

PENINGKATAN KEMAMPUAN HASIL BELAJAR *PASSING* SEPAK BOLA MELALUI PERMAINAN *RONDO* DAN *PASSING DIAMOND* SISWA KELAS XI MIPA 1 DI SMA NEGERI 1 GODONG

Muhammad Maulino Rizqo Nuril Ichsani

email: rizqomaulino10@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

Abstrak

Penelitian dilatarbelakangi adanya hasil kemampuan *passing* sepak bola siswa masih rendah, serta kurangnya motivasi siswa didalam mengikuti pembelajaran sepak bola. Penelitian bertujuan mengetahui adanya peningkatan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola melalui permainan *rondo* dan permainan *passing diamond*. Pendekatan kuantitatif digunakan dengan *two groups pre-test post-test design*. Populasinya 36 siswa, terdiri 8 siswa laki-laki dan 28 siswa perempuan. Sampel penelitian ialah siswa perempuan berjumlah 28 siswa dibagi menjadi 2 kelompok, yakni kelompok 1 diberi *passing rondo* dan kelompok 2 diberi *passing diamond*. Pembagian kelompok menggunakan cara *ordinal pairing*. Teknik pengambilan yakni *sampling purposive*. Teknik pengumpulan data, yaitu praktik *passing inside of the foot*. Uji persyaratan data menggunakan uji normalitas dan homogenitas. Uji hipotesis memakai uji *paired sampel t-test*. Teknik analisa data memakai statistik deskriptif. Hasil penelitian, diketahui: (1) terdapat peningkatan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola lewat permainan *rondo* siswa di SMA Negeri 1 Godong, dengan perbedaan rata-rata *pre-test* 62,50 dan rata-rata *post-test* 82,14, jadi ada peningkatan rata-rata sebesar 19,643 atau 20%. (2) Terdapat peningkatan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola lewat permainan *passing diamond* siswa kelas XI SMA Negeri 1 Godong dengan perbedaan rata-rata *pre-test* 67,86 dan rata-rata *post-test* 89,29, lalu didapatkan peningkatan rata-rata *mean* 21,429 atau 21%. Kesimpulannya adalah permainan *rondo* bisa meningkatkan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola siswa sebesar 20%, sedangkan permainan *passing diamond* dapat meningkatkan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola siswa sebesar 21%.

Kata kunci: *Passing Sepakbola, Permainan Rondo, dan Permainan Passing Diamond*

PENDAHULUAN

Sepakbola ialah permainan rakyat yang dimainkan banyak orang, baik klub sepakbola ataupun sekadar hobi. Materi sepakbola sudah diajarkan di sekolah. Pembelajaran pendidikan Jasmani membulat minat siswa guna mengikuti permainan sepakbola (Effendi, 2017). Satu diantara teknik dasar sepakbola ialah *passing*.

Teknik dasar didalam sepakbola disebut *passing*. Kualitas sepakbola dapat ditingkatkan melalui latihan *passing* (Umam, 2015:24). Tujuan *passing* untuk mengumpan kepada teman satu tim. Menurut Luxbacher (2011) teknik *passing*, ada tiga teknik, yakni: *outside of the foot*, *inside of the foot* dan *instep*. *Inside of the foot* ialah mengumpan bola yang harus dikendalikan seorang pemain sepakbola. *Passing* sepak bola dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu kemampuan *passing inside of the foot* siswa kelas XI SMA Negeri 1 Godong.

Hasil observasi awal pada hari Selasa tanggal 31 Januari 2023, siswa kelas XI MIPA 1 di SMA Negeri 1 Godong diketahui kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola siswa, nilai total rata-rata persentase sebesar 51% dalam kategori cukup. Hal ini membuktikan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola siswa masih dalam kategori cukup, serta memerlukan suatu tindakan berupa pemberian latihan *passing* dalam bentuk permainan guna meningkatkan kemampuan hasil *passing* siswa.

Hasil wawancara hari Selasa tanggal 31 Januari 2023 kepada guru olahraga, diketahui kemampuan *passing* sepakbola siswa kelas XI MIPA 1 di SMA Negeri 1 Godong masih rendah. Faktor yang mendukung kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola tersebut, yaitu adanya sarana dan prasarana memadai, sedangkan faktor penghambat kemampuan hasil *passing* sepakbola, yaitu kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran sepakbola. Cara mengatasi kendala tersebut dilakukan dengan memberi motivasi pada siswa agar lebih aktif saat berlatih. Metode latihan yang telah digunakan adalah *passing* pendek dan jarak jauh. Permainan *passing rondo* dan *passing diamond* belum pernah dilakukan kepada siswa kelas XI MIPA 1 di SMA Negeri 1 Godong. Permainan *passing rondo* dan *passing diamond* akan membuat siswa semakin terampil meningkatkan kemampuan hasil belajar *passing* sepakbola siswa. Permainan *rondo* dan *passing diamond* diharapkan dapat meningkatkan antusias dan kemampuan *passing* sepakbola siswa.

Peningkatan kemampuan *passing* sepakbola siswa, dapat dilakukan dengan beberapa latihan dalam bentuk permainan, yaitul *rondo* dan *passing diamond*. *Rondo* adalah metode meningkatkan kemampuan *passing* pada pemain sepakbola (Istighfar, 2020:58). *Passing diamond* dilakukan guna meningkatkan akulrasi *sholrt passing* dan meningkatkan kontrol bola pemain. *Passing diamond* mudah dilakukan dengan *passing*, mengontrol, dan bergerak. Permainan *passing diamond* juga meningkatkan *passing* antar pemain (Priawan, 2018:13).

Penelitian Agusta, Ariefki (2020) menunjukkan bahwa *rondo* berpengaruh terhadap *shortpass* pemain U-13 pada SSB PPKM Kabupaten Kerinci. Selain itu, hasil penelitian Zuhendra, Riyal (2021) adanya pengaruh *passing diamond* terhadap *passing* atlet *club* Dilaraf FC Padang Panjang. Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan *passing* sepakbola siswa kelas XI SMA Negeri 1 Godong. *Passing* sepakbola yang dimaksudkan adalah menggunakan kaki bagian dalam. Peningkatan kemampuan *passing* sepakbola, dilakukan dengan memberikan permainan *rondo* dan *passing diamond*. Peneliti mempunyai ide melakukan penelitian dengan menerapkan permainan *rondo* dan *passing diamond*. Peneliti memilih judul “Peningkatan Kemampuan Hasil Belajar *Passing* Sepakbola Melalui *Rondo* dan *Passing Diamond* Siswa Kelas XI MIPA 1 di SMA Negeri 1 Godong”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, menggunakan *two group pretest posttest*. Populasinya 36 siswa kelas XI MIPA 1. Sampel 28 siswa perempuan dikelas XI MIPA 1. Menggunakan *purposive sampling* pengumpulan data memakai *test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki tujuan guna mengetahui adanya peningkatan kemampuan hasil *passing* sepak bola melalui permainan *rondo* dan permainan *passing diamond* siswa kelas XI SMA Negeri 1 Godong. *Rondo* ialah sebutan bahasa asing, diIndonesia lebih dikenal dengan kucing-kucingan. *Rondo* ialah model latihan, dengan bentuk lingkaran, nantinya saling *passing* dan ada yang merebut bola (Hasyim, 2022:123). *Passing diamond* ialah model latihan yang bentuknya *diamond* atau berlian, kemudian saling *passing* dan ada yang merebut bola (Ramando, 2019:24). Latihan tersebut punya jarak sama, yaitu 10-15 meter tiap sudut, sebab 10-15 m ialah jarak ideal latihan akurasi *passing*

Hasil penelitian kelompok *rondo* memiliki rata-rata *pre-test* 62,50, dan rata-rata *post-test* 82,14, jadi di peroleh peningkatan rata-rata 19,643 atau 20% dan kelompok *diamond passing* rata-rata *pretest* 67,86 dan rata-rata *post-test* 89,29, maka di peroleh peningkatan rata-rata 21,429 atau 21%.

Hasil penilaian sikap siswa kelompok 1 kelas XI MIPA 1 di SMA Negeri 1 Godong, didapatkan nilai total rata-rata persentase 84% didalam kategori sangat baik. Pada aspek I sikap siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* sepak bola, didapatkan nilai rata-rata persentase 88% didalam kategori sangat baik. Pada aspek II sikap siswa dalam melakukan praktik *passing* sepak bola, didapatkan nilai rata-rata persentase 80% didalam kategori baik. Pada aspek III sikap siswa dalam mengikuti permainan *rondo*, didapatkan nilai rata-rata persentase 86% didalam kategori sangat baik.

Berdasarkan hasil penilaian sikap siswa kelompok 1, diketahui bahwa siswa dapat mengikuti pembelajaran *passing* sepak bola dengan sangat baik. Siswa kelompok 1 dapat melakukan praktik *passing* sepak bola dengan baik. Selain itu, siswa kelompok 1 dapat mengikuti permainan *rondo* dengan sangat baik.

Hasil penilaian sikap siswa kelompok 2 kelas XI MIPA 1 di SMA Negeri 1 Godong, didapatkan nilai total rata-rata persentase 89% didalam kategori sangat baik. Pada aspek I sikap siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* sepak bola, didapatkan nilai rata-rata persentase 93% didalam kategori sangat baik. Pada aspek II sikap siswa dalam melakukan praktik *passing* sepak bola, didapatkan nilai rata-rata persentase 82% didalam kategori sangat baik. Pada aspek III sikap siswa dalam mengikuti permainan *passing diamond*, diperoleh nilai rata-rata persentase 93% dialam kategori sangat baik.

Berdasarkan hasil penilaian sikap siswa kelompok 2, diketahui bahwa siswa dapat mengikuti pembelajaran *passing* sepakbola sangat baik. Siswa kelompok 2 dapat melakukan praktik *passing* sepak bola dengan sangat baik. Selain itu, siswa kelompok 2 dapat mengikuti permainan *passing diamond* dengan sangat baik.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Hasil penelitian tersebut : terdapat peningkatan kemampuan hasil *passing* sepak bola melalui permainan *rondo* siswa kelas XI MIPA 1 SMA N 1 Godong. Terdapat peningkatan kemampuan hasil *passing* sepakbola lewat permainan *passing diamond* siswa kelas XI MIPA 1 SMA N 1

Godong. Dapat disimpulkan bahwa permainan *rondo* dapat meningkatkan kemampuan *passing* sepakbola sebesar 20%, sedangkan permainan *passing diamond* dapat meningkatkan kemampuan *passing* sepakbola sebesar 21%.

SARAN

Saran dalam penelitian ini sebagai berikut : dapat dijadikan siswa guna meningkatkan kemampuan hasil belajar *passing* lewat latihan *rondo* dan *passing diamond*, dapat dijadikan guru untuk melatih *passing*, dan dapat digunakan sekolah guna meningkatkan sarana dan prasarana agar meningkatkan hasil belajar *passing*.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, Ariefki. (2020). Pengaruh Metode Latihan el Rondo Terhadap Keterampilan Short Passing Pemain Sepak Bola IPPKM. *Jurnal Stamina. Vol. 3, No. 1 Januari 2020. ISSN: 2655-2515.*
- Effendi, A. R. (2017). Meningkatkan Keterampilan Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Menggunakan Metode Drill. *Jurnal Pendidikan Olahraga, Vol. 6, No. 2 tahun 2017. Hal.65–74.*
- Istighfar, Akmal. (2020). Peningkatan Kemampuan Passing Bola Melalui Latihan Kucing–Kucingan Pada Ekstrakurikuler Futsal di Madrasah Aliyah Negeri 1 Jombang. *Journal Stand: Sport and Development. Vol. 1, No. 1 tahun 2020.*
- Luxbacher, Josef. A. (2011). Sepakbola Taktik dan Teknik Bermain. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Zulhendra, Riyal. (2021). Pengaruh Latihan Passing Diamond Terhadap Kemampuan Passing dan Control Atlet Club Dilaraf FC Padang Panjang. *Jurnal Stamina. Vol. 4, No. 1 Januari 2021. ISSN: 2655-1802.*