

# PROSIDING

## SNPO 2018

### SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran  
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan  
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal  
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018  
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan  
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan  
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018  
FIK Unimed, 8 September 2018:  
Digital Library , Universitas Negeri Medan

# PROSIDING

## SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran  
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan  
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal  
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018  
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)  
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)  
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. ( Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)  
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018  
FIK Unimed, 8 September 2018:  
Digital Library , Universitas Negeri Medan

# PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran  
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan  
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal  
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

## Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.  
Drs. Suharjo, M.Pd.  
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.  
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.  
Drs. Mesnan, M.Kes.  
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.  
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

## Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd  
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.  
Akbar Zahriali, S.Pd.  
Rian Handika, S.Pd.  
Sri Astuti, S.Pd.  
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.  
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

## Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)  
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)  
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)  
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)  
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

## Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan  
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan  
Telp: 061-6625972  
E-mail: fik@unimed.ac.id  
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun  
tanpa ijin tertulis dari penerbit



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018  
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.  
NIP. 19660520 199102 1 001



Pengaruh Loncat Katak Melalui Modifikasi Permainan Kemampuan Siswa Memperoleh Keterampilan Melalui Gerak Dasar <i>Rizky Hasan Azhari Ritonga</i> .....	133
Perbedaan Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Yang Sudah Sertifikasi Dan Yang Belum Sertifikasi Ditinjau Dari Perbedaan Masa Kerja <i>Wahyo, Albadi Sinulingga, Nurhayati Simatupang</i> .....	140
Upaya Meningkatkan Passing Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Melalui Saintifik Pada SMP Terpadu Al Farabi <i>Abdon Ben O.T Hasugian</i> .....	148
Hubungan Kepemimpinan Kepala Sekolah, Budaya Sekolah, Motivasi Kerja Guru Terhadap Profesionalisme Guru <i>Dian Pertiwi</i> .....	154
Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Media Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa <i>Riki Prastian</i> .....	162
Peningkatan Kecepatan <i>Dribbling</i> Melalui Latihan <i>Zig-Zag Trajectory</i> <i>Muhammad Fauzi Purba</i> .....	169
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa <i>Reza Wibowo</i> .....	174
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Ritmik Dengan Rangkaian Gerak Dasar Menggunakan Media Audio Visual <i>Siska Nova Undari</i> .....	182
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Menerapkan Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP <i>M. Saiful Ramadhan Harahap</i> .....	187
Pemanfaatan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Gaya Menyamping <i>Ahmad Zaki</i> .....	194
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Pukulan Dalam Permainan Rounders Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa <i>Pangihutan Butar-Butar, Bangun Setia Hsb</i> .....	200
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Tradisional <i>Mulia Romadi Harahap</i> .....	206
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Bola Kasti Pada Siswa SD Dengan Metode Bermain <i>Warif Poltama Simorangkir</i> .....	212



## UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING* DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA DENGAN MENERAPKAN VARIASI PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VIII SMP

M. Saiful Ramadhan Harahap

*Pascasarjana Universitas Negeri Medan*

**Abstrak.** Lokasi Penelitian berada di SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari tahun ajaran 2014/2015. Dan yang menjadi subjek dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu kelas VIII-3 yang berjumlah 34 siswa. Berdasarkan hasil belajar siswa adanya peningkatan proses hasil belajar *passing* dalam permainan sepakbola “melalui variasi pembelajaran” pada siklus I, setelah tes hasil belajar I dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik *passing* dalam permainan sepakbola masih rendah nilai rata – rata yang diperoleh hanya mencapai 66. Sedangkan pada siklus II dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar secara klasikal sudah meningkat nilai rata – rata yang diperoleh hanya mencapai 76. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran menggunakan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *passing* dalam permainan sepakbola pada siswa.

**Kata Kunci :** Hasil belajar, Sepak bola, PTK.

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam pengembangan siswa. Pendidikan jasmani berperan sebagai sarana pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, kesehatan, mental, sosial serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai aktivitas jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani serta pertumbuhan fisik, kecerdasan dan pertumbuhan anak. Hal ini sebagai sub *system* dari pendidikan nasional, kegiatan jasmani disekolah wajib diikuti oleh semua siswa.

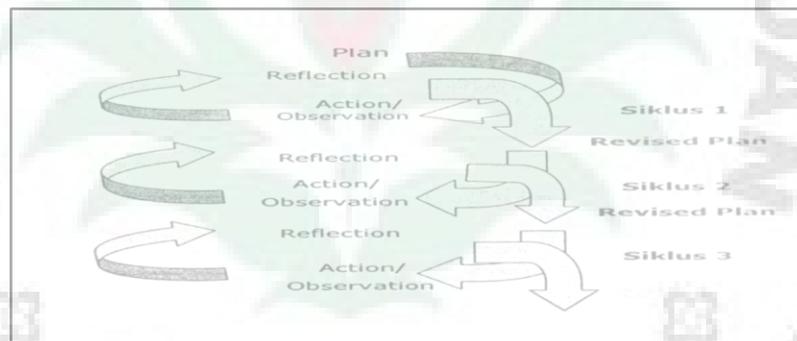
Kinerja adalah pekerjaan yang telah dicapai oleh seseorang disuatu organisasi untuk mencapai tujuan berdasarkan standardisasi atau ukuran dan waktu yang disesuaikan dengan jenis pekerjaan dan masuk sesuai dengan norma dan etika yang telah ditentukan. (Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang, 2018).

Pelaksanaan variasi pembelajaran mendorong dalam memecahkan persoalan yang ada didalam permainan sepakbola terutama dalam pembelajaran *passing*. Melalui variasi pembelajaran pada pembelajaran *passing* diharapkan mampu memecahkan permasalahan yang selama ini terlihat dilapangan. Kesalahan yang sering terjadi antara lain *passing* yang dilakukan siswa terlalu kuat dalam mendorong bola, kurang penguasaan dalam mengontrol bola.

### METODE PENELITIAN

Lokasi Penelitian berada di SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Yang beralamat di Pasar 8 Medan Tembung. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari tahun ajaran 2014/2015. Dan yang menjadi subjek dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu kelas VIII-3 yang berjumlah 34 siswa. Yang terdiri 20 putri dan 14 putra. Metode penelitian ini adalah Penelitian Tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmanis serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tersebut. Menurut Arikunto, (2010:16) menyatakan bahwa secara garis besar dalam tiap siklus itu terhadap empat tahap yang dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*) dan refleksi (*reflecting*).

### Desain Penelitian



Gambar Kristiyanto (2010:19)

Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai desain penelitian. Tindakan penelitian kelas yang terdiri dari beberapa tahap yang berupa siklus sebagai berikut:

#### Tes Awal

Sebelum diberikan tes awal, terlebih dahulu peneliti melakukan observasi ke sekolah yang bertujuan untuk mendapatkan informasi mengenai hasil belajar awal siswa dalam proses pembelajaran sepak bola materi *passing*. Setelah itu, akan diperoleh informasi tentang jumlah siswa yang kurang memahami materi tenis meja tepatnya pada materi *passing* dalam permainan sepak bola. Proses selanjutnya adalah memberikan tes awal yang bertujuan untuk melihat dan merumuskan masalah yang diperoleh dari hasil tes awal yang dilakukan. Tes yang diberikan kepada siswa berupa tes hasil belajar materi *passing* dalam permainan sepak bola.

#### Siklus I

- a. Tahap Perencanaan Tindakan (Alternatif Pemecahan I)
- b. Tahap Pelaksanaan Tindakan I dan II

#### Instrumen Penelitian



Adapun instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah berupa lembar penilaian portofolio tes hasil belajar I dan II. Tes hasil belajar diberikan setelah pengajaran dengan menggunakan variasi pembelajaran. Dalam tes ini siswa diminta untuk melakukan rangkaian teknik *passing* dalam permainan sepak bola (sikawal, sikap pelaksanaan, sikap lanjutan), dan peneliti menilai setiap proses pelaksanaan rangkaian teknik *passing* dalam permainan sepak bola yang dilakukan siswa. Tes hasil belajar bertujuan untuk mengetahui apakah hasil belajar *Passing* Dalam Permainan sepak bola akan meningkat setelah diberikan perlakuan variasi pembelajaran. Untuk mengukur hasil *passing* dalam permainan sepak bola dengan tes *Passing* sebagai berikut:

$$PKK = \frac{\text{Banyak siswa yang } KKM \geq 70}{\text{Banyak siswa keseluruhan}} \times 100\%$$

Keterangan:

PKK = Persentase Ketuntasan Klasikal

Berdasarkan kriteria ketuntasan belajar, jika dikelas telah tercapai 85% yang telah mencapai persentase penilaian hasil  $\geq 70$ , maka ketuntasan belajar secara klasikal telah tercapai. (Suryobroto, 1997 : 129).

#### IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

##### A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas VIII-3 di lapangan SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Permasalahan yang dialami, siswa melakukan teknik *passing* dalam permainan sepakbola dengan tidak baik, masih banyak yang salah dalam melakukan proses *passing*. Pembelajaran pendidikan jasmani dilakukan dalam dua siklus pada tahap siklus dilakukan dengan pemberian perlakuan variasi pembelajaran. Berikut ini adalah deskripsi data hasil penelitian yang dimulai dari tes awal, tes siklus I dan tes siklus II.

Berikut ini data-data yang diperoleh dari hasil pengamatan dan pembelajaran dengan pendeskripsian data-data ini guru mengharapkan dapat menggambarkan data secara akurat.

Tabel Deskripsi Data Penelitian

No	Hasil Tes	Jumlah Siswa Yang Tuntas	Persentase	Nilai Rata-rata	Keterangan
1	Awal	6	17,64%	50	Belum Tuntas
2	Tes Siklus I	19	55,88%	68	Belum Tuntas
3	Tes Siklus II	30	88,23%	77	Tuntas

Dari data diatas diketahui bahwa hasil tes awal, dari 34 orang siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini, ternyata hanya 6 orang siswa (17,64%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh 50. Hasil tes Siklus I, 19 orang siswa (55,88%) telah memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh adalah 68. Hasil tes Siklus II, 30 orang siswa (88,23%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata yang diperoleh telah mencapai 77. Dan persentase kelulusan sudah melampaui target yaitu 85%.

##### B. Hasil Penelitian



Berikut ini adalah deskripsi data hasil penelitian yang dimulai dari tes awal, tes siklus I dan siklus II.

### Kondisi Awal

Sebelum penelitian dilakukan, terlebih dahulu guru mewawancarai guru yang bertujuan untuk mendapatkan informasi mengenai hasil belajar awal siswa dalam pembelajaran *passing* dalam permainan sepakbola. Setelah dilakukan wawancara, ternyata masih banyak siswa yang kurang memahami materi. Proses selanjutnya adalah memberikan tes awal yang bertujuan untuk melihat dan merumuskan masalah yang diperoleh dari tes awal yang dilakukan. Tes yang diberikan kepada siswa berupa tes hasil belajar *passing* dalam permainan sepakbola.

Adapun hasil tes awal yang diperoleh siswa dapat dilihat pada tabel berikut dibawah ini:

**Tabel Hasil Tes Awal *passing* dalam permainan sepakbola**

No	HasilTes	Keterangan	JumlahSiswa	Persentase
1	Skor < 70	TidakTuntas	28	82,36%
2	Skor ≥ 70	Tuntas	6	17,64%

Berdasarkan data hasil tes awal *passing* dalam permainan sepakbola di atas dapat dilihat bahwa hasil belajar siswa dalam pembelajaran *passing* dalam permainan sepakbola masih rendah. Dari 34 orang siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini, ternyata hanya 6 orang siswa (17,64%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya yaitu 28 orang siswa (82,36%) belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata yang diperoleh hanya mencapai 50.

### Pelaksanaan Siklus I

- Perencanaan I
- Pelaksanaan Tindakan I
- Observasi I
- Refleksi I

**Tabel Hasil Tes I (Siklus I) *passing* dalam permainan sepakbola**

No	HasilTes	Keterangan	JumlahSiswa	Persentase
1	Skor < 70	TidakTuntas	15	44,12%
2	Skor ≥ 70	Tuntas	19	55,88%

Data hasil belajar siklus pertama yang didapat kemudian direduksi dan dipaparkan dalam bentuk tabel dengan menggunakan rumus:

$$KKM = \frac{\text{indikator 1} + \text{indikator 2} + \text{indikator 3}}{\text{Jumlah Deskriptor}} \times 100$$

KKM : Kriteria Ketuntasan Minimal

0 % ≤ KKM ≤ 70 % = Siswa belum tuntas dalam belajar

70% ≤ KKM ≤ 100 % = siswa sudah tuntas dalam belajar

### Pelaksanaan Siklus II



- a) Perencanaan II
- b) Pelaksanaan Tindakan II
- c) Observasi II
- d) Refleksi II

**Tabel Hasil Test II (Siklus II) *passing* dalam permainan sepakbola**

No	HasilTes	Keterangan	JumlahSiswa	Persentase
1	Skor < 70	TidakTuntas	4	11,77 %
2	Skor $\geq$ 70	Tuntas	30	88,23%

**Gambar Deskripsi Hasil Belajar Siklus II *passing* dalam permainan sepakbola**

**Tabel Nilai rata-rata Tes Awal, Siklus I dan Siklus II**

No	Hasil Tes	Persentase Nilai Rata-rata	Keterangan
1.	Tes Awal	17,64%	Tuntas
2.	Hasil Belajar I	55,88%	Tuntas
3.	Hasil Belajar II	88,23%	Tuntas

### Pembahasan Penelitian

Melalui penerapan variasi pembelajaran yang telah diterapkan pada siswa kelas VIII-3 SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang T.A. 2014/2015, ternyata dapat meningkatkan ketuntasan hasil belajar *passing* dalam permainan sepakbola.

Pada siklus I, setelah tes hasil belajar I dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik *passing* dalam permainan sepakbola masih rendah. Dari 34 orang siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini, ternyata hanya 19 orang siswa (55,88%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya yaitu 15 orang siswa (44,12%) belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata – rata yang diperoleh hanya mencapai 68.

Pembelajaran menggunakan variasi pembelajaran pada siklus I ini belum sesuai dengan yang diharapkan dan hasil belajar siswa juga masih rendah. Kemudian pada siklus II dapat dilihat bahwa telah ada peningkatan aktifitas siswa dari siklus sebelumnya. Dari tes analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan siswa. Peningkatan ini terjadi setelah diberikan pembelajaran melalui penerapan variasi pembelajaran yang dirancang pada siklus II yang beracuan pada refleksi dan pengalaman pada siklus I. Sedangkan pada siklus II dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar secara klasikal sudah meningkat. Ternyata dari 34 orang siswa, terdapat 30 orang siswa yang tuntas (88,23%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya yaitu 4 orang siswa (11,77%) belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata – rata yang diperoleh hanya mencapai 77.



Hasil pengamatan refleksi II setelah dilaksanakan pengamatan dilaksanakannya kegiatan belajar mengajar pada siklus II diperoleh hasil bahwa adanya Peningkatan *passing* dalam permainan sepakbola dengan melakukan variasi pembelajaran yang direndahkan pada siswa/ siswi kelas VIII-3 SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun Ajaran 2014/2015.

Dari data hasil belajar siklus II yang didapat terlihat kemampuan siswa dalam melakukan *test* hasil belajar *passing* dalam permainan sepakbola secara klasikal sudah meningkat. Dari 34 siswa terdapat 30 siswa (88,23%) yang telah mencapai ketuntasan belajar. Sedangkan 4 siswa (11,77%) belum mencapai ketuntasan belajar dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa 77. Dalam siklus II ini proses belajar mengajar berjalan dengan baik jika dibandingkan dengan siklus I. Jika pada siklus I aktivitas peserta didik secara keseluruhan yang memiliki ketuntasan belajar adalah 19 siswa (55,88%) dan meningkat pada pada siklus II menjadi 30 siswa (88,23%). Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran menggunakan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *passing* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas VIII-3 SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang T.A. 2014/2015.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan data penelitian maka diperoleh kesimpulan Terdapat Peningkatan Hasil Belajar *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Menerapkan Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang T.A. 2014/2015”.

### B. Saran

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut

1. Untuk Guru Pendidikan Jasmani, agar lebih menunjukkan kreativitas dalam mengajar terutama saat mengadakan variasi dalam pembelajaran.
2. Dari hasil penelitian ditemukan kebanyakan siswa tidak berani mengajukan pendapat ataupun pertanyaan tentang hal-hal yang belum dimengerti secara langsung kepada guru, dan tidak melakukan gerakan yang efektif ketika proses pembelajaran berlangsung, maka disarankan kepada guru yang akan melaksanakan pembelajaran diharapkan dapat mempelajari bagaimana cara memotivasi siswa untuk berani berbicara maupun bertanya, dan melakukan gerakan yang efektif.
3. Untuk Kepala Sekolah, agar selalu mendukung setiap hal demi meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani.

## DAFTAR PUSTAKA



- Abdul Kadir Ateng (1992). *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Adang Suherman (2000). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Agus Kristianto, (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Penerbit Bumi Aksara Jakarta.
- Ahmad Sabri, Drs, (2010). *Strategi Belajar Mengajar*, Ciputat: Quantum Teaching.
- Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang. 2018. The Difference Between Certified And Non Certified PE Teachers Performance Based On Range Of Service Period. Atlantis Press. 3rd Annual International Seminar on Transformative Education and Educational Leadership (AISTEEL 2018). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Volume. 200. Hal 215-219.
- Ardi Mustika Syarif (2013). *Optimalisasi kemampuan dribbling pada permainan sepak bola melalui variasi latihan dan modifikasi permainan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Satu Atap Bangun Purba Tahun Ajaran 2011/2012*. Skripsi FIK UNIMED.
- Arikunto, Suharsimi. (2008). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hamdani (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Penerbit CV. Mustika Bandung.
- <http://beni64.wordpress.com/2008/12/30/keterampilan-mengadakan-variasi-gaya-nengajar/> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://images.google.com> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- [http://fik.um.ac.id/blog/tag/passing-dalam-permainan-sepaktakraw/](http://fik.um.ac.id/blog/tag/passing-dalam-permainan-sepaktakraw/DiaksesOleh) Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://id.shvoong.com/social-sciences/education/2229895-pengembangan-variasi-mengajar/#ixzz2DHRBpCeQ> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://latifah04.wordpress.com/2008/04/03/ptk>. Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://www.scribd.com/doc/7422782/skripsi-hubungan-motivasi-belajar-dengan-hasil-belajar-siswa.html> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://blog.uny.ac.id/arisfajarpambudi/20011/03/30/tgfu.pdf> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://ekojuniorsaputra.wordpress.com/2011/04/ukuran-bola-sepaktakraw-kaki.jpg?w=300.html> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- <http://rousteterritory.files.wordpress.com/2010/08/bola.jpg> Diakses Oleh M. Syaiful Ramadhan.
- Ibrahim. (1988). *Strategi Belajar Mengajar*. Penerbit Rineka.



Johannes Kasvarof (2014). *Optimalisasi Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas XI SMK Swasta Melati Perbaungan Kabupaten Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2013/2014*. Skripsi FIK UNIMED.

J.J Hasibuan, & Nodjiono (1986). *Strategi Belajar dan Taktik*. P.T Pustaka Jaya.

Muchtar, Remy.(1992). *Sepak Bola Pembinaan Pemain*. Medan. IKIP.

Muhajir (2007). *Pendidikan Jasmani Untuk SMA Kelas XI*. Jakarta: Erlangga.

Nadisah. (1992). *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Nana Sudjana.(1999).*Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya

Robert Koger, (2007).*Latihan Dasar Sepak Bola Remaja*.Saka Mitra Kompetensi.

Rusli Lutan (2000). *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Rusli Lutan (2000).*Pengukuran dan Evaluasi Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Sarumpaet (1992). *Permainan Besar*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Sucipto (2000). *Sepakbola*, Jakarta.Departemen Pendidikan Nasional.

Suharja.Jaya, dan Maryani, Eli.(2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. SMA kelas XI. Penerbit Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional..

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY