola voli di Sekolah Menengah Pertama pada umumnya adalah sarana dan prasarana yang terbatas. Oleh karena itu walaupun pendidikan jasmani sering di definisikan dalam redaksi yang beragam, namun pada umumnya pandangan tersebut didasarkan pada bagaimana orang tersebut memandang manusia itu sendiri. Pandangan pertama, yang juga sering disebut pandangan tradisonal, menganggap bahwa manusia itu terdiri dari dua komponen utama yaitu jasmani dan rohani (dikotomi).

Pandangan ini menganggap bahwa pendidikan jasmani hanya semata-mata mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbang, atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Dengan kata lain pendidikan jasmani hanya sebagai pelengkap saja. Pandangan terhadap pendidikan jasmani seperti itu dapat di amati pada Undang-undang No 4 Tahun 1950 Bab VI pasal Sembilan sebagai berikut “pendidikan jasmani yang menuju keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa dan merupakan usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat kuat lahir bathin, diberikan pada seluruh jenjang pendidikan.” Pandangan

pendidikan jasmani berdasarkan pandangan dikotomi manusia secara empirik menimbulkan salah kaprah dalam merumuskan tujuan pendidikan, program pelaksanaan, dan penilaian pendidikan jasmani.

Melalui analisis kritis dan penelitian ditemukan banyak hal-hal faktual yang kurang mendukung dasar pandangan dikotomi tersebut. Fakta dan temuan ini mendorong timbulnya pandangan yang kedua yaitu pandangan yang bersifat holistik. Ini menganggap bahwa manusia bukan sesuatu yang terdiri-dari bagian yang terpadu. Oleh karena itu pendidikan jasmani tidak hanya berorientasi pada jasmani saja atau hanya untuk satu komponen saja.

Salah satu definisi pendidikan jasmani pendapat Rijsdorp 1971 yang dikutip oleh Sukintaka dalam bukunya teori pendidikan jasmani (2004:31), mengatakan “pendidikan jasmani merupakan bagian dari *Gynologie*, yakni pengetahuan (*wetenschap*) tentang berlatih, dilatih, atau melatih; yang terdiri dari tiga bagian besar: 1). Pendidikan jasmani, 2). Olahraga (sport) 3). Rekreasi. Pendidikan jasmani merupakan pergaulan pedagogi dalam bidang gerak dan pengetahuan tubuh.

Defenisi yang relatif sama juga dikemukakan oleh Pangrazi dan Dauer (1992) sebagai berikut.

*“Physical education is a part of general educational program that contributes, primarily through movement experiences, to the total growth and development of all children. Physical education is defined as education of and through movement, and must be conducted in a manner that merits this meaning”.*

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam jenis kegiatan pokok, sebagai substansi kurikulum pendidikan jasmani. Dengan perpedoman pada teknik-teknik dari permainan bola voli ini, guru pendidikan jasmani melakukan kegiatan belajar mengajarnya. Guru terkadang dalam hal proses pembelajaran memperlakukan anak sama dengan orang dewasa dalam bentuk kecil, sehingga dalam proses pembelajaran teknik-teknik baku yang diajarkan kepada anak sehingga peserta didik merasakan bosan, siswa

yang tidak mendapat misalnya akan menunggu dan berdiam diri atau ngobrol dengan temannya untuk mendapatkan gilirannya. Kemudian dijelaskan lebih lanjut oleh suherman dan Bahagia (1999/2000:35), dalam bukunya yang berjudul Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga menyatakan. “strategi pembelajaran permainan berbeda dengan strategi pembelajaran skill, namun bisa dipastikan bahwa keduanya harus melibatkan modifikasi atau pengembangan agar sesuai dengan prinsip DAP dan “*body Scalling*” (ukuran fisik termasuk kemampuan fisik). Pada kenyataannya, seringkali guru kurang dapat membedakan penekanan tujuan pembelajaran skill dan permainan.

Selama pembelajaran permainan, seringkali guru memfokuskan pembelajarannya pada bagaimana siswa menampilkan skill dalam permainan (belajar skill), akan lebih baik apa bila guru memfokuskan pembelajarannya pada bagaimana siswa menampilkan strategi dalam permainan (belajar strategi bermain). Namun demikian, manakala guru menyadari bahwa rendahnya kualitas permainan disebabkan oleh rendahnya kemampuan skill, maka guru mempunyai beberapa pilihan sebagai berikut. Guru dapat terus melanjutkan aktivitas permainan untuk beberapa lama sehingga siswa dapat menangkap gagasan umum permainan yang dilakukannya. Dengan menggunakan bola voli yang biasa digunakan oleh orang dewasa, siswa merasa kesakitan pada saat bola mengenai tangannya dan itu mengakibatkan siswa menjadi takut untuk bermain bola voli.

Hal ini menyebabkan proses pembelajaran strategi permainan yang sebenarnya akan sulit diterima siswa, karena strategi ini biasanya bersifat kompleks. Untuk itu pelaksanaan pembelajaran strategi hendaknya dilakukan secara bertahap dari yang sederhana sampai yang kompleks. Namun karena strategi lebih berorientasi pada permainan, maka struktur permainan itu sendiri sering menjadi rujukannya. Sebagai akibatnya, pengurangan dan penambahan struktur permainan untuk modifikasi sering dilakukan (misalnya dengan cara mengurangi jumlah pemainnya) ukuran

lapangan, tinggi netnya dan bola volinya. Strategi ini merupakan dasar bagi siswa untuk dapat bermain dalam kondisi yang kompleks dan untuk dapat mengembangkan berbagai pola permainan pada tahapan yang lebih lanjut.

Persoalan yang diakibatkan dari cara mengajar yang bersifat tradisional dan monoton ini akan berakibat peserta didik mengalami frustrasi, tidak menyenangkan pendidikan jasmani, dan menghindari dari kegiatan pendidikan jasmani, anak menghindari dari kegiatan pendidikan jasmani, karena dirasakan tidak sesuai dengan kebutuhan mereka. Dalam proses pembelajaran, unsur kematangan yang berkaitan dengan kesiapan belajar anak harus dipahami oleh guru, sehingga dalam memberikan tugas gerak bisa diterima oleh anak dengan baik. Dalam buku modul menurut Yanto (2003:7) disampaikan bahwa pembelajaran dapat didefinisikan sebagai suatu sistem atau proses membelajarkan subyek didik atau pembelajar yang direncanakan atau di desain, dilaksanakan dan, dievaluasi secara sistematis agar subyek didik atau pembelajar dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien.

Hal ini berhubungan dengan proses pembelajaran di sekolah. Machfud Irsada (1999/2000:28) menjelaskan didalam proses pembelajaran permainan bola voli seorang guru harus mengantarkan muridnya mengikuti secara aktif serta bermotivasi untuk belajar dengan cara atau metode untuk tujuan pendidikan. Lebih lanjut Hujair AH. Sanaky (2009:3), bahwa pembelajaran adalah proses komunikasi antara pembelajaran, pengajar dan bahan ajar. Dalam kegiatan komunikasi diperlukan adanya hubungan timbal balik antara penyampai pesan atau guru dan penerima pesan atau guru penerima pesan atau siswa.

*"In physical education context, players' knowledge is important in buiding overall game, and how to apply these tactically and strategically to their own advantage during game play,"* demikian pendapat (Linda L. Griffin, 2005:13). Berdasarkan hal-hal tersebut maka pendidikan jasmani dengan bentuk-bentuk kegiatan yang dimodifikasi tampaknya akan menjadi alternatif yang perlu

dipertimbangkan untuk digunakan di sekolah menengah pertama.

Dengan melakukan modifikasi maka siswa dapat ikut berpartisipasi aktif, senang dan bergairah mengikuti pelajaran jasmani, khususnya dalam proses pembelajaran permainan bola voli. Dalam mengajar keterampilan permainan bola voli guru harus mengetahui bahwa kemampuan siswa tidak sama antara satu dengan yang lainnya. Ada anak yang cepat dan ada anak yang lambat dalam menguasai suatu keterampilan. Mengajar keterampilan teknik-teknik permainan bola voli kepada peserta didik tidak bisa di pisahkan dari proses pertumbuhan dan perkembangan. Siswa tidak langsung belajar teknik bola voli, tetapi siswa akan belajar dahulu teknik yang telah dimodifikasi yang menyerupai atau mengarah pada teknik dasar bola voli yang sebenarnya. Demikian pula tentang peraturan, lapangan dan jumlah pemain dimodifikasi agar sesuai dengan karakteristik siswa. Melalui modifikasi ini, keleluasaan gerak siswa tidak akan terbatas, justru semakin menambah perbendaharaan gerak, sehingga menunjang dalam upaya pengembangan keterampilan bola volinya.

Selanjutnya dengan ini, Hoedaya (2009:51) mengatakan bahwa keterlibatan dalam berbagai aktivitas fisik akan menyebabkan siswa mampu menerima berbagai perspektif yang berbeda, memahami emosi orang lain, mengendalikan agresivitas, dan mengutamakan kepentingan orang lain. Oleh karena itu pelaksanaan pendidikan di sekolah dapat menjadi lebih baik khususnya untuk siswa putri perlu mendapat perhatian yang lebih besar dalam proses pendidikan jasmani terutama aktivitas motoriknya. Aip Syarifudin (1997:109) menjelaskan bahwa perbedaan pertumbuhan dan perkembangan fisik yang dialami oleh anak laki-laki dan perempuan, akan memiliki dampak terhadap perbedaan kemampuan fisik, maka guru pendidikan jasmani harus memahami dan mendalami perbedaan tersebut.

Dengan memahami dan mendalami perbedaan tersebut, diharapkan guru pendidikan jasmani dapat mengembangkan pendekatan yang tepat dalam merencanakan, mengelola dalam

melakukan evaluasi terhadap program pembelajaran kelak. Dengan demikian, program pendidikan jasmani yang diperlakukan pada anak didiknya dapat memberikan pengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak yang harmonis.

Atas dasar itu semua, kenyataan yang diberikan kepada siswa perempuan untuk memperoleh pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah harus sama dengan siswa putra. Aktivitas gerak fisik merupakan jendela awal bagi setiap anak terutama siswa perempuan untuk lebih mengenal dunia luarnya. Namun demikian, dalam pendidikan jasmani bagi siswa perempuan ini berarti suatu kemajuan. Seperti yang dijelaskan oleh Sukanti Suryochondro (1987). Bahwa pada masa itu di dalam masyarakat ada sesuatu pergolakan, yaitu semangat untuk maju setara dengan kaum lelaki. Sehingga kaum perempuan dapat menyamai kaum lelaki dan ikut serta pula berpartisipasi dalam aktivitas jasmaninya sehingga dapat diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan. Anak perempuan mempunyai hak yang sama dengan anak laki-laki untuk mendapatkan materi pembelajaran, namun guru harus memperhatikan perbedaan kemampuan anak laki-laki dan perempuan dalam keberhasilan belajar permainan bola voli mengingat penjasorkes merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik untuk mencapai tujuan.

Sunaryo Kartadinata (1997:50-53) menyatakan hasil belajar permainan bola voli disamping dipengaruhi oleh pendekatan mengajar yang dipergunakan juga dipengaruhi oleh adanya perbedaan jenis kelamin yaitu antara peserta didik yang berjenis kelamin laki-laki dan berjenis kelamin perempuan, peserta didik laki-laki lebih unggul dalam keterampilan motorik kasar dari pada peserta didik perempuan dan sebaliknya dalam keterampilan motorik halus peserta didik perempuan lebih unggul dari pada peserta didik laki-laki. Lebih lanjut dinyatakan mengenai Pengertian Jender menurut Pratiwi (2009:1), Jender yang di kutip melalui source : <http://primaya.blogspot.com>.

Berasal dari bahasa Latin, yaitu "genus", berarti tipe atau jenis. Jender adalah sifat dan perilaku yang dilekatkan pada laki-laki dan perempuan yang dibentuk secara sosial maupun budaya. Jenis kelamin adalah pembedaan atas laki-laki dan perempuan atau jantan dan betina, Badudu dan Zain (2001). Jenis kelamin laki-laki menunjukkan organ sex yang menghasilkan 199 spermatozoa, jenis kelamin perempuan adalah suatu organ sex, atau suatu bagian organ yang menghasilkan ova atau sel telur ([en.wikipedia.org/wiki/male/28](http://en.wikipedia.org/wiki/male/28) desember 2010). Conger dan Kagan yang dikutip oleh desmita (2008:154) menyatakan bahwa selama masa akhir anak-anak, tinggi bertumbuh sekitar 5 hingga 6% dan berat bertambah sekitar 10% setiap tahun. Pada usia 6 tahun tinggi rata-rata anak adalah 40 inci dan berat 80 hingga 42,5kg. Pada saat yang sama, kekuatan otot-otot secara berangsur-angsur bertambah dan gemuk bayi (baby fat) berkurang. Pertambahan kekuatan otot ini karena faktor keturunan dan latihan (olahraga). Karena perbedaan jumlah sel-sel otot, maka umumnya anak laki-laki lebih kuat dari pada perempuan masa kanak-kanak.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya persamaan pekerjaan dari perbedaan jender itu. Menurut Endler seperti dikutip dalam Cox (1994) terdapat lima aspek yang terkait dengan berbagai kekhawatiran yang terkait erat dengan takut. Ini adalah 1). ancaman bagi diri sebagai akibat dari kegagalan; 2). ancaman bahaya pribadi; 3). unpredictability atau takut yang tidak diketahui, 4). takut gangguan dari kebiasaan sehari-hari, dan 5). negatif yang takut akan dievaluasi oleh orang lain. Salah satu atau semua faktor-faktor ini mungkin memiliki konsekuensi serius dalam keberhasilan penerapan proses modifikasi pembelajaran permainan bola voli ditingkat sekolah lanjutan menengah pertama.

"Tahap kognisi merupakan tahap di mana siswa sedang mendapatkan informasi tentang bentuk keterampilan gerak yang kelak harus dilakukan siswa. Bentuk keterampilan gerak dapat segera terbentuk dengan baik dalam memori siswa bila informasi disajikan dengan jelas dan sederhana. Makin sederhana bentuk

gerak yang dapat disajikan dengan jelas akan makin cepat terbentuk dalam memori anak. Fiksasi adalah di mana siswa sedang merealisasikan pola gerak yang telah terbentuk dalam memorinya.”

Untuk mempermanenkan pola gerak menjadi keterampilan gerak, berikan kesempatan kepada anak untuk mengulang dan mengulang pola tersebut. Umpan balik yang bermakna dalam arti tepat sasaran pada komponen gerak yang belum dapat dilakukan siswa sangat membantunya agar ia cepat dan tepat menguasai keterampilan gerak tersebut. Dengan demikian, pada tahap fiksasi ada dua hal pokok yang harus diperhatikan; yaitu (1) pengulangan dan (2) umpan balik. Pengulangan dan umpan balik akan menjadi dasar dari terciptanya otomatisasi gerak siswa tersebut. Otomatisasi gerak dicirikan dengan makin sempurnanya koordinasi gerak yang dapat dilakukan oleh seseorang. Menurut Toyoda, (dalam Yunyun, 2007:9). Pembelajaran permainan bola voli yang dapat diberikan kepada anak usia menengah pertama di Jepang meliputi keterampilan dasar dalam passing, umpan, servis, spike, dan blocking, dan modifikasi permainan bola voli untuk usia 13 - 15 tahun atau usia Sekolah menengah pertama sebaiknya lakukan melalui aktivitas keterampilannya antara lain.(1) pergerakan kaki, (2) passing dan umpan, (3) pengembalian bola, (4) spike, (6) servis atas, (7) pengenalan block dan, (8) modifikasi permainan.

Menurut Herry Koesyanto (2003:10), belajar adalah berusaha atau berlatih agar mendapatkan kepandaian. Arti belajar dasar bermain bola voli tak lain adalah berlatih teknik dasar bola voli agar terampil dalam bermain bola voli. Adapun teknik dasar bola voli yang dapat dipelajari diantaranya adalah teknik dasar servis, pas (*passing*), umpan (*set-uper*), *smash*, dan bendungan (*block*). Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Pada mulanya servis hanya merupakan pukulan awal untuk dimulainya suatu permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk diperoleh nilai agar suatu regu berhasil diraih kemenangan (M. Yunus, 1992:68-69).

Pendapat serupa juga dinyatakan Beutelstahl (2005:9), bahwa mulanya servis hanya dipandang sebagai pukulan permulaan saja, cara melempar bola untuk memulai permainan. Tetapi servis kemudian berkembang menjadi suatu senjata yang ampuh untuk menyerang.

Servis harus dilakukan dengan baik dan sempurna oleh semua pemain, karena kesalahan pemain mengakibatkan penambahan angka dari lawan dan uniknya lagi setiap pemain harus melakukan servis ini. Demikian pentingnya kedudukan servis dalam permainan bola voli, maka teknik dasar servis harus dikuasai dengan baik. Oleh karena itu servis harus keras dan terarah dengan tujuan agar tidak mudah diterima oleh lawan yang berarti pihak pemegang servis mendapatkan angka. Servis ada bermacam-macam, di mana masing-masing memiliki nama, sifat dan teknik sendiri-sendiri. Menurut Suharno HP. (1979:12), ada dua macam pukulan servis yang di kenal dan sering dimainkan yaitu servis tangan bawah dan servis tangan atas. Servis bawah (*underhand service*) adalah servis yang sering digunakan oleh pemain pemula, karena servis ini merupakan servis yang sangat sederhana dan mudah.

Menurut Toto dan Yunyun (2010:26) “Melalui permainan bola voli, seluruh potensi dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotor diyakini berpotensi untuk tumbuh berkembang. Sampai batas-batas tertentu, secara *inheren* nilai pendidikan potensial dari seluruh aspek tersebut ada dalam permainan bola voli. Seperti misalnya, dengan berlatih dan bermain bola voli secara teratur selain dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli itu sendiri, juga dapat ditingkatkan keterampilan fisik, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir, keterampilan sosial, bekerjasama, dan mengembangkan sikap positif dan *fair play*. Namun demikian permasalahan yang sering muncul dalam modifikasi Pembelajaran permainan bola voli di Sekolah Menengah Pertama pada umumnya adalah sarana dan prasarana yang terbatas, latar belakang guru Pendidikan Jasmani rata-rata SGO, D2 dan hanya beberapa guru yang dari lulusan S1.

Hal tersebut cukup menyulitkan dalam penerapan pembelajaran kepada siswa dan perhatian dari pihak sekolah terhadap perbaikan fasilitas, sarana dan prasarana olahraga. Ketersediaan sarana dan prasarana di beberapa Sekolah Menengah Pertama Khususnya di SMP Negeri. 7 Kota Ternate masih dikatakan sangat mengawatirkan. Keterbatasan sarana maupun prasarana dapat terlihat, dengan alasan lokasi yang begitu sempit untuk pelaksanaan pembelajaran penjas. Terbukti dengan ditemukannya lapangan yang luasnya sebesar lapangan bulu tangkis di beberapa Sekolah Menengah Pertama, bola hanya ada lima, tidak adanya *sport hall*, dan tidak adanya gudang olahraga. Masalah yang sangat mendasar terkait dengan ketersediaan tenaga pengajar yang bukan dari bidang penjas. Berdasarkan hasil pengamatan di beberapa Sekolah Menengah Pertama, masih banyak pembelajaran Penjas diajar oleh guru kelas, guru dengan latar belakangnya SGO dan D2. Jumlah guru Penjas di Sekolah Menengah Pertama baru mencapai sekitar setengah dari jumlah sekolah yang ada. Siswa yang begitu banyak dengan tingkat kecerdasan yang berbeda-beda, menjadikan guru Penjas harus lebih kreatif dan inovatif untuk menjaga waktu aktif belajar siswa seoptimal mungkin. Kualitas guru pendidikan jasmani di sekolah sangat menentukan keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran.

Untuk mengatasi masalah ini guru dituntut terampil dan mampu melakukan berbagai variasi dan modifikasi dalam proses pembelajaran agar terjadi interaksi antara guru dengan siswa, siswa dengan lingkungan belajarnya. Jadi dapat dikatakan bahwa guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran bola volipun harus terampil untuk memodifikasi teknik-teknik baku yang sukar menjadi teknik yang mudah untuk dikuasai siswa. Tingkat kecerdasan siswa yang berbeda-beda akan terlihat dengan jelas pada saat pembelajaran permainan bola voli, seperti adanya perbedaan pemahaman antara siswa satu dengan lainnya mengenai konsep dasar *passing*.

Siswa memiliki tingkat pemahaman yang berbeda-beda terbukti dengan ditemukannya

perbedaan teknik dasar *passing* bawah ataupun atas yang dilakukan siswa. Perhatian dari pihak sekolah terhadap perbaikan fasilitas untuk meningkatkan mutu pendidikan khususnya dalam pembelajaran bola voli dengan lapangan yang seadanya dan tiga bola saja menurut pihak sekolah sudah cukup untuk pembelajaran penjas, dan ini dirasakan seolah-olah pendidikan jasmani bukanlah suatu prioritas sehingga bagi pendidikan jasmani seakan di anak tirikan dari mata pelajaran lainnya. Berdasarkan pengamatan penulis di SMP Negeri 7 Kota Ternate Propinsi Maluku Utara, sekolah tersebut hanya memiliki fasilitas satu buah lapangan bola voli ukuran Dewasa (18 x 9 m) dan area taman bermain yang cukup luas ( $\pm 12 \times 18$  m).

Peralatan dan perlengkapan permainan bola voli, yaitu tiga buah bola dan satu buah yang masih dapat dipergunakan dan satu buah net. Lapangan cukup bagus sudah di semen. Dengan satu lapangan bola voli dan area bermain yang cukup luas tersebut digunakan oleh kelas yang berjumlah 12 kelas yakni mulai kelas VII, VIII, dan IX secara bergiliran bahkan sering bersamaan. Bola yang digunakan adalah bola ukuran dewasa yang di rasakan keras baik oleh siswa laki-laki maupun perempuan. Untuk mengatasi hal tersebut, diperlukan bola voli yang di modifikasi yakni bola voli ukuran sedang (mini) dengan ukuran 4, yang lebih kecil dan ringan. Lapangan bola voli ukuran dewasa yang berukuran 18 x 9 m tidak disesuaikan atau di modifikasi sesuai kebutuhan dan keterampilan siswa SMP.

Seharusnya lapangan yang digunakan sudah di modifikasi dengan ukuran 12 m x 6 m. Tinggi net juga di modifikasi dengan ukuran tinggi net 2,10 m untuk laki-laki dan 2,00 untuk perempuan. Hal ini di buktikan ketika seorang guru pendidikan jasmani dapat memberikan pelajaran praktik permainan bola voli dalam bentuk modifikasi.

Tapi kenyataan yang ada banyak siswa yang didominasi siswa perempuan belum bisa menguasai, bahkan sulit dalam hal mempraktekan teknik gerakan bermain bola voli dengan baik dan benar, salah satunya adalah

teknik passing atas, passing bawah, block, dan smes. Dari pengamatan di lapangan hampir 90 % siswa tidak menguasai modifikasi pembelajaran permainan bola voli, dikarenakan metode yang diterapkan dalam memodifikasi pembelajaran yang diberikan kurang maksimal ditambah dengan kurang aktifnya siswa terutama siswa perempuan dalam mempraktikkan teknik passing atas dengan berbagai alasan seperti yang dikemukakan Durrwachter (1982: 2), dalam bukunya belajar dan berlatih sambil bermain mengemukakan sebagai berikut: 1) Anak didik tidak biasa melakukan proses gerak yang dipersyaratkan dalam permainan bola voli; 2) Anak didik tidak bisa dianggap sudah mengenal aturan permainan, begitu pula bentuk-bentuk dasar teknik dan taktik; 3) Dalam permainan tingkat pemula, tingkat pembebanan jasmani masih rendah dan baru akan timbul apabila ketrampilan teknik sudah berkembang. Begitu pula halnya dengan gerak lari; 4) Tidak ada contoh teladan yang bisa membangkitkan motivasi, begitu pula tidak ada saran tujuan yang jelas. Media massa lebih mengutamakan olahraga sepak bola dan badminton.

Dan masih banyak lagi hal-hal yang dapat mengganggu proses pembelajaran permainan bola voli. Proses pembelajaran dengan memodifikasi pembelajaran baik itu modifikasi media pembelajaran permainan bola voli, maupun modifikasi aturan permainan. Adalah bentuk yang tepat untuk dapat diterapkan bagi peserta didik dalam mengajar keterampilan teknik dasar bola voli, siswa tidak langsung belajar teknik bola voli, tetapi siswa terlebih dahulu diharuskan belajar teknik yang telah dimodifikasi yang menyerupai ataupun mengarah pada teknik dasar bola voli. Demikian pula tentang peraturannya, tinggi net, luas lapangan, bentuk bola dan jumlah pemainnya pun dimodifikasi agar sesuai dengan karakteristik siswa tersebut.

Modifikasi media pembelajaran dan modifikasi aturan permainan bola voli yang digunakan untuk mengajar keterampilan teknik dasar bola voli bagi siswa, adalah dengan menekankan pada teknik-teknik yang telah di

modifikasi baik itu media pembelajarannya maupun aturan permainannya sehingga siswa dapat merasa lebih termotivasi dan lebih terangsang dalam proses pembelajaran permainan bola voli khususnya di lingkungan SMP Negeri Tujuh Kota Ternate.

## METODE PENELITIAN

### Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *metode eksperimen* dengan menggunakan desain faktorial  $2 \times 2$ .

Pelaksanaan Tes.

Tes Servis: 1) Petugas pelaksana: jumlah petugas pelaksana dalam tes servis sebanyak tiga orang. Seorang bertugas mengamati lewatnya bola pada saat melampaui jaring. Seorang bertugas mengawasi jatuhnya bola, dan seorang bertugas untuk mencatat hasil; 2) Pelaksanaan: siswa berada dalam daerah servis dan melakukan servis yang sah sesuai dengan peraturan yang berlaku untuk servis. Bentuk pukulan servis adalah bebas. Kesempatan melakukan servis sebanyak 6 kali; 3) Penilaian, Nilai setiap servis ditentukan oleh tingginya bola waktu melampaui jaring dan angka sasaran tempat bola jatuh.

Bola yang melampaui jaring diantara batas jaring dengan tali yang direntangkan setinggi 50 cm dari jaring nilainya ialah angka sasaran dikalikan ( $\times 3$ ). Bola yang melampaui diantara kedua tali yang direntangkan mendapat nilai angka sasaran dikalikan ( $\times 2$ ). Bola yang melampaui jaring lebih tinggi dari tali yang tertinggi nilainya angka sasaran tempat bola jatuh. Bola yang menyentuh tali batas diatas jaring dihitung telah melampaui ruang dengan angka perkalian yang lebih besar. Bola yang dimainkan dengan cara yang tidak sah, bola yang menyentuh jaring atau bola yang jatuh di luar sasaran, mendapat nilai nol (0). Hasil yang dicatat adalah jumlah angka dari 4 nilai hasil perkalian terbaik. Kesempatan melakukan servis diberikan sebanyak enam kali.

### Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki dan perempuan kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kota Ternate. Dan

sampelnya adalah sebagian dari jumlah populasi. Jumlah sampel ditetapkan sebanyak 40 Orang. Jumlah populasi adalah 100 orang siswa, dengan karakteristik sebagai berikut: 1) Usia populasi yaitu 12-13 tahun; 2) Jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan; 3) Tingkat keterampilan adalah pemula.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan cara acak (random) secara sederhana, sehingga terjaring 40 orang yang akan menjadi sampel.

**Alat Pengumpul Data**

Alat-alat pengumpul data yang dipersiapkan seperti: (1) format atau blanko tes yang dapat menampung data pribadi siswa; (2) lapangan yang digunakan untuk melakukan tes; (3) stop watch dan meteran; (4) bola voli yang biasa digunakan oleh Persatuan Bola voli Seluruh Indonesia (PBVSI) sebanyak 12 buah; (5) alat tulis menulis; dan (6) cat untuk membuat ukuran lapangan.

**Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa penguasaan modifikasi pembelajaran digunakan tes keterampilan permainan bola voli. Tes ini terdiri dari empat jenis tes, yaitu: (1) tes servis; (2) tes umpan (pass); (3) tes block, dan; (4) tes serangan (spike). Diperuntukan bagi siswa yang berumur 13 tahun keatas, putra dan putri. Tujuan tes ini adalah untuk: (1) mengukur kecakapan dan keterampilan seseorang bermain bola voli; (2) memberikan

Hasil pengujian dengan uji-t selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3.** Hasil Uji Beda Pre test Hasil Belajar Bola Voli Belompok A Modifikasi Media Pembelajaran dan Kelompok B Modifikasi Aturan Permainan

Data	t hitung	Df	t tabel	Sig.	Keputusan
Pre tes hasil belajar servis bola voli kelompok A dan kelompok B	0,53747	38	2,022	0,0495	Tidak terdapat perbedaan

Berdasarkan tabel 4.3 terlihat bahwa uji beda rata-rata terhadap *pre test* hasil belajar servis bola voli kelompok A media belajar dan kelompok B modifikasi aturan permainan pada taraf signifikan 0,05 diperoleh  $p$  (sig.(2-tailed))= 0,5347.  $t$  tabel dapat dicari dengan tabel distribusi  $t$  pada taraf kepercayaan 95% ( $\alpha = 5\%$ , karena uji  $t$  bersifat dua sisi, maka nilai dan derajat bebas ( $df$ )=  $n_1+n_2-2 = 40-2 = 38$   $t$  hitung <  $t$  tabel atau didalam daerah penolakan  $H_0$  maka diputuskan bahwa  $H_1$  ditolak dan  $H_0$

dasar penilaian; (3) menetapkan urutan (ranking) dan pengelompokan dalam seleksi; dan (4) mencari bakat (*talent scounting*). Depdikbud, (1977:1). Tes ini telah diuji dengan perhitungan statistik dari pengujian menunjukan nilai reliabilitas 0,94 dan validitas 0,84.

**Teknik Analisa Data**

Teknik yang dipakai dalam menganalisis data adalah analisis varian dua jalan. Sebelum sampai pada pengujian hipotesis penelitian, perlu uji persyaratan terlebih dahulu. Pengujian homogenitas varians dengan menggunakan uji Bartlet dan pengujian normalitas dengan menggunakan uji lilliefors. Semua pengujian analisis dilihat pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Adapun hasil dari pengolahan dan analisis data yang penulis akan uraikan secara terperinci sebagai berikut :

**Tabel 1.** Hasil Uji Normalitas Skort Penguasaan Awal (pre test)

No	Data	Asym. Sig	A	Keputusan
1	Pre test Kelompok A	0,200	0,05	Normal
2	Pre test Kelompok B	0,200	0,05	Normal

**Tabel 2.** Hasil Uji Homogenitas Skor Penguasaan Tes Awal Hasil Belajar Servis Bola Voli

Data	Asymp. Sig.	A	Keputusan
Pre test Kelompok A dan B	0,495	0,05	Homogen

diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata *pre test* hasil belajar servis bola voli antara kelompok A modifikasi media pembelajaran dan kelompok B modifikasi aturan permainan pada taraf kepercayaan 95%.

**Penguasaan Tes Akhir**

Nilai simpangan kemampuan siswa pada lima aitem keterampilan permainan bola voli dimaksud di uraikan pada tabel 4.4 sebagai berikut:

**Tabel 4.** Perbedaan Kemampuan Servis pada Siswa Antara Kelompok A dan Kelompok B  
Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Modifikasi Media Pembelajaran	12.6500	20	1.59852	.35744
Modifikasi Aturan Permainan	11.0500	20	2.39462	.53545

**Tabel 5.** Perbedaan Kemampuan Servis pada siswa Antara Kelompok A dan Kelompok B  
Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig.(2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Modifikasi Media Pembelajaran - Modifikasi Aturan Permainan	1.60000	2.56289	.57308	.40053	2.79947	2.792	19	.012

Hasil uji normalitas *pre test* hasil belajar bola voli antara kelompok A dan B adalah berdistribusi normal. Dapat dilihat dari hasil uji normalitas data *pre test* memiliki nilai Sig. > 0,05

Perbedaan kemampuan siswa dalam bermain bola voli antara kelompok A modifikasi media pembelajaran dan kelompok B modifikasi aturan permainan, pada kemampuan pasing atas di jelaskan pada tabel 6 sebagai berikut:

**Tabel 6.** Perbedaan Kemampuan Pasing Atas pada Siswa antara Kelompok A dan Kelompok B

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Modifikasi Media Pembelajaran- Modifikasi Aturan Permainan	-2.75000	3.90512	.87321	-4.57765	-.92235	-3.149	19	.005

Distribusi data skor *post test* kelompok A dan B. Hasil uji homogenitas skor *post test* hasil belajar pasing bawah antara kelompok A dan kelompok B permainan bola voli menunjukkan nilai Sig. 0,000 > 0,05. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa kedua varian populasi *post test* kelompok A dan B terdapat perbedaan secara signifikan.

Distribusi data skor *post test* kelompok A dan B. Hasil uji homogenitas skor *post test* hasil belajar smas antara kelompok A dan kelompok B permainan bola voli menunjukkan nilai Sig. 0,01 > 0,05. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa kedua varian populasi *post test* kelompok A dan B terdapat perbedaan secara signifikan.

Hasil uji homogenitas skor *post test* hasil belajar smas antara kelompok A dan kelompok B permainan bola voli menunjukkan nilai Sig. 0,000 > 0,05. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa kedua varian populasi *post test*

kelompok A dan B terdapat perbedaan secara signifikan.

Rata-rata tes akhir kelompok A (modifikasi media pembelajaran) adalah, 15,3000 dan untuk kelompok B (modifikasi aturan) adalah 14,8500. Sedangkan simpangannya untuk kelompok A adalah 0,43589 dan kelompok B adalah 0,50406.

Berdasarkan keterangan pada tabel di atas untuk melihat distribusi data skor *post test* kelompok A dan B. Hasil uji homogenitas skor *post test* hasil belajar blok antara kelompok A dan kelompok B permainan bola voli menunjukkan nilai Sig. 0,50406 > 0,05. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa kedua varian populasi *post test* kelompok A dan B terdapat perbedaan secara signifikan.

### **Pengaruh Jenis Kelamin Terhadap Hasil Belajar Bola Voli**

Penulis pada point ini akan memaparkan apakah jenis kelamin memberikan pengaruh terhadap hasil belajar bola voli sebelum dan sesudah perlakuan. Untuk mengetahui hal tersebut maka dilakukan uji crosstabs dengan spss 17.

#### **Pembahasan**

Hasil penelitian memberikan gambaran adanya perbedaan pengaruh terhadap hasil belajar permainan bola voli antara siswa yang diajar melalui modifikasi media pembelajaran dengan modifikasi aturan permainan. Modifikasi pembelajaran memberikan kontribusi dalam upaya meningkatkan kemampuan pemahaman permainan bola voli yang dikembangkan guru dan didasarkan pada pengalaman nyata dalam artian yakni menghubungkan materi pembelajaran dengan aktivitas siswa baik dilingkungan sekolah maupun yang terjadi dilingkungan masyarakat. Berdasarkan pandangan Vygostki (dalam Santrocck, 2007), yang pada intinya menekankan bahwa perkembangan memori, perhatian dan nalar melibatkan pembelajaran untuk menggunakan alat yang ada, pengetahuan dan pemahaman dikonstruksi bila seseorang terlibat terhadap modifikasi pembelajaran dan jenis kelamin. Dalam hal ini siswa tidak hanya memerlukan akses pengalaman fisik tetapi juga interaksi dengan pengalaman yang dimiliki individu lain. Untuk itu agar modifikasi pembelajaran bola voli pada mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama dapat di gunakan guru sebagai salah satu alternatif dalam memodifikasi hasil pembelajar permainan bola voli.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pada peningkatan kemampuan memodifikasi pembelajaran permainan cabang olahraga bola voli. karena penerapan modifikasi pembelajaran dan jenis kelamin terhadap hasil belajar permainan bola voli yang dalam pelaksanaannya dimulai dari isu-isu yang ada dilingkungan sekolah, membangun pengetahuan melalui kejadian yang dialami siswa, melibatkan siswa secara langsung dalam menerapkan modifikasi

pembelajaran yang terkait dengan materi yang dipelajari melalui kegiatan pengamatan, sehingga domain sikap siswa dapat berkembang karena fungsinya faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses belajar. Dalam buku modul menurut Yanto (2003:7) disampaikan bahwa pembelajaran dapat didefinisikan sebagai suatu sistem atau proses pembelajaran subyek didik atau pembelajar yang direncanakan atau didesain, dilaksanakan dan, dievaluasi secara sistematis agar subyek didik atau pembelajar dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran secara efektif dan efesien. Guru hendaknya menguasai materi pelajaran dan kreatif dalam mengaitkan materi yang diajarkan, khususnya mencari isu-isu yang akan dimunculkan dalam modifikasi pembelajaran permainan bola voli, sehingga pembelajaran dapat dijadikan sebagai pegangan guru dalam mendesain pembelajaran modifikasi perminan yang menarik, serta dapat mengembangkan kemampuan pemahaman dan pembentukan sikap kepedulian siswa terhadap masalah-masalah yang terjadi dilingkungan sekolah khususnya pada modifikasi pembelajaran permainan bola voli.

### **Pengaruh Modifikasi aturan Terhadap Hasil Belajar Bola Voli**

Modifikasi pembelajaran akan memberikan pengaruh yang lebih baik terhadap penguasaan aturan hasil belajar permainan bola voli. Hal ini sesuai dengan yang diperoleh dalam penelitian ini. Siswa yang memiliki penguasaan aturan permainan bola voli akan memperlihatkan penampilan sedemikian cepat menguasai suatu gerakan dengan kualitas atau kuantitas yang baik. Hal ini bila dihubungkan dengan penguasaan kerampilan dasar bola voli, maka siswa akan mampu mempelajari ketetrampilan dasar dalam aturan permainan bola voli, maka siswa akan mampu mempelajari ketrampilan baru serta bereaksi dengan cepat untuk siap melakukan gerakan serta dengan cepat menempatkan posisi badan untuk mengantisipasi setiap bola yang datang. Hal ini jelas akan mempengaruhi penguasaan keterampilan dasar aturan permainan bola voli.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki modifikasi aturan

permainan akan memperoleh hasil yang lebih baik daripada siswa yang memiliki modifikasi pembelajaran permainan bola voli terhadap penguasaan keterampilan dasar permainan bola voli dengan menggunakan modifikasi pembelajaran terhadap hasil belajar permainan bola voli.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini antara lain: 1) Modifikasi pembelajaran dan jenis kelamin memberikan pengaruh yang lebih baik terhadap hasil belajar permainan bola voli, artinya kelompok siswa yang diberikan media pembelajaran lebih cepat menguasai teknik dasar keterampilan bola voli daripada kelompok siswa yang diberikan teknik aturan keterampilan permainan bola voli; 2) Antara modifikasi pembelajaran dengan jenis kelamin terdapat interaksi terhadap hasil belajar permainan bola voli, artinya antara kedua kelompok baik pada media pembelajaran dan aturan permainan bola voli siswa dapat menjalin kerjasama pada saat pelaksanaan keterampilan permainan bola voli; 3) Bagi siswa laki-laki, modifikasi media pembelajaran memberikan perbedaan pengaruh yang lebih baik terhadap hasil belajar permainan bola voli, artinya siswa yang diberikan teknik dasar keterampilan permainan bola voli yang menggunakan media pembelajaran dapat memberikan hasil pembelajaran yang lebih baik; 4) Bagi siswa perempuan modifikasi media pembelajaran memberikan perbedaan pengaruh yang lebih baik terhadap hasil aturan permainan bola voli, artinya teknik dasar keterampilan permainan bola voli yang menggunakan media pembelajaran dapat memberikan hasil pembelajaran yang lebih baik.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman, dan Yoyo Bahagia, (2000), *Prinsip – prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Adang Suherman, (2009) *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*: CV. Bintang Warli Artika Bandung.
- Adang Suherman, (2000), *Dasar-Dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan Departemen Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Nasional dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Agus Mahendra. (2001). *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas Ditjen Dikdasmen.
- Agus S Suryobroto, (2001) *Teknologi Pembelajaran Penjas*, Yogyakarta: FIK UNY. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.
- Aif Syarifuddin dan Muhadi, (1996). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Dirjendikti.
- Amung Ma'mun dan Toto Subroto,( 2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli*. Jakarta : Dirjen Olahraga.
- Anwar, Moch. Idochi. (2004). *Administrasi Pendidikan dan Manajemen Biaya Pendidikan*. Bandung: Rineka Cipta.
- Anwar, Moch. Idochi. (2004). *Administrasi Pendidikan dan Manajemen Biaya Pendidikan*. Bandung: Rineka Cipta.
- Argasasmita, Husein. (2005). *Proses Pembinaan Olahraga Prestasi di Indonesia: Tinjauan dari Kacamata Sosiologi Olahraga*. (Online). Tersedia: [www.kebumen.pendidikan.go.id](http://www.kebumen.pendidikan.go.id). ( 10 Januari 2007 )
- Arikunto (1998). *Manajemen pengajaran Secara manusia*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Beutelstahl, Dieter, (2005). *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung : Pioner Jaya. Cipta.
- Copyright © (2010) APLIKASI DATA DAN INFORMASI PP DAN KPA. All Rights Reserved. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI. source : <http://primaya.blogspot.com>.
- Daya Meier. (2002). *The Accelerated learning: Hand Book*, Bandung: Kaifa.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Standar Kompetensi: Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Menengah Pertama dan Madrasah Tsanawiyah*. Jakarta: Dinas.
- Depdikbud. (1977). *Tes Keterampilan Bermain Bola Voli*. Jakarta: Pusat kesegaran Jasmani dan Rekreasi, Depdikbud.

- Depdiknas. (2003). *Model Pembelajaran Pendidikan jasmani Sekolah dasar*. Jakarta : Bagian Proyek Peningkatan Mutu Pelajaran IPA (SEQIP). Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum 2004 Sekolah Menengah Pertama (SMP) Mata pelajaran Pendidikan Jasmani* Jakarta: Dirjen Dikdasmen.
- Depdiknas. (2006). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen*: Jakarta: PB. PGRI.
- Dimiyati dan Mudjiono.( 2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka.
- Fattah, Nanang. (2000). *Manajemen Berbasis Sekolah*. Bandung: CV- Archieta.
- Gerhard Durr Wachter: *Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*: PT Gramedia, Jakarta 1982.
- Griffin L. L., Mitchel, Stephen A., and Oslin, Judith L. (1997). *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. United States of America: Human Kinetics.
- Harsono, (1991). *Fungsi dan Profesionalisme Pendidikan Jasmani di Sekolah Serta Sumbangsihnya Dalam Membentuk Manusia Seutuhnya*. Makalah. Bandung: University Press IKIP Bandung, Penerimaan Jabatab Guru Besar.
- Harsono, (1997). *Buku pedoman Pembinaan dan Pengembangan olahraga Usia Dini*, jakarta, Kantor Menpora Proyek Pembinaan olahraga.
- Hoedaya. (2009). *Empati Dalam Kehidupan Bermasyarakat: Tinjauan Potensi Pendidikan Jasmani Dalam Pendidikan Watak*.
- Hujair AH Sanaky. (2007). *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*, Yogya: FIK UNY. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.
- Hujair AH Sanaky. (2009) *Media Pembelajaran*, Jakarta Depdiknas Yrama Widya.
- Irsada (1999/2000), *Bola voli*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan dasar dan menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III Tahun 1999/2000
- Kalpin (2010). *Pengaruh Permainan Modifikasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar dan Kognitif pada anak Usia Taman Kanak-kanak*. Bandung: UPI tidak diterbitkan.
- Lutan , Rusli, (1996), *Perencanaan dan strategi Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikas.
- Machfud Irsyada: *Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP SETARA D - III Tahun 1999/2000*.
- Mel Silberman (2001) *memberdayakan MGMP Sebuah Keniscayaan*. Artikel . <http://www.Artikelus/art05-14.html>.
- Metzler, Michael W. (2000). *Instructional Model for Physical Education*. Boston: Allyn and Bacon.
- Metzler, Michael W. (2006). *Instructional Models For Physical Education ( Second Edition)*. United States of America: Holcomb Hathaway pubs.
- Modifikasi Pembelajaran, <http://blok.spot.Com.Id>
- Mulyasa. (2007). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Nurhadi (2002). *7 Kompetensi Guru menyenangkan dan profesional*. Jogjakarta: Power Books (IHDINA).
- Nursito (2000). *Kiat menggali Keaktivitas*. Yogyakarta: Mitra Gama Widya. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Rusli Lutan, (2001), *Mengajar Pendidikan Jasmani, Pendekatn Pendidikan Gerak Di Sekolah Dasar*. Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta.
- Rusli lutan, (2001), *Strategi Mengajar Penjaskes*. Departemen pendidikan Nasional, Jakarta.
- Siedentop. (1990). *Introduction to physical Education, Fitnes, and Sport*. California: Mayfield Publishing Company.
- Subroto & Yunnyun: *Permainan Bola Voli*. Modul fakultas pendidikan olahraga Universitas Pendidikan Indonesia. *Makalah dalam Koprehensif Nasional Pendidikan Jasmani dan olahraga* Bandung, IKIP Bandung.
- Sudjana, Nana, (1984). *Pedoman Praktis mengajar*. Bandung: Proyek Pembinaan Perguruan Agama, Depag. Jakarta.

- Sujana (2002). *Desain Dan Analisis EKSPERIMEN: “TARSITO” BANDUNG*.
- Sukandi U, et al. (2001). *Belajar Aktif dan Terpadu*. Bandung: CV. ANDIRA.
- Sukintaka: (2004) *Teori Pendidikan jasmani*.
- Toho Cholik Mutohir. (2006). *Jejak Langkah Anak Bangsa Menjelajah Dunia Olahraga*. Jakarta: Kemenpora.
- Toho Cholik Mutohir. (2011). *Gambaran Pelaksanaan Pendidikan Jasmani*. <http://ahmesabe.wordpress.com/gambaran-pelaksanaan-pendidikan-jsmani>.
- Wiwik D Pratiwi (2010) source : <http://primaya.blogspot.com>
- Yoyo Bahagia dan Adang Suherman, MA: *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP SETARA D - III Tahun 1999/200*.
- Yunyun, Juliantine dan Subroto (2012), *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

## Studi Keadaan Sarana dan Prasarana Penunjang Aktifitas Pendidikan Jasmani Olahraga Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018

Furkan<sup>1</sup>, Shutan Arie Shandi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STKIP Taman Siswa Bima

<sup>1</sup>furkanmaster007@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018. Yang menjadi sampel penelitian ini adalah guru penjas kesrek SDN 02 Kota Bima. Adapun data yang diambil adalah data tentang keadaan sarana/prasarana untuk ketiga cabang olahraga untuk ketiga cabang atletik, cabang senam dan cabang permainan serta ditambah dengan keadaan lapangan olahraga/tempat bermain siswa. Setelah data didapat kemudian dianalisis atau diolah untuk dibandingkan dengan standar sarana olahraga dengan menggunakan barometer Permendiknas No.24 Tahun 2007 untuk menentukan berapakah kekurangan sarana/prasarana yang ada di SDN 02 Kota Bima Tahun 2017/2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi lapangan olah raga/tempat bermain yang ada adalah 61,68% atau masih kekurangan luas rata-rata 31,38% dari standar, sehingga kondisi lapangan olahraga/tempat bermain dalam kategori baik. Sedangkan untuk kondisi ketiga cabang olahraga atletik, senam dan permainan adalah hanya 31,19% artinya masih kekurangan rata-rata 68,81%, sehingga kondisi sarana/prasarana ketiga cabang olahraga (atletik, senam, permainan) dalam kategori kurang. Untuk memenuhi kekurangan sarana dan prasarana pengajaran pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 sangat tergantung pada kemampuan dari sekolah tersebut serta adanya bantuan dari pemerintah.

**Kata kunci:** Sarana Prasarana, Pendidikan Jasmani.

### PENDAHULUAN

#### Sarana Pendidikan Jasmani

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001: 999) dijelaskan, “Sarana adalah segala sesuatu yang dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan”. Contoh: bola, raket, pemukul, tongkat, balok, raket tennis meja, dll. Sarana atau alat sangat penting dalam memberikan motivasi peserta didik dengan sungguh-sungguh dan akhirnya tujuan dapat tercapai. Menurut Ratal Wirjasantoso (1984: 157) alat-alat olahraga biasanya dipakai dalam waktu relatif pendek misalnya: bola, raket, jaring, pemukul bola kasti, dan sebagainya. Alat-alat olahraga biasanya tidak dapat bertahan dalam waktu yang lama, alat akan rusak apabila sering di pakai dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, agar alat dapat bertahan lama harus dirawat dengan baik.

#### Prasarana Pendidikan Jasmani

Prasarana pendidikan jasmani pada

dasarnya merupakan sesuatu yang bersifat permanen. Kelangsungan proses belajar mengajar pendidikan jasmani tidak terlepas dari tersedianya prasarana yang baik dan memadai. Apabila prasarana baik dan memadai maka proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan baik. Menurut Soepartono (1999/2000: 5) berpendapat bahwa prasarana olahraga adalah sesuatu yang merupakan penunjang terlaksananya suatu proses pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar proses. Salah satu sifat yang dimiliki oleh prasarana jasmani adalah sifatnya relatif permanen atau susah untuk dipindah. Menurut Depdiknas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001: 893) bahwa, “prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha,

pembangunan proyek dan lain sebagainya”.

**Standar Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani**

Menurut Soekatamsi dan Srihati Waryati (1996:5-60) bahwa standar pemakaian sarana dan prasarana pendidikan jasmani sebagai berikut:

1. Prasarana dan sarana pada cabang olahraga atletik:
  - a. 8 start block, 1 start blok untuk 4 siswa.
  - b. 8 tongkat estafet, 1 tongkat estafet untuk 4 siswa.
  - c. 16 buah lembing, 1 lembing untuk 2 siswa.
  - d. 16 cakram, 1 cakram untuk 2 siswa.
  - e. 16 peluru, 1 peluru untuk 2 siswa.
  - f. 2 buah lapangan lempar lembing.
  - g. 2 buah lapangan lompat jauh.
  - h. 2 buah lapangan lompat tinggi.
2. Prasarana dan sarana pada cabang olahraga permainan:
  - a. 11 bola kaki, 1 bola kaki untuk 3 siswa.
  - b. 11 buah bola voli, 1 bola voli untuk 3 siswa.
  - c. 11 buah bola basket, 1 bola basket untuk 3 siswa.
  - d. 11 bola tangan, 1 bola tangan untuk 3 siswa.
  - e. 2 buah lapangan bola voli.
  - f. 1 buah lapangan bola basket.
  - g. 1 buah lapangan sepakbola.
  - h. 1 buah lapangan bola tangan.
3. Prasarana dan sarana pada cabang olahraga senam:
  - a. 16 buah hop rotan, 1 hop untuk 2 siswa.
  - b. 6 buah matras, 1 matras untuk 4 siswa.
  - c. 2 buah peti lompat, 1 peti lompat untuk 16 siswa.
  - d. 16 tali lompat, 1 tali lompat untuk 2 siswa.
  - e. 1 buah balok titian.
  - f. 1 buah palang tunggal.
  - g. 2 buah tape recorder.
4. Prasarana dan sarana pada cabang olahraga beladiri:
  - a) 2 pakaian beladiri, 1 untuk putra dan 1 untuk putri.
  - b) 2 buah body protector.

Berdasarkan deskripsi di atas bahwa sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan

jasmani tingkat Sekolah Dasar Negeri 02 perlu disikapi secara serius. Upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan tentu tidak lepas dari faktor sarana dan prasarana pendidikan jasmani. Adapun pemanfaatan, kondisi dan jumlah mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembelajaran, terutama dalam hubungannya dengan usaha meningkatkan prestasi belajar siswa di sekolah. Dengan jumlah, kondisi sarana dan prasarana olahraga yang baik dan sesuai, maka proses pembelajaran pendidikan jasmani akan dapat berjalan dengan lancar. Sehingga tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat tercapai dengan optimal.

**Standar Olahraga Sekolah Dasar Menurut Permendiknas No.24 Tahun 2007 Tempat Bermain/Berolahraga**

- a. Tempat bermain/berolahraga berfungsi sebagai area bermain, berolahraga, pendidikan jasmani, upacara, dan kegiatan ekstrakurikuler.
- b. Rasio minimum luas tempat bermain/berolahraga adalah 3 m<sup>2</sup>/peserta didik. Jika banyak peserta didik kurang dari 180 orang, maka luas minimum tempat bermain/berolahraga adalah 540 m<sup>2</sup>.
- c. Di dalam luasan tersebut terdapat tempat berolahraga berukuran minimum 20 m x 15 m yang memiliki permukaan datar, drainase baik, dan tidak terdapat pohon, saluran air, serta benda-benda lain yang mengganggu kegiatan berolahraga.
- d. Sebagian tempat bermain ditanami pohon penghijauan.
- e. Tempat bermain/berolahraga diletakkan di tempat yang paling sedikit mengganggu proses pembelajaran di kelas.
- f. Tempat bermain/berolahraga tidak digunakan untuk tempat parkir.
- g. Tempat bermain/berolahraga dilengkapi sarana sebagaimana tercantum pada Tabel 1.

Tabel 1. Jenis, Rasio, dan Deskripsi Sarana Tempat Bermain/Berolahraga

No	Jenis	Rasio	Deskripsi
1	Peralatan Pendidikan		
1.1	Tiang bendera	1 buah/ sekolah	Tinggi sesuai ketentuan yang

No	Jenis	Rasio	Deskripsi
			berlaku.
1.2	Bendera	1 buah/ sekolah	Ukuran sesuai ketentuan yang berlaku.
1.3	Peralatan bola voli	1 set/ sekolah	Minimum 6 bola.
1.4	Peralatan sepak bola	1 set/ sekolah	Minimum 6 bola.
1.5	Peralatan senam	1 set/ sekolah	Minimum matras, peti loncat, tali loncat, simpai, bola plastik, tongkat.
1.6	Peralatan atletik	1 set/ sekolah	Minimum lembing, cakram, peluru, tongkat estafet, dan bak loncat.
1.7	Peralatan seni budaya	1 set/ sekolah	Disesuaikan dengan potensi masing-masing SD/MI.
1.8	Peralatan ketrampilan	1 set/ sekolah	Disesuaikan dengan potensi masing-masing SD/MI.
2	Perlengkapan Lain		
2.1	Pengeras suara	1 set/ sekolah	
2.2	Tape recorder	1 buah/ sekolah	

### Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan ketrampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap gerak manusia. Berkaitan dengan pendidikan jasmani Aip Syarifuddin dan Muhadi (1991/1992: 4) menyatakan, “pendidikan jasmani adalah suatu proses aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang

pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan”. Menurut Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) sekolah dasar (2003: 6) bahwa, “Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perceptual kognitif, sosial dan emosional.

### Tujuan Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Pendidikan jasmani merupakan jenis pendidikan yang mengutamakan aktifitas gerak sebagai media pendidikan. Berdasarkan kurikulum pendidikan jasmani bahwa, tujuan pendidikan jasmani dari masing-masing jenjang pendidikan berbeda-beda. Menurut M. Furqon H (2007: 3-4) bahwa pendidikan jasmani sekolah dasar bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya mengembangkan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pendidikan jasmani di sekolah dasar bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, meningkatkan ketrampilan gerak, membentuk karakter moral yang baik, menumbuhkan sikap sportif mengembangkan keterampilan menjaga keselamatan dan pencapaian pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup yang sehat dan kebugaran serta memiliki sikap yang sportif.

### **Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani untuk Sekolah Dasar**

Ruang lingkup pendidikan jasmani untuk sekolah dasar mencakup banyak aspek. Menurut M. Furqon H (2007: 4) bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

1. Permainan dan olahraga meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, ketrampilan lokomoto non lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bolavoli, tennis meja, tennis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri serta aktivitas lainnya.
2. Aktifitas pengembangan diri meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktifitas lainnya.
5. Aktivitas ritmik meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan gerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani untuk sekolah dasar meliputi enam aspek yaitu: olahraga permainan, pengembangan diri, aktivitas senam, aktifitas ritmik, aktifitas air dan pendidikan luar kelas. Dari masing-masing aspek tersebut di dalamnya terdiri beberapa macam cabang olahraga yang telah diatur berdasarkan kurikulum yang

berlaku. Melalui kegiatan olahraga tersebut diharapkan siswa akan tumbuh dan berkembang secara menyeluruh baik fisik maupun psikologis.

### **Hubungan Antara Jumlah Siswa dengan Sarana dan Prasarana untuk Pencapaian Hasil Belajar**

Untuk memperlancar jalannya proses belajar mengajar dalam rangka tercapainya tujuan pendidikan, salah satu faktor yang mempengaruhi adalah sarana dan prasarana pendidikan. Dengan tersedianya fasilitas pendidikan yang berkualitas dan kuantitas proses belajar mengajar dapat berkembang dan dapat ditingkatkan. Sarana dan prasarana merupakan salah satu penentu keberhasilan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Penyediaan sarana dan prasarana yang cukup memadai baik dari segi mutu dan dari segi jumlah diharapkan akan dapat memperlancar proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Dengan demikian tujuan pendidikan jasmani akan berjalan dengan baik.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka pemanfaatan sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani dalam penelitian ini menunjukkan bagaimana pemanfaatan sarana dan prasarana olahraga yang ada pada tingkat Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima. Selain itu, dapat di simpulkan: a).Prinsip-prinsip latihan dalam pendidikan olahraga dan jasmani. b). Jumlah waktu yang tersedia dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. c). Jumlah siswa dalam latihan olahraga pendidikan jasmani, maka dapat disusun standar sarana dan prasarana pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Kota Bima Tahun 2017/2018.

Sedangkan untuk menentukan jumlah sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang ideal yang seharusnya dimiliki tiap-tiap sekolah, dapat diukur melalui standar pemakaian sarana dan prasarana yang sudah ada.

## **METODE PENELITIAN**

### **Lokasi Penelitian**

Untuk memperoleh keterangan yang dibutuhkan dalam pemecahan masalah penelitian, penelitian ini telah dilaksanakan

sekolah Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun Pelajaran 2013.

**Populasi**

Populasi dalam penelitian ini yaitu Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018.

**Sampel Penelitian**

Sampel Penelitian adalah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018.

**Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini data diperoleh dengan menggunakan beberapa metode antara lain

**Dokumentasi**

Dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan mencatat dan menyalin berbagai dokumen yang ada dalam intansi terkait Suharsimi Arikunto (2002: 135). Dalam penelitian ini data yang diperoleh dari metode dokumentasi adalah Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan RasanaE Barat Kota Bima Tahun 2017/2018.yang merupakan populasi penelitian ini.

**Observasi**

Observasi adalah cara pengumpulan data dengan cara dengan cara melakukan pengamatan dan pencacatan secara sistematik terhadap gejala atau fenomena yang ada dalam objek penelitian Suharsmi Arikunto (2002:133) Dalam penelitian data yang diperoleh dengan cara mencatat secara langsung objek yang diteliti. Adapun data yang diperoleh dengan cara ini adalah data tentang ketersediaan sarana dan prasarana olahraga, dan pemanfaatan sarana prasarana olahraga di Sekolah Dasar Negeri 02 Barat Kota Bima.

**Angket atau quisioner**

Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan yang berisi daftar pertanyaan ditunjukkan kepada guru pendidikan jasmani Suharsimi Arikunto (2002:128) Data yang diperoleh dengan metode angket adalah data tetang ketersediaan dan manfaat sarana dan prasarana olahraga yang di isi oleh guru pendidikan jasmani.

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data merupakan bagian penting dalam penelitian, karena anlisis data

dapat memberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah dalam penelitian . Dari data yang diperoleh kemudian di analisis. Adapun teknik anlisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara diskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif.

Setelah data terkumpul langkah selanjutnya data yang diperoleh ditabulasikan berdasarkan jenis data yaitu kuantaitatif. Adapun langkah-langkah pengumpulan data sebagai berikut: 1)Mendata sarana dan prasarana pengajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima, jumlah siswa tiap kelas, jumlah kelas dan rata- rata jumlah siswa tiap kelas.,

1. Menentukan jumlah ideal sarana dan prasarana pendidikan jasmani masing-masing nomor cabang olahraga yang diajarkan.
2. Memprosentasekan jumlah sarana dan sarana pendidikan jasmani masing- masing cabang olahraga yang diajarkan dari sekolah yang bersangkutan dengan jumlah fasilitas yang ideal dikalikan 100% dengan rumus berikut ini

Suharsimi Arikunto (1989: 115)

$$Persentase = \frac{Jumlah\ fasilitas\ yang\ tersedia}{Jumlah\ fasilitas\ yang\ ideal} \times 100\%$$

3. Menjumlahkan prosentase sarana dan prasarana pendidikan jasmani setiap cabang olahraga
4. Rata-rata prosentase sarana dan prasarana pendidikan jasmani salah satu cabang olahraga dengan jumlah prosentase seluruh nomor dibagi nomor cabang olahraga yang bersangkutan sebagai berikut:

$$Mp = \frac{\sum p}{N}$$

Keterangan:

Mp =Rata-rata prosentase

N =Jumlah fasilitas dan masing-masing olahraga

5. Menarik kesimpulan dengan menggunakan penilaian dari Suhasimi Arikunto (1986:115) seperti table 2

Tabel 2. Standar prosentase penilaian sarana dan prasarana

No	Jumlah	Prosentase	Kategori
1.	81 - 100	100%	Baik sekali
2.	61 - 80	80%	Baik

3.	41 - 60	60%	Sedang
4.	21 - 40	40%	Kurang
5.	0 - 20	20%	Kurang sekali

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Menentukan Jumlah Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani yang ada di sekolah dibandingkan dengan kondisi ideal (Permendiknas No.24 Tahun 2007)**

Dalam penelitian ini menilai keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Persentase = \frac{Jumlah\ fasilitas\ yang\ tersedia}{Jumlah\ fasilitas\ yang\ ideal} \times 100\%$$

Tempat Bermain/ Berolahraga/Lapangan

Berdasarkan data yang ada bahwa luas Tempat Bermain/ Berolahraga/Lapangan Olahraga adalah 616,85 m<sup>2</sup>, menurut Standar Olahraga Sekolah Dasar Menurut Permendiknas No.24 Tahun 2007 untuk untuk satuan pendidikan dengan banyak peserta didik kurang dari 334, luas minimum tempat bermain/berolahraga 1000 m<sup>2</sup>. Di dalam luas tersebut terdapat ruang bebas untuk tempat berolahraga berukuran 30m x 20 m.

Maka dapat dihitung persentase lapangan olahraga/tempat bermain yang ada di sekolah ini adalah 61,68%, artinya masih kekurangan 38,31%.

**a. Atletik**

Jumlah Sarana Olahraga Cabang Atletik yaitu Petak Lompat 10 Pcs dan Tongkat Estafet 5 pcs/set sebanyak 1 set yaitu:

No	Nama Alat	Jlh	Satuan
<b>A ATLETIK</b>			
1	Petak Lompat	10	Pcs
2	Tongkat Estafet 5pcs/set	1	Set

Menurut Standar Olahraga Sekolah Dasar Menurut Permendiknas No.24 Tahun 2007, Minimum memiliki 1 set lembing, cakram, peluru, tongkat estafet, bak loncat.

Maka dapat dihitung persentase sarana atletik yang ada di sekolah ini adalah 40%, artinya masih kekurangan 60%

**b. Senam**

Jumlah Sarana Olahraga Cabang Senam yaitu 2 Pcs Matras, 4 Pcs Bola Ayun kecil, 4

Pcs Bola Ayun besar dan 1 set gelang raja yaitu:

No	Nama Alat	Jlh	Satuan
1	Matras Senam	2	Pcs
2	Gelang Raja	1	Set
3	Bola Ayun kecil	4	Pcs
4	Bola Ayun besar	4	Pcs

Menurut Standar Olahraga Sekolah Dasar Menurut Permendiknas No.24 Tahun 2007, Minimum memiliki 1 set matras, peti loncat, tali loncat, simpai, bola plastik, tongkat, palang tunggal, gelang.

Maka dapat dihitung persentase sarana senam yang ada di sekolah ini adalah 37,5%, artinya masih kekurangan 62,5%

**c. Permainan**

Jumlah Sarana Olahraga Cabang Permainan yaitu:

No	Nama Alat	Jlh	Satuan
1	Bola Kaki	2	Pcs
2	Bola futsal	2	Pcs
3	Bola Volly	2	Pcs
4	Net Bola volley	2	Pcs
5	Shuttlecock	1	Slop
6	Raket Bulu Tangkis	4	Pcs
7	Net Bulu tangkis	2	Pcs
8	Bad Tennis Meja	4	Pcs
9	Bola Tennis Meja	1	Slop
10	Meja Tennis Meja	1	Pcs
11	Catur	8	Set
12	Tas POA	1	Pcs
13	Kantong	4	Pcs
14	Bola Soft Tennis	12	Pcs
15	Buku POA	1	Eks

Menurut Standar Olahraga Sekolah Dasar Menurut Permendiknas No.24 Tahun 2007, Minimum 6 Buah Bola Sepak Bola, 6 Buah Bola Volly, dan 6 Buah bola basket.

Maka dapat dihitung persentase ketersediaan sarana dan prasarana permainan yang ada di sekolah ini adalah 28,57%, artinya masih kekurangan 71,43% .Ketersediaan dalam sarana dan prasana cabang permainan tambahan juga tersedia sesuai dengan minat siswa diantaranya adalah Tennis Meja, bulu tangkis dan soft tenis.

Setelah diteliti keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani pada Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun

2017/2018 ketiga cabang olahraga tersebut digabungkan dan disimpulkan bahwa rata-rata keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 secara umum berada dalam kategori kurang, yaitu lapangan olah raga/tempat bermain yang ada adalah 61,68% atau masih kekurangan luas rata-rata 31,38% dari standar, sehingga kondisi lapangan olahraga/tempat bermain dalam kategori baik. Sedangkan untuk kondisi ketiga cabang olahraga atletik, senam dan permainan adalah hanya 31,19% artinya masih kekurangan rata-rata 68,81%, sehingga kondisi sarana/prasarana ketiga cabang olahraga (atletik, senam, permainan) dalam kategori kurang.

Untuk memenuhi kekurangan sarana dan prasarana pengajaran pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 sangat tergantung pada kemampuan dari sekolah tersebut serta adanya bantuan dari pemerintah.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat dikumpulkan data, dianalisis dan ditarik suatu kesimpulan keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani pada Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 dari keadaan lapangan olahraga/tempat bermain dan ketiga cabang olahraga (Atletik, Senam dan Permainan) yaitu lapangan olah raga/tempat bermain yang ada adalah 61,68% atau masih kekurangan luas rata-rata 31,38% dari standar, sehingga kondisi lapangan olahraga/tempat bermain dalam kategori baik. Sedangkan untuk kondisi ketiga cabang olahraga atletik, senam dan permainan adalah hanya 31,19% artinya masih kekurangan rata-rata 68,81%, sehingga kondisi sarana/prasarana ketiga cabang olahraga (atletik, senam, permainan) dalam kategori kurang. Untuk memenuhi kekurangan sarana dan prasarana pengajaran pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri 02 Kota Bima Tahun 2017/2018 sangat tergantung pada kemampuan dari sekolah tersebut serta adanya bantuan dari pemerintah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman. 1999/2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D-III.
- Aip Syarifuddin dan Muhadi. 1991/1992. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Depdiknas. 2001. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- M. Furqon H. 2007. *Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan(KTSP) Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta: JPOK UNS.
- Nana Sudjana. 2005. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Ratal Wirjosantoso. 1984. *Supervisi Olahraga Pendidikan*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Soedarminto. 1993. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta: UNS Press.
- Soekatamsi dan Srihati Waryati. 1996. *Prasarana dan Sarana Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Soepartono. 1999/2000. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyanto. 1995. *Metodologi Penelitian*. Surakarta: UNS Press.
- Suharsimi Arikunto. 1989. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi, Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. 2004. *Fisiologi Pembelajaran dan Masa Depan Pendidikan Jasmani* Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.
- UNS Press. 2007. *Pedoman Akademik Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*. Surakarta: UNS.

## Profil Kesegaran Jasmani Atlet Bolavoli Kabupaten Bima

Rabwan Satriawan

STKIP Taman Siswa Bima  
rabwansatriawan91@gmail.com

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode survey, adapun teknik pengambilan datanya dengan menggunakan tes dan pengukuran dengan menggunakan tes lari multi tahap (*multi stage fitness test*). Tes lari multi tahap ini merupakan salah satu bentuk instrument untuk mengukur tingkat kesegaran jasmani. Subjek penelitian ini adalah atlet bolavoli Kabupaten Bima dengan jumlah 20 atlet. Hasil penelitian yang didapat bahwa tingkat kesegaran jasmani yang sebanyak 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kesegaran jasmani kurang sekali, 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kesegaran jasmani kurang, 2 atlet (10%) mempunyai tingkat kesegaran jasmani sedang, 15 atlet (75%) mempunyai tingkat kesegaran jasmani baik, 3 atlet (15%) mempunyai tingkat kesegaran jasmani baik sekali, 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kesegaran jasmani terlatih. sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kesegaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima adalah sebagian besar masuk kategori baik.

**Kata kunci:** Kesegaran jasmani, atlet, bolavoli.

### PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian integral tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Mengacu pada prinsip klasik *mens sana in corpore sano* (jiwa yang sehat terdapat dalam tubuh yang sehat) sudah saatnya dijadikan referensi bagi dunia pendidikan dewasa ini.

Olahraga merupakan salah satu cara untuk memperkuat pembangunan disuatu Negara, tidak sekedar membangun fisik saja akan tetapi perlu pembangunan yang berkelanjutan melalui peningkatan Sumber Daya Manusia (SDM). Betapa tidak olahraga telah menanamkan pendidikan fisik, dan pendidikan moral yang baik terhadap sesama, hal ini bisa dilihat langsung melalui pertandingan yang diselenggarakan oleh pemerintah melalui kejuaraan berstandar lokal, Nasional, maupun Internasional.

Olahraga memiliki pengertian yang berarti dalam kehidupan manusia. Menurut Widastuti (2011: 4) bahwa olahraga adalah setiap aktivitas yang mengandung sifat atau ciri permainan dan melibatkan unsur perjuangan mengendalikan diri sendiri atau orang lain atau konfrontasi dengan faktor alam.

Artinya olahraga amat penting untuk pembangunan kehidupan manusia yang kuat dan hebat. Di olahraga Negara akan terangkat martabat, dan status sosial olahragawan akan semakin baik di mata pengemar maupun pencinta insan olahraga, diolahraga pula lobi-lobi politik juga akan terbangun dengan baik untuk kemajuan suatu bangsa.

Olahraga memiliki ruang lingkup yang baik dimasa kini sehingga mengalami perubahan yang signifikan terhadap pertumbuhan sosial, ekonomi, budaya, politik sebagai bagian pembangunan bangsa Indonesia. Dalam perkembangan kekinian ada tiga ruang lingkup olahraga untuk memfilter bibit insan olahraga nasional yang barangkali sering kita dengar, yakni: 1). Olahraga pendidikan, 2). Olahraga rekreasi dan, 3). Olahraga prestasi. Ketiga ruang lingkup olahraga ini adalah pilar penting untuk pembangunan olahraga prestasi seperti cabang olahraga bolavoli.

Olahraga bolavoli adalah olahraga yang begitu banyak disukai, dan digemari oleh siapapun baik tua, muda, laki-laki bahkan perempuan. Permainan bolavoli membentuk manusia untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri, sportivitas,

fair play, bertanggung jawab dan memberanikan diri untuk mengambil keputusan. Permainan bolavoli sangat digemari oleh masyarakat karena olahraga ini tidak mengenal umur, status sosial, maupun jenis kelamin. Permainan bola voli dilakukan dengan cara bola dipantulkan sebanyak-banyaknya tiga kali. Seperti dijelaskan dalam peraturan permainan bola voli edisi (2001-2004: 7) bahwa, "Tujuan dari permainan bola voli adalah melewati bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok)". Perkembangan bolavoli di Indonesia sekarang ini mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal tersebut dapat dilihat di berbagai penjuru kota maupun pelosok desa, sangat mudah menemukan orang yang bermain bolavoli. Contohnya di Kabupaten Bima olahraga bolavoli sudah dijadikan olahraga prestasi yang diunggulkan oleh masyarakat Bima, karena olahraga bolavoli di Kabupaten Bima sering mendapatkan juara di tingkat daerah maupun nasional. Salah satu syarat untuk dapat berprestasi dalam bolavoli adalah atlet harus dibekali dengan fisik serta teknik yang baik karena pemain yang memiliki fisik dan teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat berprestasi.

Latihan sejak usia dini bagi setiap atlet bolavoli bertujuan untuk mempersiapkan atlet agar dapat menguasai banyak keterampilan dasar dan meningkatkan kesegaran jasmaninya. Dalam proses latihan ini, seorang pelatih sangat berperan penting untuk dapat memberikan berbagai macam bentuk-bentuk latihan yang dapat meningkatkan kesegaran jasmani keterampilan teknik dasar atlet dalam bermain bolavoli. Pelatih juga dituntut untuk dapat lebih kreatif dan inovatif dalam merancang setiap sesi latihan. Kebanyakan dari setiap pelatih saat dalam melatih bentuk-bentuk latihan teknik maupun latihan fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan keterampilan teknik dasar para atlet dalam bermain bolavoli selalu monoton sehingga menimbulkan kebosanan bagi atletnya. Pada

akhirnya kebosanan yang terjadi tersebut dapat mengganggu tujuan dan sasaran dari latihan yang ingin dicapai. Hingga pada akhirnya banyak ditemukan di lapangan masih rendahnya kesegaran jasmani dan kualitas penguasaan keterampilan dasar pada setiap atlet bolavoli.

Kabupaten Bima memiliki banyak atlet yang berbakat dalam bolavoli, dan sekarang sudah banyak yang berada di tingkat daerah maupun tingkat nasional. Kabupaten Bima bisa mencetak atlet bolavoli tingkat daerah maupun nasional karena atlet bolavoli Kabupaten Bima rutin mengikuti latihan. Namun atlet bolavoli Kabupaten Bima ini belum diketahui seberapa tinggi tingkat kesegaran jasmani yang mereka miliki. Kesegaran Jasmani sangat diperlukan dalam permainan bolavoli agar seorang pemain mampu bermain secara maksimal. Kesegaran jasmani meliputi kecepatan, kekuatan kelincahan, daya tahan dll.

Kesegaran jasmani merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa merasa lelah yang berlebihan dan masih mempunyai cadangan energi untuk kegiatan yang lain. Kesegaran jasmani menurut Djoko Pekik Irianto (2002:2) yakni kemampuan seseorang untuk melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luangnya. Kesegaran jasmani sangat diperlukan oleh atlet bahkan oleh semua orang sehingga dengan bermacam-macam cara menginginkan agar selalu mempunyai kesegaran jasmani yang baik. Kesegaran jasmani mempunyai peran penting dan dapat mempengaruhi kehidupan manusia, karena itu kesegaran jasmani dapat menentukan hasil kerja seseorang. Tanpa tubuh yang segar maka seorang atlet tidak mungkin bisa melakukan latihan dengan baik, sebab belajar juga membutuhkan kondisi tubuh yang segar.

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah tersebut, peneliti menganggap penting untuk membahas masalah ini dalam penelitian dengan harapan hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi seluruh atlet bolavoli Kabupaten Bima, sebagai acuan untuk menghadapi *event-event* yang akan datang untuk

memperoleh juara. Oleh karena itu, penulis ingin meneliti lebih lanjut tentang profil kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima. Selain itu, tim bolavoli kabupaten Bima belum memiliki catatan kebugaran jasmani setiap anggota, jadi peneliti tertarik untuk mengetahui profil kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian populasi yang di ikuti oleh 20 atlet bolavoli kabuoaten Bima. Penelitian ini menggunakan metode survey, adapun teknik pengambilan datanya dengan menggunakan tes dan pengukuran dengan menggunakan instrumen tes lari multi tahap (*multi stage fitness test*). Tes lari multi tahap ini merupakan salah satu bentuk instrument untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani.

Analisis data untuk membuat distribusi frekuensi kebugaran jasmani dilakukan dengan cara deskriptif kuantitatif yang mengacu dari tes *multistage* dari M. Furqon dan Muchsin Doewes yang diterjemahkan dari *Australian Sport Commnion* (2009).

**Tabel 1.** Kategori Kebugaran Jasmani Tes Multi Tahap atau *Multistage* dalam satuan (ml/kg/min)

Skor	Kategori
<35,0	Kurang Sekali
35,0 - 38,3	Kurang
38,4 - 45,1	Sedang
45,2 - 50,9	Baik
51,0 - 55,9	Baik Sekali
>55,9	Terlatih

Setelah data dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data. Menurut Anas Sudijono (2012: 40-41), frekuensi relatif atau tabel persentase dikatakan "frekuensi relatif" sebab frekuensi yang disajikan di sini bukanlah frekuensi yang sebenarnya, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persenan, sehingga untuk menghitung persentase responden digunakan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan:

- f: frekuensi yang sedang dicari persentasenya
- N: *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)
- P: angka persentase

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Mengacu pada kategorisasi yang telah ada, maka distribusi kebugaran jasmani dapat diketahui. Adapun distribusi kebugaran jasmani adalah sebagai berikut :

**Tabel 2.** Kategori Kebugaran Jasmani

Skor	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
<35,0	0	0	Kurang Sekali
35,0 - 38,3	0	0	Kurang
38,4 - 45,1	2	10	Sedang
45,2 - 50,9	15	75	Baik
51,0 - 55,9	3	15	Baik Sekali
>55,9	0	0	Terlatih
Total	20	100.0	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat kebugaran jasmani yang sebanyak 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang sekali, 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang, 2 atlet (10%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani sedang, 15 atlet (75%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani baik, 3 atlet (15%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani baik sekali, 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani terlatih.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa tingkat kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima secara keseluruhan berbeda.. Sebagian besar tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh atlet bolavoli Kabupaten Bima dalam kategori baik.

Melihat tingkat kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima secara keseluruhan menunjukkan bahwa pengembangan tingkat kebugaran jasmani masih sudah optimal. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor salah satu diantaranya adalah pelaksanaan latihan yang rutin. Pemain sudah diberikan program latihan disesuaikan dengan tujuan yaitu untuk meningkatkan kualitas tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh pemain. Sebagai contoh latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kecepatan lari pemain maka program latihan

yang dibuat adalah lari dengan waktu yang singkat. Jika latihan tidak di sesuaikan dengan tujuan maka tujuan latihan tersebut tidak akan tercapai.

Melihat hal tersebut, maka penting bagi pembina serta pelatih untuk lebih meningkatkan kemampuan tingkat kebugaran jasmani secara optimal, yaitu dengan cara memberikan latihan tingkat kebugaran jasmani yang tepat. Selain itu, latihan juga harus terarah dan terukur, perlu adanya evaluasi yang dilakukan melalui tes, sehingga dapat mengembangkan kemampuan fisik atlet bolavoli Kabupaten Bima secara maksimal

Dengan kebugaran jasmani yang baik diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi kejuaraan yang diikuti oleh atlet bolavoli Kabupaten Bima. Atlet yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik akan lebih efisien dalam penggunaan oksigen sehingga dapat melakukan pertandingan yang maksimal tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Dengan demikian atlet akan terjaga kesehatannya, sehingga atlet dapat mengikuti latihan dengan baik dan prestasinya pun diharapkan dapat lebih baik.

Kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima dikatakan kategori baik disebabkan juga karena latihan yang dilakukan oleh atlet bolavoli Kabupaten Bima adalah setiap hari, maka dengan terbiasanya melakukan latihan dengan berbagai program latihan yang variatif seperti latihan fisik, kelincahan, daya tahan, dan berbagai prinsip kebugaran jasmani maka kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima akan meningkat.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima yaitu sebanyak 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang sekali, 0 atlet (0%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang, 2 atlet (10%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani sedang, 15 atlet (75%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani baik, 3 atlet (15%) mempunyai tingkat kebugaran jasmani baik sekali, 0 atlet (0%) mempunyai

tingkat kebugaran jasmani terlatih, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani atlet bolavoli Kabupaten Bima adalah sebagian besar masuk kategori baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Burhan Bugin. (2001). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta. Gajah Mada Press.
- Burhan Nurgiyantoro, dkk. (2004). *Statistik Terapan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta: Diklat.
- Harsono. (2008). *Coaching dan Aspek-aspek psikologis dalam Coaching*. Jakarta: C. V. Tambak Kusuma.
- Irwansyah. (2009). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas XI*. PT Grafindo Mediatama.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Iwan Setiawan. (2006). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung ITB dan FPOK Bandung.
- Mochamad Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Rusli Lutan. (2000). *Dasar-Dasar Kepeleatihan*. Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah. Depdikbud.
- Sri Mulyani. (2003). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: IKIP Jakarta Press.
- Sugiyono. (2005). *Statiska Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfa Beta
- Suharsimi Arikunto. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharto. (2007). *Pedoman dan Modul Peraturan Pelatih Fitness Center Tingkat Dasar*. Depdikbud dan PUSKESJASREK.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT BUMI TIMUR JAYA 2011.

## Pengaruh Latihan Lari Segitiga terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Hu'u

Samsudin

STKIP Taman Siswa Bima  
samsudinspdmor@gmail.com

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan lari segitiga terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra Kelas XI SMA Negeri I Hu'u. Metode dan Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Experiment* atau yang disebut juga dengan *Treatment By Subjects Design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 104 orang, dan jumlah sampel dalam penelitian ini 20 orang. Pengambilan sampel menggunakan dengan cara *Proportional Random Sampling*. Analisis data yang digunakan yaitu analisis statistik dengan rumus *t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *t-test* yang diperoleh dalam penelitian ini adalah lebih besar daripada *t-tabel*. Kesimpulan dalam penelitian ini 'Ada pengaruh latihan lari segitiga terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra Kelas XI SMA Negeri I Hu'u.

**Kata kunci:** Lari Segitiga, Menggiring Bola, Permainan Sepak Bola.

### PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan olahraga paling populer di dunia dan permainan mendunia hampir semua negara di Eropa, Amerika selatan, Asia, dan Afrika. Dikenal secara internasional sebagai "Soccer", olahraga ini seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa sedunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan budaya, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama.

Daya tarik sepak bola secara umum sebenarnya bukan lantaran olahraga ini mudah dimainkan. Tetapi, karena sepak bola lebih banyak menuntut keterampilan pemain di bandingkan olahraga lain. Dengan keterampilan yang dimilikinya, seorang pemain dituntut bermain bagus, mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan di atas lapangan dengan waktu yang terbatas, belum kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh. Pengetahuan tentang taktik dan strategi karena sangat penting. Kesiagapan pemain dalam mengambil keputusan harusnya diuji terus-menerus karena pemain dituntut memiliki kepekaan yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi yang amat sering terjadi

sepajang permainan. Meskipun dalam permainan sepak bola tidak ditentukan berat atau ukuran pemain secara khusus, semua pemain harus memiliki tingkat kebugaran yang tinggi. Di lapangan, pemain dituntut berlari terus-menerus selama pertandingan berlangsung. Tantangan fisik dan mental yang dihadapi pemain benar-benar luar biasa. Keberhasilan tim dan individu dalam bermain pada akhirnya bergantung sepenuhnya pada kemampuan pemain dalam menghadapi tantangan - tantangan yang ada. Kemampuan demikian tentunya sangat perlu dikembangkan.

Mereka yang turut mempopulerkan pemain sepak bola ini bukan tidak mungkin karena bakat latihan - latihan keras dan seriusnya dalam berbagai aspek. Salah satunya adalah latihan Segitiga yang nantinya sangat membantu mereka bergerak dengan lincah, cepat, dan berkelit dari penyerangan lawan. Agar dapat melakukan semua itu dengan baik dan berhasil seorang pemain bola hendaklah melakukannya dengan tekun dan serius. Dengan semakin meluasnya perkembangan dunia olahraga, dan seiring dengan kemajuan IPTEK dewasa ini, maka semakin kompleks pula faktor - faktor penunjang untuk mencapai tingkat prestasi yang tinggi dan

cabang olahraga tertentu, terutama cabang olahraga sepakbola. Untuk mencapai prestasi dalam setiap cabang olahraga, tentu mempunyai standar-standar kriteria latihan-latihan terhadap cabang olahraga yang ditekuni, sehingga di dalam pembinaan dan pengembangan atlet nantinya tidak menimbulkan perasaan bosan dan jenuh terhadap program latihan yang diberikan terhadap atlet itu sendiri

Sifat dan situasi pemain yang mengadu kelincahan dan keterampilan yang mengungguli lawan, berlari sepanjang permainan berlangsung, kecepatan, kelincahan, dan kekuatan menendang membutuhkan unsur kondisi fisik yang prima. Seorang pemain yang memiliki kelincahan yang baik akan dapat menyesuaikan diri dengan pergerakan bola yang selalu berubah ketika si pemain kehilangan bola, maka dengan kemampuan dan kelincahannya, tentu saja dengan usaha dan latihan yang keras

Dari uraian dan penjelasan tersebut, maka dalam hal ini penulis mengemukakan bahwa latihan segitiga tidak boleh disampingkan, bahwa harus menjadi perhatian utama dalam membina atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik terutama sekali dalam cabang olahraga sepakbola sebab apabila hal ini dibiarkan maka prestasi atlet bisa menjadi turun. Mengingat pentingnya unsur keterampilan dalam pemain sepakbola khususnya dalam mengiring bola, maka perlu diteliti tentang latihan lari segitiga dan dampaknya terhadap peningkatan keterampilan mengiring bola. Untuk itu peneliti ini mengangkat judul “Pengaruh Latihan Lari Segitiga terhadap Kemampuan Mengiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Putera Kelas XI SMA Negeri 1 Hu’u”.

### **Permainan Sepak Bola**

Menurut Muhyi Faruq dalam Michael Putra (2018) Permainan sepak bola adalah bentuk olahraga fisik yang dapat menyehatkan tubuh, menguatkan mental, memperluas kehidupan sosial, serta mencetak prestasi. Olahraga ini memerlukan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur. Sedangkan Agus Salim dalam Michael Putra (2018) menyatakan, sepak bola adalah olahraga bermain bola menggunakan kaki yang bertujuan untuk mencetak skor atau gol

sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Pemain diharuskan untuk bersikap sigap, cepat, tangkas, dan memiliki kemampuan dalam mengontrol bola. Selanjutnya Hasan Alwi (KBBI, 2003) dalam Michael Putra (2018), sepak bola adalah olahraga yang terdiri dari dua kelompok berlawanan dengan masing-masing tim terdiri atas sebelas pemain dan bertujuan untuk mencetak gol ke gawang musuh. Muhajir Sepak bola adalah suatu permainan bola yang dilakukan dengan jalan menyepak dan bertujuan untuk menendang bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Lebih lanjut oleh Luxbacher dalam Michael Putra (2018), pertandingan sepak bola dimainkan oleh dua regu dengan anggota masing-masing 11 orang. Tujuan dari pertandingan tersebut adalah dengan mempertahankan gawang tim dan berusaha untuk menjebol gawang musuh.

Sepak bola merupakan olahraga yang menggunakan bola yang pada umumnya terbuat dari bahan kulit. Permainan sepak bola terdiri dari dua tim yang masing-masing timnya beranggotakan sebelas pemain. Sepak bola adalah olahraga yang sangat digemari di seluruh dunia ini dimainkan pada lapangan terbuka berbentuk persegi empat. Tujuan permainan sepak bola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan.

### **Latihan**

Mengenai pengertian dari latihan, ada beberapa ahli mengajukan pendapatnya, yaitu antara lain: Setiawan (1992:2) menyatakan bahwa yang dimaksud dengan latihan adalah “Proses yang Sistematis dari kerja fisik yang dilakukan secara berulang-ulang dengan setiap hari menambah jumlah beban pekerjaannya”. Harsono, (1993:23) mengemukakan pendapatnya tentang latihan adalah “Suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dan yang kian hari jumlah beban latihannya bertambah”.

Dari kedua pendapat diatas, terlihat bahwa ada 3 (tiga) yang perlu di pahami dalam pengertian tersebut, yaitu sistematis, berulang-ulang dan kian hari beban latihannya kian bertambah, ketiga hal tersebut dijelaskan sebagai berikut : yang di maksud dengan *sistematis* adalah

latihan yang dilaksanakan secara teratur, terjadwal, dan berkesinambungan dari yang sederhana ke yang lebih kompleks. *Berulang-ulang* mempunyai arti bahwa gerakan-gerakan yang dilatih harus dilakukan secara berulang-ulang sehingga menjadi lebih otomatis dan reflektif dalam pelaksanaannya. Sedangkan yang di maksud dengan beban kian hari kian bertambah adalah bahwa secara berkala beban pelatihannya harus di tingkatkan, maka prestasi dapat tercapai.

### **Aspek-Aspek Latihan**

Dalam upaya meningkatkan prestasi ada beberapa aspek yang harus mendapat perhatian untuk di latih. Menurut para ahli, aspek tersebut adalah antara lain : 1) *Aspek Fisik*. Tujuan latihan fisik adalah mempersiapkan fisik untuk menghadapi tekanan pada pelatihan dan pertandingan. Beberapa unsure-unsur dari aspek fisik yang perlu mendapat pelatihan adalah daya tahan, kekuatan, kelincahan, ketepatan, kelenturan dan lain-lain. Sedangkan tujuan tes menggiring bola menghindari rintangan. 2) *Aspek Tehnik*. Tujuan latihan tehnik adalah untuk mempermahir penegasan keterampilan gerak dalam suatu cabang olahraga yang digeluti, seperti tehnik mengubah arah lari dengan cepat pada saat menggiring bola dalam permainan sepak bola dan lain-lain, 3) *Aspek Taktik*. Tujuan latihan taktik adalah untuk menambah dan mengembangkan kemampuan daya tafsir dan berfikir taktis atlet saat menghadapi perlombaan (menyerang dan bertahan), 4) *Aspek Mental*. Tujuan latihan mental adalah untuk megembangkan kedewasaan serta kemampuan emosional seperti semangat berlatih dan pertandingan, sikap pantang menyerang, percaya diri, kerja sama dan yang tidak kalah penting adalah mental juara.

### **Prinsip-Prinsip Latihan**

Prinsip-prinsip latihan sangat penting bagi pelatih atau guru olahraga dalam upaya peningkatan kemampuan atlet antara lain : 1) Latihan-latihan yang dilakukan hendaknya diulang-ulang. Dengan pengulangan suatu gerakan yang dilakukan secara terus-menerus maka ahirnya gerakan tersebut akan menjadi gerakan otomatis hasilnya kita dapat melakukan suatu gerakan dengan cepat dan menggunakan

tenaga yang sehemat mungkin. 2) Beban Latihan yang diberikan harus cukup berat. Dengan memberikan beban latihan yang cukup berat akan merangsang tubuh untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Pemberian beban latihan harus berpegang pada prinsip beban lebih (*Overload Principle*) dimana melalui rangsangan (*stimulasi*) maksimal atau hamper maksimal dengan latihan yang kian hari kian meningkat dan kian bertambah bebannya, maka perubahan-perubahan dalam tubuh akan tercapai.

Bentuk beban pelatihannya ada 2 (dua) macam yaitu : 1) Beban luar (*Outer load*) yaitu bentuk beban latihan yang volume, intensitas *recovery*, frekuensi, durasi, dan irama pelatihan, 2) Beban dalam (*Inner Load*) yaitu bentuk beban pelatihan psikologis.

Suharno HP (1993:23) dan bidang pembinaan prestasi koni pusat (1997:31) menjelaskan bentuk latihan beban sebagai berikut : 1) Volume adalah kualitas beban pelatihan yang dinyatakan dengan satuan jarak total waktu pelatihan, jumlah elemen pelatihan, jumlah set dan sebagainya, 2) Intensitas adalah kualitas beban pelatihan yang menunjukkan kadar tingkat pengeluaran energy atlet dalam melakukan aktifitas fisiknya. 3) *Recovery* adalah waktu yang digunakan untuk pemulihan tenaga kembali antara satu elemen beban pelatihan berikutnya, 4) Repetisi adalah ulangan gerak beberapa kali atlet melakukan setiap kali giliran, 5) Frekuensi adalah berapa kali program pelatihan dilakukan setiap harinya setiap minggu, 6) Durasi adalah lama pelatihan dalam satu sesi pelatihan atau waktu total rangsangan motorik dengan beban pelatihan dalam satu unik pelatihan, 8) Irama adalah ritme atau tempo beban pelatihan yang berhubungan dengan tinggi rendahnya intensitas dan berat ringannya beban pelatihan dalam satu unik pelatihan.

### **Latihan yang Diberikan Harus Meningkat.**

Pemberian beban latihan yang dilakukan secara bertahap yang kian hari meningkat jumlah pembebanannya akan memberikan epektifitas kemampuan fisik. Peningkatan beban latihan hendaknya disesuaikan dengan tingkatan kemampuan atlet serta ditingkatkan setahap demi

setahap. Sebab, bila suatu latihan yang diberi terlalu cepat dengan pemberian beban latihan yang ditingkatkan secara cepat pula maka akan menyebabkan terjadinya kelainan pada tubuh. Hal ini disebabkan karena tubuh belum mampu menerima perubahan yang ditingkatkan secara cepat sehingga menyebabkan terjadinya cedera.

**Lari Segitiga**

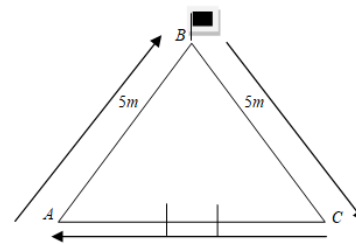
Kelincahan atau agaliti adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah, dalam posisi-posisi di arena tertentu (Sajoto, 1998:32). Lari segitiga adalah suatu macam bentuk latihan yang dilakukan dengan gerakan berkelok-kelok melewati rambu-rambu yang telah disiapkan dengan tujuan untuk melatih kemampuan berubah arah dengan cepat. Bentuk latihan ini sangat sesuai dengan gerakan-gerakan menggiring bola dalam hampir setiap bentuk permainan terutama dalam permainan sepak bola.

Salah satu cara untuk mengetahui stamina dan kelincahan pada seseorang adalah dengan cara melakukan lari segitiga. Seorang atlet yang lincah dan memiliki stamina yang bagus berarti atlet tersebut dengan mudah akan bisa menggiring bola dengan baik dan efektif

**Macam-Macam Lari Segitiga.**

Tujuan latihan lari segitiga adalah untuk menguasai keterampilan lari, menghindari dari berbagai halangan baik orang maupun benda yang ada di sekeliling (saputra, 2002: 42). Sesuai dengan tujuannya lari segitiga dibedakan menjadi dua yaitu : 1) Latihan lari segitiga untuk mengukur kelincahan seseorang, a) Melatih lari segi tiga dengan ukuran garis segitiga yang telah ditentukan, b) Latihan lari bentuk bintang dengan ukuran garis berbentuk bintang yang telah di tentukan. 2) Latihan lari segitiga untuk merubah arah gerak tubuh atau bagian tubuh, a) Latihan lari dengan posisi arah seperti gambar segitiga, b) Berlari dengan melewati rintangan, pada saat berlari akan berbentuk garis segitiga.

Ada tiga macam ketentuan lari yang dilakukan pada lari segitiga yaitu: 1) Lari Lurus, 2) Lari Mundur, 3) Lari Menyamping.



**Gambar 1.** Skema Latihan Lari Segitiga sambil Menggiring Bola

**Keterangan**

- A - B = Lari Lurus : Jarak 5 meter
- B - C = Lari Mundur : Jarak 5 Meter
- C - A = Lari Menyamping : Jarak 5 Meter
- A - C = Lari menyamping : Jarak 5 Meter
- C - B = Lari Lurus : Jarak 5 Meter
- B - A = Lari Mundur : Jarak 5 meter

Adapun cara pelaksanaan dalam lari segitiga adalah sebagai berikut : Dari Sudut A seorang melakukan lari lurus sprint kesudut B, dan dari sudut B lari mundur ke sudut C, dan dari sudut C menyamping kesudut A, kemudian dilanjutkan dari sudut A lari kesudut C, dan dari sudut C lurus sprint ke sudut B, dan dari sudut B lari mundur ke sudut A.

Keuntungan daripada lari segitiga adalah; 1) Jika dilakuk secara rutin, maka seluruh persendian kaki maupun tangan akan terangsang dan akan menjadi lentur, 2) Gerakan kaki dan tangan akan cepat reflek, 3) Kaki dan tangan akan mudah untuk digerakkan kesegala arah, 4) Memiliki daya tahan atau stamina yang baik.

**Kemampuan Menggiring Bola.**

Kemampuan menggiring bola adalah salah satu untuk membawa bola pada arah sasaran yang diinginkan. Dalam menggiring bola , seorang pemain harus dapat mengontrol bola dengan baik. Ini dikarenakan pada saat kita menggiring bola, secara mudah untuk menggiring bola karena kita mendapat halangan dan hadangan pemain lawan.

Menggiring bola juga dimaksudkan untuk menyelamatkan bola apabila tidak ada kemungkinan untuk passing atau mengoper bola dengan segera, dengan cara membebaskan diri dari tekanan lawan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa, kecepatan membebaskan bola merupakan keterampilan yang terpenting yang harus dimiliki agar dapat bermain dengan baik.

Menurut Sarumpaet (1992:24), “Menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindah bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung”. Selain itu juga ditambahkan bahwa menggiring bola bertujuan memancing lawan agar mendekati bola, bertujuan melewati lawan dan memperlambat tempo permainan serta mengulur-ulur waktu.

Menurut Robert Koger (2007:51), “*Dribbling* atau menggiring bola adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik yang lain dilapangan dengan menggunakan kaki, bola harus dekat dengan kaki agar mudah dikontrol. Pemain tidak boleh harus terus menerus melihat bola, mereka juga harus melihat sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi dilapangan dan mengawasi gerak-gerik pemain lainnya”.

Remy Muchtar (1989:23) mengatakan “prinsip *dribbling* tak lain ialah melakukan sentuhan atau mendorong bola itu ke depan sambil berlari, dengan bagian kaki tertentu. Hal ini dapat dikatakan dengan kaki bagian dalam (*inside-foot dribbling*), dengan kaki bagian luar (*outside foot dribbling*), atau juga dengan *instep*: Hal yang perlu diperhatikan dalam hal *dribbling* adalah bahwa bola tersebut dijaga agar tidak lari jauh dari kaki karenanya perlu perasaan (*feeling*) saat menyentuh bola tersebut agar bola tidak terdorong terlalu jauh. Semakin mahir pemain *mendribbling* bola itu, semakin cepat pemain dapat menggiring bola sambil berlari dengan kencang, dengan bola seakan-akan diujung sepatunya hanya dengan latihan yang banyak dan lama baru hal tersebut dapat dicapai”.

Menurut Ardi Nusri (2002: 22), secara umum prinsip menggiring bola adalah : 1) Mata melihat kearah bola (pemula), mata dan kepala agak ditegakkan untuk melihat posisi lawan dan kawan (mahir), 2) Bola didorong oleh kaki (dalam, luar, kura-kura) dengan tekanan yang terukur, sehingga bola selalu dalam penguasaan sipengiring, 3) Langkah kaki pendek - pendek dan cepat, hal ini bertujuan untuk cepat menyentuh bola kembali, 4) Mengatur kecepatan, kapan saat cepat dan kapan pula harus lambat.

Dalam pertandingan atau permainan, menggiring bola tetap harus memperhatikan langkah kaki, kecepatan dan dorongan bola. Arma Abdullah (1985:416) menambahkan bahwa dalam pelaksanaan latihan ini faktor-faktor kondisi fisik yang perlu diperhatikan adalah : 1) Kecepatan (*speed*), ialah kecepatan lari, kecepatan reaksi, dan kecepatan bergerak, 2) Kekuatan (*strength*), ialah untuk menguatkan otot, 3) Daya tahan (*endurance*), daya tahan umum dan stamina (*general endurance*) daya tahan otot (*muscular*), 4) Kelincahan (*agility*) kecepatan merubah arah, dan kecepatan untuk berlari, 5) Kelentukan (*fleksibilitas*) kelentukan badan, gerakan yang mudah dan luwes.

Sehingga dari kutipan diatas dapat dijelaskan bahwa pemain sepak bola yang memiliki langkah kaki dan kecepatan yang lebih baik akan lebih mudah menggiring bola yang diinginkan. Dalam hal ini bila dikaitkan dengan latihan lari segitiga *dribbling* ini saling berkaitan sehingga membuat menggiring bolanya akan semakin baik.

#### ***Macam-Macam Teknik Menggiring Bola***

Pelaksanaan menggiring bola dapat dilakukan dengan menggunakan kaki kanan dan kiri. Menurut Sucipto (2000:29) pelaksanaan menggiring bola dapat dibedakan menjadi 3 cara : 1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam, pelaksanaannya; a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki menendang bola, b) Pada waktu menggiring bola kedua lutut agak sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola, c) Pada saat kaki menyentuh bola pandangan kearah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan, d) Kedua tangan menjaga keseimbangan disamping badan. 2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar, pelaksanaannya ; a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki bagian luar, b) Kedua lutut agak sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola, c) Pada saat kaki menyentuh bola pandangan kearah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan, d) Kedua lengan menjaga keseimbangan badan. 3) Menggiring bola dengan punggung kaki, pelaksanaannya ; a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki bagian luar, b) Bola

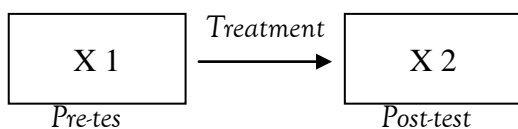
bergulir harus selalu dengan kaki, dengan demikian bola tetap dapat dikuasai, c) Kedua lutut agak sedikit ditebuk agar mudah untuk menguasai bola, d) Pandangan melihat bola pada saat kaki menyentuh, kemudian melihat situasi dan kedua lengan menjaga keseimbangan disamping badan.

Pemain sepakbola yang memiliki langkah kaki dan kecepatan yang lebih baik akan lebih mudah menggiring bola yang diinginkan. Berbagai macam latihan dalam meningkatkan kemampuan dribbling dalam permainan sepakbola. Menurut Jose Regura Rius (2005:32). Dalam meningkatkan kemampuan menggiring (*dribbling*) tersebut peneliti memfokuskan pada latihan latihan lari segitiga, karena latihan ini sangat berkaitan dengan peningkatan kemampuan keterampilan menggiring bola dalam bermain sepakbola. Bentuk latihan ini lebih mengarah pada kemampuan manuever, kemampuan mengubah arah dan lari dengan cepat serta kelincihan gerak sehingga sangat diperlukan dalam melakukan *dribbling*. Dengan diberikannya program latihan lari segitiga diharapkan akan dapat mempengaruhi kelincihan gerak sehingga keterampilan menggiring bola akan semakin baik pula.

**METODE PENELITIAN**

**Rancangan Penelitian**

Sehubungan dengan penelitian ini, maka rancangan penelitian menggunakan: *One Group Experiment* atau yang disebut juga dengan *Treatment By Subjects Design*” (Sutrisno Hadi, 2000:153). Penggunaan rancangan penelitian ini karena diberikan kepada sekelompok subyek yang sama group percobaan sekaligus sebagai group kontrol. Adapun bentuk perancangan yang dimaksud adalah seperti yang tertera pada gambar dibawah ini :



**Gambar 2.** Rancangan Penelitian

Berdasarkan gambar diatas tersebut maka :

- X1 : Pre-test (Tes Awal)
- : Treatment (Perlakuan/Latihan)
- X2 : Post-test (Tes Akhir)

**Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Hu’u yang berjumlah 104 orang.

Sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan dengan cara “*Propotional Random Sampling*”.

**Instrumen Penelitian**

Adapun instrument atau alat yang digunakan dalam penelitian sebagai berikut; (1) Stop watch, untuk menghitung kekuatan latihan menarik ban, (2) Cakram yang beratnya 2 kg untuk putra dan 1 kg untuk putri, (3) Rollmeter untuk mengukur hasil lemparan, (4) Alat-alat tulis, (5) Blangko tes untuk mencatat hasil lemparan.

**Teknik Pengumpulan Data**

Teknik Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa metode, sebagai berikut :

**Metode Dokumentasi.**

Dalam buku metode penelitian dijelaskan bahwa: “metode dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, najalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda, dan sebagainya (Arikunto, 2006:231). Sehubungan dengan penelitian ini, metode dokumentasi dipergunakan sebagai metode bantu untuk mengetahui data tentang jumlah dan nama-nama siswa putra Kelas XI pada SMA Negeri 1 Hu’u.

**Metode TES Perbuatan.**

Menurut Arikunto (2006: 44) test adalah suatu cara untuk mengadakan penelitian terhadap suatu subyek atau obyek-obyek tertentu untuk mendapatkan data secara cepat dan tepat. Test adalah pengukuran mengenai keadaan dan kemampuan seseorang. Test perbuatan adalah test untuk mengetahui secara langsung mengenai kemampuan seseorang terhadap aktifitas yang dilakukan (Sajoto, 1990: 23). Hasil dari test perbuatan ini akan menjadi data yang diperlukan karena bentuk test yang dilakukan sudah disesuaikan dengan data yang diperlukan. Sedangkan untuk mendapatkan data yang diperlukan, maka terlebih dahulu melaksanakan test mengenai kemampuan pemain menggiring bola. Sehubungan dengan hal tersebut diatas

maka dalam penelitian ini menggunakan metode test perbuatan. Metode test perbuatan yaitu suatu alat atau prosedur yang sistematis dan obyektif untuk memperoleh data atau keterangan yang diperlukan tentang seseorang dengan orang lain yang boleh dikatakan cepat dan tepat (Kusuma,1972:58). Pelaksanaan test perbuatan dimaksud untuk memperoleh data dan kemampuan menggiring bola siswa putra Kelas XI pada SMA Negeri 1 Hu’u.

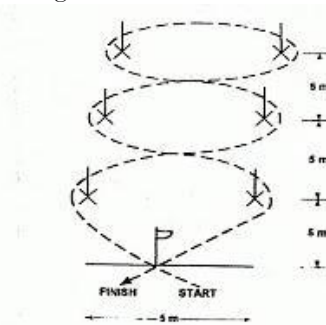
**Prosedur Test**

Pelaksanaan tes kemampuan menggiring bola. Tujuan untuk mengetahui kemampuan menggiring bola dalam bermain sepak bola. Tes ini dilakukan berkelompok dengan dilakukan pemanasan sesuai kebutuhan yang diperlukan, adapun pelaksanaan tes adalah ; a) Pemain berdiri di balakang bola menghadap ke arah lintasan dalam keadaan siap, b) Setelah pengambil waktu memberi aba-aba, pemain segera menggiring bola melewati sebelah kiri rintangan 1 yang dipasang pada garis star, membelok ke kanan melewati sebelah kanan rintangan 2, membelok ke kiri melewati sebelah kiri rintangan ke 3, kemudian pemain membelok ke kanan menjemput bola dan menggiring melewati sebelah kanan rintangan ke 4 membelok kekiri lagi melewati rintangan yang ke 5. Kemudian sebelah kanan rintangan ke 6, akan tetapi bola dilewati sebelah kiri rintangan tersebut selanjutnya pemain membelok ke kiri menjemput bola dan menggiringnya kerintangan 7, membelok ke kanan melewati rintangan 8 (rintangan terakhir) yang terletak pada garis finish, c) Pengambil waktu menghentikan stop watch apa bila pemain dan bolanya sudah lewat dari garis finish. Dan apabila pemain melakukan gerakan yang salah pengawas segera mengingatkan dn harus membetulkan gerakan yang salah tadi dan segera menentukan gerakan tes yang dilakukan, d) Penilaian hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh tes pada saat menggiring bola dan tempat star sampai finish sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan waktu dicatat sampai 1/10, e) Setiap tes akan memberikan kesempatan mengulang sampai tiga kali Pelaksaan pengambilan nilai tes

**Instrumen Penelitian.**

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2006:136).

Adapun Instrumen atau alat yang digunakan untuk mengumpul data dalam penelitian ini sebagai berikut ; 1) Lapangan, 2) Bola, 3) Con, 4) Bendera, 5) Pluit, 6) *Stopwatch* , 7) Blangko pencatat hasil dan alat tulis, 8) Lembar Penilaian, 9) Dua orang Asisten.



Gambar 3. Instrumen Penelitian.

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah metode analisa statistik dengan menggunakan rumus t-test, yaitu sebagai berikut :

$$t = \frac{M_2 - M_1}{\sqrt{\frac{\sum d^2}{N - (N - 1)}}$$

Keterangan :

- T : Nilai dari t-hitung atau t-test
- M<sub>1</sub> : Angka rata-rata hasil hasl keterampilan menggiring bola sebelum lari segitiga (Pre Test)
- M<sub>2</sub> : Angka rata-rata hasil hasl keterampilan menggiring bola setelah lari segitiga (Post Test)
- d<sup>2</sup> : Kuadrat dari perbedaan Skor
- N : Jumlah pasangan sampel

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

Dari hasil analisa data bahwa M<sub>2</sub>, setelah diberikan latihan lari segitiga meannya lebih besar yaitu 71,95, dibandingkan dengan M<sub>1</sub> sebelum diberikan lari segitiga meannya 69,5

sehingga “Ada Pengaruh Latihan Lari Segitiga Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Hu’u.

#### Pembahasan

Terjadinya peningkatan hasil keterampilan menggiring bola pada kelompok eksperimen tersebut merupakan efek dari latihan lari segitiga yang diberikan selama 2 minggu, hal ini disebabkan karena latihan-latihan yang diberikan mengacu pada program latihan yang telah dirancang dengan cukup baik yang berpedoman pada prinsip-prinsip dan beban latihan.

#### KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini “Ada pengaruh latihan lari segitiga terhadap keterampilan menggiring bola pada siswa putra Kelas XI pada SMA Negeri 1 Hu’u Kabupaten Dompu.

#### DAFTAR PUSTAKA

Aip Syarifuddin. 1997. *Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, untuk Sekolah dasar kelas I sampai kelas IV*. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Aneka Cipta

Bambang Widjanarko dan Ismaryati. 1994. *Pendidikan Atletik*. Jakarta: Depdikbud Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI.

2006. *Direktorat Jenderal Pendidikan Luar Sekolah Pemuda dan Olah Raga, Tuntunan Mengajar Atletik: Proyek Pembinaan Permainan dan Pembibitan Olahraga*. Jakarta: Pembinaan Permainan dan Pembibitan

Hadi, Sutrisno. 2000. *Statistik I*. Yogyakarta: Andi Offis.

Hadimsyah Noor. 1995. *Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Depdikbud

Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Semarang: IKIP.

Lalu Rahman (2017) *Pengertian Sepak Bola Lengkap (Teknik, Pemain, Lapangan, Lama Permainan Sepak Bola)*. Dari <http://www.sumberpengertian.co/pengertian-sepak-bola>. Diambil pada tanggal 5 Juni 2018.

Michael Putra (2018) *Permainan Sepak Bola – Pengertian, Sejarah, Teknik Dasar, Peraturan, Makalah*. Dari

<https://www.sayanda.com/permainan-sepak-bola/>. Diambil pada tanggal 7 Juni 2018.

Missmerichaa (2012) *Sarana dan Prasarana dalam Sepakbola*. Dari

<https://Missmerichaa.Wordpress.Com/2012/08/05/Sarana-Dan-Prasarana-Dalam-Sepakbola-2/>. Diambil pada tanggal 25 Juli 2018.

Moleong, Lexy, J. 1998. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Rusli Lutan. 2001. *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*, Jakarta: PT Remaja Rosdakarya

Romimpaday. 1996. *Lari, Lompat dan Lempar*. Jakarta: PT Pembangunan RI

Sajoto. 1998. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.

Sarbo Boepomo. 1990. *Bahan Penataran Atletik Nomor Lempar*. Ujung Pandang: Panitia Penataran Pelatih, Atlit Ujung Pandang.

Suci Pranyangsih (2015) *Hakekat Menggiring Bola (Dribbling)*. Dari

<https://contohdanfungsi.blogspot.com/2015/10/pengertian-hakekat-menggiring-bola.html>. Diambil pada hari kamis tanggal 27 juni 2018.

Suharno. 1995. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta: FIK IKIP Yogyakarta

Soegito, dkk. 1994. *Materi Pokok Pendidikan Atletik*: Jakarta: Depdikbud

Sudarminto. 1992. *Kinesiologi*. Jakarta: Depdikbud.

Tamsir Riyadi. 1995. *Petunjuk Atletik*. Yogyakarta.: FPOK IKIP Mataram

Widiastuti, (2011) *Tes dan pengukuran Olahraga*. Jakarta: Gramedia