

# 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  
Berdasarkan 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 PUSIS 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



## 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 Variasi Permainan Pada Anak Usia Dini Untuk Peningkatan Kemampuan Otak <i>Haris Hdp</i> .....	63
Penerapan Gaya Mengajar Penemuan Terbimbing Dengan Media Modifikasi Bola Untuk Meningkatkan Hasil Belajar <i>Passing</i> Bawah Bola Voli <i>Mhd Fazar Afandi, Bangun Setia Hasibuan</i> .....	72
Efek Psikologis Pendidikan Jasmani Terhadap <i>Self Esteem</i> (Ditinjau Berdasarkan Identitas Sosial) <i>Yustinus Tarigan</i> .....	77
Pengembangan Bahan Ajar Inovatif PJOK Pada Materi Senam Lantai Untuk Meningkatkan Hasil Belajar <i>Bangun Saragih, Novita, Sanusi Hasibuan</i> .....	83
Aplikasi Permainan <i>Angry Bird</i> Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Manipulatif <i>Atikah Rahman</i> .....	90
Pengaruh Pembelajaran Langsung, <i>Problem Solving, Attitude</i> Terhadap Hasil Belajar <i>Lay Up Shoot</i> <i>Janner Sanjaya</i> .....	96
Pengaruh Gaya Mengajar Periksa Diri, Inklusi Terhadap Hasil Belajar <i>Shooting</i> Sepak Bola <i>Muhammad Asrul, Ika Kusumasari</i> .....	102
Evaluasi Implementasi Kurikulum Berbasis KKNi Pada Jurusan PJKR FIK Unimed <i>Muhammad Supriadi Siregar</i> .....	106
Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil <i>Passing</i> Sepak Bola <i>Daud Rivai Harahap</i> .....	112
Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Dan Kemandirian terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok <i>Azwar Annas</i> .....	118
Analisis Kinerja Guru Pjok Sekolah Dasar Di Kota Sibolga Pasca Mengikuti Uji Kompetensi Guru (UKG) Tahun 2015 <i>Roiman D.T. Situmorang</i> .....	124
Pengaruh Gaya Mengajar Dan Perilaku Sosial Terhadap Hasil Belajar Dribbling Dalam Permainan Sepak Bola <i>Mhd. Syafi'i</i> .....	127



## PENGARUH GAYA MENGAJAR PERIKSA DIRI, INKLUSI TERHADAP HASIL BELAJAR SHOOTING SEPAK BOLA

Muhammad Asrul<sup>1</sup>, Ika Kusumasari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Muhammadasrul490@gmail.com

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menemukan informasi tentang Pengaruh Gaya Mengajar Periksa Diri dan Inklusi Terhadap Hasil Belajar *Shooting* Dalam Permainan Sepak Bola. Metode penelitian ini adalah eksperimen. Populasi berjumlah 81 orang dan sampel 42 orang. Kemudian kelas A diberi metode mengajar periksa diri, dan kelas B diberi metode mengajar Inklusi. Instrumen penelitian melakukan test *shooting* sesuai. Hasil analisis data dilakukan dengan perhitungan statistik yakni menentukan uji hipotesis (uji-t). Berdasarkan hasil perhitungan maka diperoleh pengujian hipotesis: (1) Ada pengaruh yang signifikan dari gaya mengajar periksa diri terhadap kemampuan *shooting* sepak bola hal ini dapat dibuktikan melalui uji-t , yakni  $t_{hitung} = 12,875$  dan  $t_{tabel} = 1,72$ , dengan demikian  $t_h > t_t$  pada taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$  ). (2) Ada pengaruh yang signifikan dari gaya mengajar inklusi terhadap kemampuan *shooting* sepak bola, hal ini dapat dibuktikan melalui uji-t, yakni  $t_{hitung} = 8,23$  dan  $t_{tabel} = 1,73$ , dengan demikian  $t_h > t_t$  pada taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$  ). (3) Tidak terdapat pengaruh yang berbeda antara gaya mengajar periksa diri dengan gaya mengajar inklusi terhadap hasil belajar *shooting* dalam permainan sepak bola, hal ini dapat dibuktikan uji-t yakni,  $t_{hitung} = 0,31$  dan  $t_{tabel} = 1,68$ . Dengan demikian  $t_h < t_t$  pada taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$ ).

**Kata Kunci:** Gaya Mengajar, Periksa Diri, Inklusi

### PENDAHULUAN

Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) belakang ini sangat mempengaruhi perkembangan pendidikan, terutama di negara-negara yang sudah maju. Pendidikan merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia. Sejumlah pertimbangan haruslah diperhatikan terlebih dahulu sebelum seorang guru olahraga menetapkan gaya mengajar atau metode belajar apa yang akan diberikan.

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).

Memilih gaya mengajar yang tepat untuk dipergunakan dalam kegiatan belajar mengajar tidaklah mudah, adakalanya suatu alternatif gaya mengajar yang sudah dianggap paling tepat pada suatu kegiatan belajar mengajar justru menimbulkan suatu akibat yang tidak diharapkan, kelelahan, dan kejenuhan adalah dua hal yang sering muncul sebagai akibat dari kurang tepatnya penerapan gaya mengajar tersebut, untuk itu perlu diadakan perencanaan gaya mengajar yang akan diberikan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan pada bulan Mei 2014 di SMA Negeri 1 Tambangan mengenai proses belajar *shooting* pada permainan sepak bola yang dilakukan siswa,



ternyata sebagian besar siswa tidak dapat melakukan *shooting* dengan gerakan yang benar sehingga arah bola hasil *shooting* tidak tepat pada sasaran. Hal ini menyebabkan hasil *shooting* yang dilakukan siswa menjadi kurang baik. Dari 42 orang siswa kelas XI IPA, ternyata sebagian besar siswa (31 orang atau 73,8%) memiliki nilai dibawah nilai KKM (71) dan 11 orang siswa (26,2%) memiliki nilai di atas nilai KKM (71). Maka dalam penelitian ini yang menjadi kajian adalah gaya mengajar yang menitik beratkan pada kemandirian siswa dalam belajar. Kaitannya dengan itu penulis akan menerapkan dua gaya yaitu gaya mengajar periksa diri dan gaya mengajar inklusi pada siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tambangan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah gaya mengajar periksa diri dan gaya mengajar inklusi dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan sepak bola dan untuk mengetahui gaya mengajar mana yang paling berpengaruh.

Manfaat Penelitian ini adalah Sebagai bahan masukan bagi guru penjas dalam memperbaiki pembelajaran sepak bola khususnya teknik *shooting*, dan Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah dalam meningkatkan pembelajaran sepak bola, khususnya materi *shooting*.

### **Hakikat Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

### **Gaya Mengajar Periksa Diri**

Gaya mengajar merupakan cara yang dipergunakan guru untuk mencapai tujuan pembelajaran yang efektif dan menarik. Oleh karena itu semakin baik gaya yang dipergunakan dalam memberikan pelajaran semakin efektif terhadap pencapaian tujuan pengajaran yang dilaksanakan.

Menurut Mosston dan Ashworth (1994), gaya mengajar periksa diri adalah gaya mengajar yang lebih banyak menekankan tanggung jawab dan memberikan umpan balik yang bergeser dari guru ke siswa

Dalam gaya mengajar periksa diri, siswa menjalankan tugas dan menyamakan serta membandingkannya dengan kriteria yang telah ditentukan guru. Hal ini merupakan tanggung jawab baru bagi siswa untuk menganalisis tugasnya.

### **Gaya Mengajar Inklusi**

Gaya mengajar inklusi merupakan gaya mengajar keempat dari spektrum gaya mengajar dari Mosston (1981 : 120), dimana gaya mengajar inklusi ini memperkenalkan berbagai tingkatan tugas. Siswa diberi tugas yang berbeda-beda sesuai dengan tingkatan kemampuan yang dimilikinya, dalam gaya ini siswa didorong untuk menentukan tingkat keterampilannya dan memberikan kesempatan untuk menganalisis dan sintesis tugas.

### **Shooting Permainan Sepak bola**



Permainan sepak bola bertujuan untuk memenangkan pertandingan dengan cara memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Dalam permainan sepak bola diperlukan kerjasama yang baik antar pemain agar tercipta serangan dan pertahanan yang baik pula.

Kemampuan dasar sepakbola adalah tingkat kemahiran yang dimiliki seseorang dalam bermain sepakbola. Teknik ini akan sangat bermanfaat apabila dapat dikuasai dengan benar. Teknik-teknik dasar sepakbola tersebut meliputi: *passing, shooting, dribbling, trapping, juggling, throw-in, dan heading*.

Untuk melakukan *shooting* dengan punggung/kura-kura kaki, posisi badan dibelakang bola, kaki tumpu diletakkan disamping bola dengan ujung sepatu menghadap kedepan, badan sedikit condong, pandangan kedepan, dan yang terpenting perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola.

Dalam hal ini peranan siswa adalah mencoba melakukan gerakan untuk setiap tingkat kesulitan. Siswa dapat memilih gerakan yang mereka anggap mampu. Siswa dapat melanjutkan aktivitasnya pada tingkatan yang lebih sukar apabila dianggap mampu.

#### **METODE PENELITIAN**

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Penelitian ini melibatkan dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Perlakuan dengan teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran.

Desain penelitian ini yaitu pertama adalah dengan melakukan pre test kemudian memberikan perlakuan gaya mengajar terhadap masing-masing kelompok, dan setelah itu dilakukan post test untuk mengetahui pengaruh dari kedua gaya tersebut. Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Tambangan Pada Bulan Januari 2014, dengan Populasi seluruh siswa kelas XI yang berjumlah 81 orang dan sampel seluruh siswa kelas XI yang jurusan IPA, berjumlah 42 orang.

Teknik analisis data yang diperoleh sebagai skor individu dari hasil tes *Shooting* bola kaki diolah dengan menggunakan prosedur statistik. Data yang telah dikumpul dari *pre test* dan *post test* di analisis dengan menggunakan uji-t.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis ( $t_{hitung}$ ) sebesar 12,875. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga  $t_{tabel}$  dengan dk n-1 ( $21-1 = 20$ ) pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  adalah 1,72472 dengan demikian  $t_h > t_t$  ( $12,875 > 1,72472$ ) sehingga  $H_0$  ditolak, dan  $H_a$  diterima.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis ( $t_{hitung}$ ) sebesar 8,23. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga  $t_{tabel}$  dengan dk n-1 ( $21 - 1 = 20$ )





pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  adalah 1.72472 dengan demikian  $t_h > t_t$  ( $8,23 > 1.72472$ ) sehingga  $H_0$  ditolak, dan  $H_a$  diterima.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis gabungan (uji-t gabungan) sebesar 0,31. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga  $t_{tabel}$  dengan dk n-2 ( $42 - 2 = 40$ ) pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  adalah 1,68 dengan demikian  $t_h < t_t$  ( $0,15 < 1,68$ ) sehingga  $H_0$  diterima, dan  $H_a$  ditolak.

## KESIMPULAN

Gaya mengajar periksa diri memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola siswa kelas XI IPA, dan yang kedua adalah Gaya mengajar inklusi juga memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola siswa kelas XI IPA, kemudian yang ketiga adalah, gaya mengajar periksa diri dengan gaya mengajar inklusi tidak memberikan pengaruh yang berbeda secara signifikan terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola siswa kelas XI IPA. Menurut peneliti hal ini terjadi karena kedua gaya mengajar tersebut sama-sama berpatokan terhadap kemandirian siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arma Abdulah, (1994). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan kebudayaan.
- 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
- Mosston and Asworth. 1994. *Teaching Physical Education*. Fourth Edition. Sydney Columbus Toronto. London. Merill Publishing Company.
- Luxbacher, Joseph A. (2004). *Sepak Bola*. PT. Raja Grafindo Jakarta.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya
- FIFA, (2008). *Laws of The Game* (Peraturan Permainan Sepak Bola).
- Muhajir, (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek SMK*. Penerbit Erlangga. Jakarta.
- Lutan, (2000). *Strategi Belajar Mengajar Penjas*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudjana, (2002). *Metode Statistika*. Bandung. Tarsito
- Remi Muchtar (1992). "*Sepak Bola*". Jakarta, Depdikbud
- Singer, Robert N, (1980). *Motor Learning and Human Performance*. New York : Macmilian Publishing Company.