



Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 3, Nomor 2 April 2025

e-ISSN: 3031-396J

DOI.10.35458

PENINGKATAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PASSING SEPAK BOLA MELALUI PENDEKATAN BERMAIN DI KELAS V

UPT SPF SDN GUNUNG SARI II

Hadi saputra¹, Hasyim², Febri Harisandi³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email : ppg.hadisaputra00130@program.belajar.id

²Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email : Hasyim@unm.ac.id

³Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email : harisandifebri2@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* dalam permainan sepak bola siswa kelas V SDN GUNUNG SARI II melalui pendekatan bermain. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam 2 siklus. Subjek penelitian terdiri dari 25 siswa yang diobservasi dan dinilai kemajuan keterampilan *passing* mereka. Data dikumpulkan melalui tes keterampilan *passing* dan observasi selama proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam kemampuan *passing* siswa. Rata-rata skor *passing* sebelum tindakan adalah 60%, meningkat menjadi 75% pada siklus pertama dan 85% pada siklus kedua. Pendekatan bermain terbukti efektif dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, memotivasi siswa untuk berlatih dan meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* sepak bola. Penelitian ini merekomendasikan penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran olahraga di sekolah sebagai strategi untuk meningkatkan keterampilan siswa.

Kata Kunci: Kemampuan passing, Pendekatan bermain, Metode latihan

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah salah satu olahraga paling populer dan diminati di Indonesia. Kemampuan dasar dalam sepak bola, seperti *passing* sangat penting untuk mendukung keterampilan bermain yang baik. *Passing* merupakan teknik yang memungkinkan pemain untuk memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain. Di SDN Gunung Sari II, meskipun pengajaran tentang teknik dasar *passing* telah dilakukan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa siswa masih mengalami kesulitan dalam menerapkannya dengan efektif selama permainan.

Menguasai teknik dasar dalam sepak bola adalah salah satu yang sangat penting agar pemain dapat bermain dengan baik, salah satunya adalah teknik *passing* atau mengoper bola. *Passing* merupakan strategi yang sering digunakan dalam permainan sepak bola. Kemampuan *Passing* bertujuan untuk mengoper bola kepada rekan satu tim, menciptakan peluang untuk memberikan umpan yang akurat kepada rekan satu tim. Dengan melakukan *passing* yang akurat seorang pemain dapat membuka ruang bagi rekan satu tim, menciptakan peluang mencetak gol secara

langsung, serta menarik pemain bertahan keluar dari posisi ideal mereka. Menurut pendapat Luxbacher bahwa, “*Passing* adalah mengoperkan bola pada teman. *Passing* atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu (Luxbacher, 2008: 9).

Passing adalah upaya mengoper bola dengan tendangan-tendangan pendek, jauh maupun lambung sambil mengarahkan bola ke teman satu team. Menurut Danny Mielke, *passing* adalah cara memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain yang lain.

Untuk menguasai teknik *passing* yang baik, seorang pemain perlu rutin berlatih dan memperhatikan aspek-aspek pendukung agar bisa melakukan *passing* dengan akurat dan optimal. *Passing* yang benar dan terlatih memungkinkan pemain dengan mudah mengoper ke teman satu team, menciptakan peluang memberikan umpan yang tepat kepada rekan, serta melakukan tembakan ke gawang lawan sehingga peluang mencetak gol lebih besar.

Metode bermain sebagai pendekatan dalam pembelajaran telah terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Fatmawati (2019), mengungkapkan bahwa metode ini dapat meningkatkan kecerdasan interpersonal dan prestasi belajar siswa. Artinya, siswa yang terlibat dalam kegiatan bermain cenderung mengembangkan keterampilan sosial dan keberanian mereka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan signifikan dalam kemampuan teknik dasar *passing* pada siswa kelas V setelah menerapkan pendekatan bermain. Data keterampilan *passing* menunjukkan bahwa rata-rata skor siswa meningkat dari 60% sebelum tindakan menjadi 75% pada siklus pertama, dan mencapai 85% pada siklus kedua. Peningkatan ini menandakan bahwa pendekatan bermain efektif dalam mengoptimalkan pembelajaran teknik dasar.

Keberhasilan pendekatan ini didukung oleh suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif. Siswa lebih termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran berbasis permainan. Melalui permainan, mereka tidak hanya belajar teknik *passing*, tetapi juga melatih kerja sama, komunikasi dan strategi. Pengalaman belajar yang menyenangkan ini mendorong siswa untuk aktif dan berani mencoba berbagai teknik *passing*, sehingga keterampilan mereka meningkat.

Selain itu, penggunaan variasi permainan dalam pembelajaran *passing* juga memberikan dampak positif. Latihan-latihan yang beragam, seperti permainan kecil, dan latihan dengan tujuan tertentu, membuat siswa tertantang. Dukungan guru dalam memberikan umpan balik konstruktif juga berperan penting dengan arahan yang jelas dan umpan balik yang membantu siswa memahami teknik yang benar, sehingga mengurangi kebingungan saat berlatih. Meskipun ada peningkatan signifikan, beberapa siswa masih memerlukan perhatian lebih untuk mengatasi kesulitan dalam menguasai teknik *passing*. Oleh karena itu, analisis lebih lanjut terhadap siswa perlu dilakukan untuk memberikan intervensi yang tepat agar semua siswa mencapai kemampuan yang diharapkan.

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi efektivitas pendekatan bermain dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* pada siswa kelas V di SDN Gunung Sari II. Melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi pembelajaran olahraga di sekolah serta menjadi referensi bagi guru untuk menerapkan metode pembelajaran yang lebih menarik dan efektif.

METODE PENELITIAN

1. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Penilitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Arikunto (2021), PTK merupakan tindakan yang dilakukan secara sengaja di kelas untuk mengatasi permasalahan yang muncul selama proses pembelajaran. Fokus utama penelitian ini adalah pada permasalahan yang terjadi antara siswa dan guru dalam konteks pembelajaran. Syaifudin (2021) menekankan bahwa PTK bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran..

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II, dengan jumlah populasi 23 siswa yakni keseluruhan jumlah siswa kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II. Sampel dalam penelitian berjumlah 23 siswa yakni pada siswa kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi.

3. Variabel penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kemampuan teknik dasar passing dalam permainan sepak bola.

4. Instrumen Penelitian

Instrument yang digunakan adalah lembar observasi. Lembar observasi yang digunakan berbentuk daftar periksa atau skala penilaian, lembar soal untuk mengukur kognitif siswa dan penilaian sikap.

5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian digunakan teknik pengumpulan data dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Prosedur administrasi

- 1) Surat permohonan izin penelitian
- 2) Mempersiapkan lokasi dan sampel penelitian
- 3) Mempersiapkan alat dan fasilitas penelitian
- 4) Mempersiapkan tenaga pembantu
- 5) Melakukan pendataan terhadap populasi yang akan diteliti

b. Prosedur pembelajaran

Menggunakan langkah-langkah dalam RPP yang terdiri atas pendahuluan, inti dan penutup.

c. Alat dan fasilitas

- 1) Sempritan
- 2) Lapangan sepak bola/sejenisnya
- 3) Lembar observasi atau daftar checklist
- 4) Buku pelajaran
- 5) kuns

d. Prosedur kerja

- 1) Mempersiapkan lokasi penelitian
- 2) Mempersiapkan tenaga pembantu dalam pelaksanaan penelitian
- 3) Memberikan penjelasan kepada sampel tentang maksud penelitian
- 4) Melakukan pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode demonstrasi dan metode latihan
- 5) Pelaksanaan tes dengan menggunakan lembar observasi dan lembar soal.

6. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul langkah selanjutnya adalah melakukan pengolahan data.

HASIL

Berikut ini adalah tabel hasil penelitian yang diadaptasi dari penelitian tentang Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Sepak Bola Melalui Pendekatan Bermain di Kelas V SDN Gunung Sari II :

Siklus	Rata-rata Nilai <i>Passing</i> Sebelum Tindakan	Rata-rata Nilai <i>Passing</i> Setelah Tindakan	Kategori Peningkatan
Pra-siklus	60%	-	Cukup
Siklus I	60%	75%	Baik
Siklus II	75%	85%	Sangat baik

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kemampuan teknik dasar *passing* siswa setalah diterapkan pendekatan berbasis permainan.

Pada siklus I, rata-rata nilai *passing* siswa sebelum tindakan adalah 60%. Setelah pendekatan bermain diterapkan, nilai rata-rata meningkat menjadi 75%, menunjukkan bahwa sekitar 50% siswa mengalami peningkatan keterampilan *passing*.

Pada siklus II, dengan perbaikan dan penerapan variasi permainan yang lebih kompleks, rata-rata nilai siswa meningkat lagi menjadi 85%. Berdasarkan hasil observasi, 70% siswa menunjukkan peningkatan signifikan dalam teknik *passing* dan kecepatan penguasaan bola.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain dalam latihan *passing* memberikan peningkatan signifikan dalam keterampilan siswa. Pada siklus pertama, rata-rata nilai dribbling meningkat dari hasil 60% menjadi 75% menunjukkan bahwa siswa mulai lebih menguasai teknik *passing*. Pada siklus kedua, nilai meningkat lebih jauh menjadi 85%, menandakan bahwa dengan variasi dan tantangan yang ditambahkan dalam latihan, siswa mampu meningkatkan teknik dan kecepatan penguasaan bola.

Pendekatan bermain terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa. Pada siklus pertama, walaupun terjadi peningkatan, beberapa siswa masih merasa kesulitan dengan teknik *passing* yang diajarkan secara konvensional. Namun, setelah elemen permainan diperkenalkan, antusiasme dan motivasi siswa meningkat, membuat mereka lebih bersemangat untuk berlatih. Melalui permainan, mereka dapat mempelajari situasi pertandingan dan berlatih *passing* dalam kondisi yang realistik.

Salah satu temuan utama dari penelitian ini adalah peningkatan motivasi dan keterlibatan siswa. Dengan latihan yang menyenangkan, siswa merasa lebih nyaman dan percaya diri. Berdasarkan wawancara, siswa mengaku lebih menikmati proses pembelajaran, yang turut mendorong peningkatan hasil. Motivasi intrinsik yang dihasilkan dari permainan membuat mereka lebih berkomitmen dalam latihan.

Pendekatan bermain juga meningkatkan kerja sama dan komunikasi antar siswa. Dalam kelompok kecil, mereka saling membantu dan belajar dari satu sama lain. Observasi menunjukkan bahwa siswa yang lebih maju dalam *passing* memberikan bantuan kepada teman-temannya, menciptakan lingkungan belajar yang positif. Hal ini penting dalam sepak bola, di mana kerja sama antar pemain sangat menentukan keberhasilan tim.

Walaupun penelitian menunjukkan hasil positif, terhadap tantangan terkait perbedaan kemampuan antar siswa. Untuk mengatasi hal ini, guru diharapkan dapat melakukan penilaian awal untuk mengelompokkan siswa sesuai keterampilan mereka, sehingga latihan dapat disesuaikan dengan kebutuhan setiap kelompok.

Hasil penelitian ini, memiliki implikasi penting bagi praktik pendidikan olahraga di sekolah. Pendekatan bermain dapat diterapkan dalam kurikulum pelatihan untuk berbagai cabang olahraga, tidak hanya sepak bola. Metode ini dapat membantu mengembangkan keterampilan dasar siswa sambil menjaga semangat dan minat mereka dalam berolahraga.

PENUTUP

Berdasarkan penelitian tentang peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* sepak bola melalui

pendekatan bermain di kelas V SDN Gunung Sari II, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan bermain secara signifikan meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* siswa. Peningkatan ini terlihat dari kenaikan skor rata-rata keterampilan *passing* siswa, yang awalnya berada di kategori cukup (60%), naik menjadi baik (75%) pada siklus pertama dan mencapai sangat baik (85%) pada siklus kedua.

Dengan demikian, pendekatan bermain dapat diusulkan sebagai metode alternatif yang efektif dalam pembelajaran olahraga, khususnya dalam mengembangkan keterampilan dasar sepak bola seperti *passing*. Guru PJOK dapat mengadaptasi metode ini untuk meningkatkan hasil belajar siswa secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3*. Bumi Aksara.
- Cox, R. H. (2012). *Sport Psychology: Concepts and Applications*. McGraw-Hill.
- Gill, D. L., Williams, L., & Reifsteck, E. J. (2017). *Psychological Dynamics of Sport and Exercise*. Human Kinetics.
- Roberts, G. C., & Treasure, D. C. (2012). *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. Human Kinetics.
- Tarigan. (2013). Membaca Sebagai Suatu Keterampilan Berbahasa. Bandung. Penerbit Angkasa.
- Soewarno. 2001. *Sepakbola: Gerakan Dasar dan Teknik Dasar*. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Weinberg, R., & Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Human Kinetics.