

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Dimana hanya melalui pendidikan merupakan usaha sadar agar pengembangan potensi sumber daya manusia pada saat ini masih dibutuhkan bangsa Indonesia. Untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia maka metode yang efektif adalah meningkatkan mutu pendidikan. Dalam hal ini guru dan dosen menjadi tumpuan untuk meningkatkan mutu pendidikan nasional.

Menurut UU RI No: 20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 40 ayat 2A: "Pendidikan dan tenaga kependidikan berkewajiban menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis dan dialogis"

Sistem pendidikan nasional yang telah dibangun dari dulu sampai sekarang ini, ternyata belum mampu sepenuhnya menjawab kebutuhan dan tantangan global untuk masa yang akan datang. Pendidikan formal tingkat SD, SMP, SMA dan Perguruan tinggi menjadi fokus pembinaan yang menonjol dalam dunia pendidikan di Indonesia. Guru dan dosen mempunyai tugas menyelenggarakan pendidikan intelektual, mental dan pembinaan kualitas fisik. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani,

pertumbuhan fisik, kecerdasan dan pertumbuhan watak. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peran untuk dapat membantu siswa dalam usaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang berupa gerak. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan nasional yang bertujuan sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sepak bola merupakan salah satu jenis olahraga yang digemari oleh peserta didik hal ini dapat dilihat dari kegiatan sehari-hari siswa yang bermain sepak bola disaat jam istirahat di sekolah. Dalam permainan ini, teknik atau kemampuan dasar bermain sepak bola sangat lebih tinggi terhadap kualitas permainan seseorang, dikarenakan hal tersebut merupakan salah satu modal utama dalam bermain sepak bola.

Kemampuan dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, khususnya kemampuan siswa SMA dalam permainan sepak bola seyogianya sudah relative tinggi sebab kurikulum sudah semakin tinggi. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) sudah dilaksanakan dan sekarang kurikulum itu sudah diganti pula dengan Kurikulum 2013.

Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang masuk dalam kurikulum di sekolah menengah atas. Roji (2006) mengatakan bahwa teknik dasar dalam *passing* sepak bola ada 3 bagian yaitu: (1) *passing* bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, (2) *passing* bola dengan menggunakan kaki bagian luar, dan (3) *passing* bola dengan menggunakan punggung kaki. Setiap teknik dasar memiliki cara yang berbeda dalam melakukannya dan memiliki

tujuan yang sama yaitu memberikan bola kepada kawan. Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dilihat dari permainannya. Tujuan permainan sepak bola adalah pemain sepak bola berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola dari serangan lawan. Tujuan dari permainan di atas hanya sementara saja, karena tujuan yang paling utama dan diharapkan untuk dunia pendidikan adalah sepak bola mediator untuk mendidik siswa agar kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur, dan sportif. Selain itu kita mengharapkan dalam diri anak tumbuh dan berkembang semangat kompetisi, kerjasama, interaksi sosial, dan pendidikan moral.

Dari hasil pengamatan di lapangan kebanyakan siswa melakukan *passing* bola menggunakan ujung kaki dan sering juga dengan jari-jari kaki, hal ini dilakukan dikarenakan *insting* siswa itu sendiri. Siswa menganggap menendang dengan bagian kaki tersebut adalah menendang dengan cara yang paling mudah. Hal ini jelas salah dikarenakan dapat membahayakan diri sendiri dan arah bola tidak sesuai dengan yang kita harapkan. Pada saat pembelajaran berlangsung guru bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA Negeri 11 Medan menekankan pada pembelajaran teknik dasar sepak bola akan tetapi karakteristik siswa cenderung menginginkan bermain sepak bola tanpa memahami terlebih dahulu teknik dasar sepak bola. Kemudian metode pembelajaran yang digunakan dan tingkat kebugaran rendah sehingga konsentrasi siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar (PBM) yang cukup mereka ikuti belum memuaskan hasilnya. Hal ini terlihat dari cara mengoper bola, menerima bola dan kombinasi serta

variasi bola. Guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah juga memberikan beberapa kesempatan pengulangan untuk melakukan *passing* kepada siswa-siswa tersebut. Namun hasilnya masih rendah memuaskan, ini dapat dilihat dari banyaknya bola terlepas dari telapak kaki, bahkan dalam permainan sepak bola pun, ketika melakukan *passing* bola tidak ter arah sehingga tidak dapat dipassing hingga menuju gawang.

Namun pada umumnya kemampuan siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tergolong masih rendah, hal ini dapat dilihat pada tabel 1 melalui nilai mit, tengah dan akhir semester.

Tabel 1 : Nilai Rata-rata Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Medan

No	Mata Pelajaran	Tahun Ajaran			KKM
		2012/2013	2013/2014	2014/2015	
1	PJOK	66	67	68	70

Sumber : Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Negeri 11 Medan

Selain itu, metode pembelajaran yang biasanya digunakan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah, yaitu memberikan penjelasan kemudian siswa disuruh untuk melakukannya, ini dinilai rendah menarik perhatian siswa. Trianto (2009) menyatakan, prestasi belajar peserta didik merupakan hasil kondisi pembelajaran yang masih bersifat konvensional dan tidak menyentuh ranah dimensi peserta didik itu sendiri yaitu bagaimana sebenarnya belajar tersebut.

Tugas seorang guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam hal ini ialah membuat agar proses belajar mengajar berlangsung secara efektif dan bermakna. Untuk itu diperlukan sebuah metode pembelajaran yang lebih memberdayakan dan membantu siswa memahami teori secara mendalam melalui pengalaman belajar praktek empirik serta menerapkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hal tersebut untuk menyelesaikan masalah lemahnya proses pembelajaran dan rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa dalam mempelajari *passing* dalam permainan Sepak bola maka guru perlu melakukan perubahan paradigma pembelajaran dengan tingkat kebugaran jasmani yang melibatkan siswa terhadap hasil belajar siswa yang digunakan guru dapat membantu proses analisis peserta didik.

Menurut Davies (1989) dalam pembelajaran ada lima (5) faktor yang mempengaruhi hasil belajar yaitu (1) tujuan berbagai jenis fungsinya, (2) anak didik yang berbagai tingkat kematangannya, (3) situasi dalam berbagai keadaan, (4) pribadi guru, serta (5) prosedur rencana pembelajaran.

Berdasarkan uraian diatas, maka diperlukan pertinggian-pertinggian proses pembelajaran, sehingga siswa termotivasi dan lebih aktif dalam menerima mata pelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan, sehingga dapat lebih mudah memahaminya dan meningkatkan hasil belajar. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan penggunaan metode pembelajaran. Dengan adanya metode pembelajaran yang interaktif diharapkan akan membantu guru dalam menyampaikan materi pelajaran sehingga pembelajaran bisa lebih menarik dan

efektif sehingga dapat mendorong siswa lebih terampil dalam memahami konsep-konsep pembelajaran. Metode pembelajaran adalah cara yang digunakan guru atau pelatih untuk membuat siswa belajar/berlatih secara maksimal dan semua kegiatan yang dirancang dan dilaksanakan dapat membantu siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal. Adapun metode pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memfokuskan tentang metode pembelajaran bermain dan metode pembelajaran demonstrasi.

a. Metode Pembelajaran Bermain

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan oleh setiap anak, bahkan dikatakan anak mengisi sebagian besar dari kehidupannya dengan bermain. Dalam kamus besar bahasa Indonesia (2003:697) disebutkan bahwa yang dimaksud dengan bermain adalah berbuat sesuatu untuk menyenangkan hati (dengan alat tertentu atau tidak).

Teori yang melandasi metode pembelajaran bermain adalah teori *behavioristik* yang merupakan aliran tingkah laku, teori ini menyatakan bahwa belajar adalah perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi antara *stimulus* dan *respon*. Tokoh aliran *behavioristik* adalah *thorndike*.

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan oleh setiap anak, bahkan dikatakan anak mengisi sebagian besar dari kehidupannya dengan bermain.

Ditinjau dari kegiatan bermain ada lima pengertian yang berkaitan yaitu :

1. Bermain adalah sesuatu yang menyenangkan dan memiliki nilai positif bagi anak,

2. Bermain tidak mempunyai tujuan *ekstrinsik*, namun motivasinya lebih bersifat *intrinsik*,
3. Bermain bersifat spontan dan sukarela, tidak ada unsur keterpaksaan dan bebas dipilih oleh anak,
4. Bermain melibatkan peran aktif keikutsertaan anak,
5. Bermain memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain misalnya kemampuan kreativitas, kemampuan memecahkan masalah, belajar bahasa, perkembangan sosial, dan lain sebagainya.

Langkah-langkah pembelajaran dengan menggunakan metode bermain adalah sebagai berikut:

1. Guru membuka pelajaran dan menginformasikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai,
2. Guru membagi siswa dalam beberapa kelompok dan masing-masing kelompok mendapat tugas dalam menyelesaikan tugas yang akan dicapai,
3. Guru menjelaskan tujuan gerak yang akan dicapai,
4. Guru memberikan kesempatan kepada setiap kelompok untuk melaksanakan secara keseluruhan gerak yang akan dicapai,
5. Guru mengarahkan atau mengawasi siswa dalam melaksanakannya, kemudian diberi kebebasan mengulang-ulang sampai siswa mampu menguasai gerakan.

Langkah-langkah seperti di atas harus bisa dibuktikan dalam proses kegiatan belajar mengajar dan guru pun harus partisipatif, aktif, kreatif, inovatif dan menyenangkan, guru melakukan pembelajaran dengan melakukan kegiatan-kegiatan tersebut bisa juga disebut Pembelajaran Aktif, kreatif, inovatif dan menyenangkan (PAIKEM).

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa metode pembelajaran bermain adalah yang diberikan atau dikemas dalam bentuk situasi permainan. Dalam hal ini, anak yang melakukan kegiatan selalu berpasangan (kerjasama) dan tidak ada yang tidak aktif (semua bergerak).

b. Metode Pembelajaran Demonstrasi

Ditinjau dari segi etimologi (bahasa) metode berasal dari bahasa Yunani, yaitu “**methodos**”, yang terdiri dari kata ”**metha**” yang berarti melalui atau melewati dan “**hodos**” yang berarti jalan atau cara. Maka metode mempunyai arti suatu jalan yang dilalui untuk mencapai tujuan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, metode adalah cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan kegiatan guna mencapai apa yang telah ditentukan.

Teori yang melandasi pembelajaran dengan metode pembelajaran demonstrasi adalah teori belajar sosial yang merupakan perluasan dari teori belajar perilaku yang tradisional. Teori ini dikembangkan oleh Albert Bandura yang menerima sebagian besar prinsip-prinsip teori belajar perilaku, tetapi memberikan lebih banyak penekanan pada efek dari isyarat-isyarat pada perilaku dan proses mental internal. Jadi dalam teori belajar Bandura menekankan pada

penjelasan *reinforcement* (penguatan) eksternal dan penjelasan *kognitif internal* untuk memahami bagaimana cara belajar dari orang lain. Menurut teori belajar Bandura, hal yang penting ialah kemampuan individu untuk mengambil sari informasi dari tingkah laku orang lain, memutuskan tingkah laku mana yang diambil dan tingkah laku yang mana yang akan dilaksanakan nanti. Konsep-konsep utama dari teori Bandura adalah (1) pemodelan (*modeling*), Artinya bahwa sebagian besar belajar yang dialami oleh manusia tidak dibentuk dari konsekuensi-konsekuensi, melainkan manusia itu belajar dari suatu model, (2) fase belajar, artinya ada empat fase belajar dari model yaitu ; (a) fase perhatian ialah memberikan perhatian pada suatu model, (b) retensi ialah pengulangan akan meningkatkan kembali pada perilaku model, (c) fase reproduksi ialah kemampuan menampilkan dengan meniru perilaku yang baru diperoleh, (d) fase motivasi ialah para siswa akan meniru suatu model, sebab mereka merasa dengan berbuat demikian mereka akan meningkatkan kemungkinan untuk memperoleh umpan balik *reinforcement* termotivasi oleh harapan bahwa akan menuju *reinforcement*, dan (3) belajar *vicarious*, artinya bahwa sebagian besar dari belajar observasional termotivasi oleh harapan bahwa meniru model dengan tinggi akan menuju *reinforcement*, dan (4) penguatan sendiri, artinya kita belajar banyak dengan dihadapkan pada model-model. Bila kita memperhatikan perilaku model dan menciptakan kode-kode *verbal* atau *imagery* bagi apa yang telah kita amati kita akan belajar dari model itu. Dalam konteks pembelajaran *passing* dalam permainan sepak bola, metode demonstrasi dapat berkaitan dengan metode latihan yang dikembangkan untuk setiap pertemuan dan dalam penggunaannya

selalu disesuaikan dengan cara atau contoh yang diberikan atau dipertunjukkan oleh guru atau model. Dengan metode pembelajaran demonstrasi ini, siswa dituntut untuk selalu berkonsentrasi pada setiap gerak-gerik yang dipertunjukkan oleh seorang guru atau model. Langkah-langkah pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran demonstrasi adalah sebagai berikut:

1. Guru Membuka pelajaran dan merumuskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai,
2. Guru menjelaskan tujuan gerak yang akan dicapai dan memberi contoh gerakan tetap mendemonstrasikan gerakannya,
3. Guru secara bagian-bagian menentukan tugas gerak yang harus dilakukan siswa secara frekuensi pengulangan gerakannya,
4. Guru mengontrol atau mengawasi secara ketat daripada pelaksanaan tugas sendiri yang diberikan kepada siswa,
5. Guru memberikan *feedback* atas pekerjaan siswa secara keseluruhan ketika ada kesalahan atau ketinggian yang dilakukan siswa.

c. Pengertian dan Fungsi Tes Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani adalah hal penting yang harus kita jaga pada diri kita, kondisi tubuh yang bugar tentu akan membuat kondisi tubuh yang fit. Memiliki tubuh yang fit dapat membuat kita semangat dalam menjalankan aktivitas kita, dengan itu kita dapat menjalankan aktivitas - aktivitas kita dengan tinggi. Tes kebugaran jasmani biasanya dilakukan oleh siswa - siswi atau pelajar, hal tersebut

biasanya dilakukan oleh guru untuk mengetahui atau menilai tingkat kebugaran jasmani pada peserta didik.

Tes kebugaran jasmani adalah suatu bentuk kegiatan yang dilakukan oleh seseorang untuk mengukur sejauh mana kemampuan kebugaran jasmaninya.

Fungsi Tes Kebugaran Jasmani

1. Tes kebugaran jasmani berfungsi untuk mengetahui sejauh mana kondisi atau perkembangan kebugaran jasmaninya
2. Tes kebugaran jasmani berfungsi untuk mengukur kemampuan seseorang dalam hal kebugaran jasmaninya
3. Tes kebugaran jasmani berfungsi untuk menilai kemampuan fisik seseorang
4. Hasil tes kebugaran jasmani dapat dijadikan acuan seseorang untuk meningkatkan kebugaran jasmaninya.

Rangkaian Tes Kebugaran Jasmani

Untuk melakukan tes kebugaran jasmani kita membutuhkan peralatan seperti stopwatch, alat tulis dan alat pendukung lainnya. Cara melakukan tes kebugaran jasmani dapat kita ikuti dengan beberapa rangkaian tes, rangkaian tes tersebut yaitu :

- 1) Lari cepat / *Sprint* (60 meter) Untuk mengukur kecepatan (*speed*)
- 2) Angkat tubuh / *Pull Up* (60 detik) Untuk mengukur kekuatan (*strength*)
- 3) Baring duduk / *Sit Up* (60 detik) Untuk mengukur kekuatan dan kelentukan otot perut (*flexibility*)

- 4) Loncat tegak / *Vertical jump* Untuk mengukur daya ledak (*eksplosif power*)
- 5) Lari 1.200 meter / *Endurance* Untuk mengukur daya tahan jantung (*Cardio respiratory endurance*)

Tes dan pengukuran kebugaran bagi siswa adalah sangat penting. Dengan diadakannya tes dan pengukuran, kita akan mengetahui tingkat kebugaran setiap siswa di sekolah. Dengan mengetahui tingkat kebugaran siswa, kita dapat menentukan program peningkatan dan pemeliharaan kebugaran sesuai dengan keadaan fisik siswa. Dengan demikian program latihan yang diberikan kepada siswa dapat dibuat dengan tepat dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran adalah kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas yang diberikan dengan efisien tanpa menimbulkan Kelelahan yang berarti.

d. Hasil Penelitian yang Relevan

Hardinoto (2003) menemukan bahwa hasil belajar siswa yang diajar dengan pendekatan permainan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani memperoleh kemampuan gerak dasar yang lebih tinggi daripada kemampuan gerak dasar yang diperoleh siswa yang diajar dengan pendekatan bermain.

Selanjutnya, peneliti tersebut menyatakan hasil belajar *passing* yang diajar dengan metode pembelajaran bermain lebih tinggi dibandingkan siswa yang diajar dengan metode pembelajaran demonstrasi.

Kusnita (2010) menemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kebugaran jasmani dengan perkembangan motorik anak. Selanjutnya, peneliti tersebut menyatakan terdapat hubungan yang positif antara kesempatan bermain dengan perkembangan motorik anak. Berdasarkan beberapa pendapat di atas tentang penelitian yang relevan penulis dapat menyimpulkan terdapat hubungan yang positif antara metode pembelajaran dengan kebugaran terhadap hasil belajar keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa.

Berdasarkan dari hasil permasalahan diatas, sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat judul : “Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas X SMA NEGERI 11 MEDAN T.A. 2016/2017”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang telah diuraikan penulis di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apakah metode pembelajaran bermain yang digunakan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat menarik perhatian siswa dalam melakukan *passing* pada permainan sepak bola ?
2. Apakah metode pembelajaran demonstrasi yang digunakan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat menarik perhatian siswa dalam melakukan *passing* pada permainan sepak bola ?

3. Apakah Tingkat Kebugaran Jasmani siswa mempengaruhi keterampilan *passing* dalam bermain sepak bola ?
4. Apakah metode pembelajaran permainan sepak bola, khususnya pembelajaran teknik *passing* yang digunakan selama ini sesuai dengan karakteristik siswa ?
5. Apakah terdapat interaksi antara metode pembelajaran dan tingkat kebugaran jasmani terhadap keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola pada siswa ?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat ruang lingkup masalah serta keterbatasan waktu, dana dan kemampuan penulisan maka penulis membatasi hanya berkaitan dengan metode pembelajaran, tingkat kebugaran jasmani, dan keterampilan *passing*. Selanjutnya, metode pembelajaran dibatasi hanya pada metode pembelajaran bermain dan metode pembelajaran demonstrasi. Tingkat kebugaran jasmani dibatasi hanya pada tingkat kebugaran jasmani tinggi dan tingkat kebugaran jasmani rendah. Materi pembelajaran teknik *passing* yang digunakan, didasarkan pada kurikulum 2013 untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Dalam penelitian ini hasil belajar keterampilan *passing* sepak bola yang diperoleh siswa dibatasi pada aspek *psikomotorik*. Kemudian subjek penelitian ini dibatasi hanya pada siswa laki-laki kelas X SMA Negeri 11 Medan Tahun Pelajaran 2016/ 2017.

D. Rumusan Masalah

Masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa yang diajar dengan menggunakan metode pembelajaran bermain lebih tinggi terhadap hasil belajar keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa yang diajar dengan menggunakan metode pembelajaran demonstrasi ?
2. Apakah keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani tinggi, lebih tinggi dengan hasil keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa yang memiliki tingkat kebugaran rendah ?
3. Apakah terdapat interaksi antara metode pembelajaran dengan tingkat kebugaran jasmani dalam keterampilan *passing* permainan sepak bola pada siswa ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola dengan metode pembelajaran bermain lebih tinggi terhadap hasil belajar keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola dengan menggunakan metode pembelajaran demonstrasi.

2. Untuk mengetahui keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola yang memiliki tingkat kebugaran jasmani tinggi, lebih tinggi terhadap hasil belajar keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola yang memiliki tingkat kebugaran rendah.
3. Untuk mengetahui Interaksi antara metode pembelajaran dengan tingkat kebugaran jasmani terhadap keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas dapat diperoleh manfaat penelitian sebagai berikut :

1. Manfaat Teoretis

Cara teoretis penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada bidang pendidikan khususnya teori-teori tentang metode pembelajaran bermain, metode pembelajaran demonstrasi dengan tingkat kebugaran jasmani serta pengaruhnya terhadap keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola siswa. Juga diharapkan bermanfaat untuk memperkaya sumber kepustakaan serta dapat dijadikan sebagai pedoman dan penunjang penelitian lanjutan di masa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai bahan pertimbangan bagi guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam menentukan metode pembelajaran yang efektif dan menarik, sebagai bahan pengetahuan bagi guru-

guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam mencantumkan metode pembelajaran yang sesuai dengan tingkat kebugaran jasmani dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada permainan sepak bola, sebagai bahan informasi keefektifan penggunaan metode pembelajaran bermain dengan metode pembelajaran demonstrasi dalam pembelajaran keterampilan *passing* pada permainan sepak bola, dan sebagai sumbangan pemikiran dalam usaha mengoptimalkan kebijakan pembelajaran untuk mencapai keterampilan *passing* yang lebih tinggi pada permainan sepak bola di SMA Negeri 11 Medan.

