

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN KEBUGARAN JASMANI  
TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN SEPAKBOLA  
(Studi Eksperimen pada Siswa SMA Labschool Kota Bandung)**

**Ricky Fernando**

*fernandoricky@edu.uir.ac.id*

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau, Pekanbaru

**ABSTRACT**

*This research seeks to examine the effectiveness of learning tactical and technical approach to the learning outcomes of football skills. Results of this study are expected to be used as an alternative solution in order to develop the quality of learning football. The method used in this study is the experimental method to the design of post-only design. The population in this study were students of class XI SMA Labschool son UPI Bandung as many as 60 students. The sampling technique using purposive sampling technique. When the study is over 2 months, the number of 18 treatment sessions, with a frequency of 1 week 3 times. Author chosen instrument is a test of football skill and playing ability test (GPAI) for high school students football skills tests (test start and end of the football skills) there are four authors use the test passing and stoping, heading, dribbling and shooting and playing ability test (GPAI). Based on the analysis, it can be concluded that: (1) there is a significant effect of learning tactical approach to the learning outcomes of football skills. (2) There is a significant effect of technical learning approach to the learning outcomes of football skills. (3) There are differences in the effect of tactical and technical learning approach towards learning outcomes football skills, but more tactical approach a significant impact on learning outcomes of football skills than technical learning approach.*

**Keywords:** *learning approach tactical, technical learning approach, results learning skills football.*

**PENDAHULUAN**

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang masuk ke dalam kurikulum sekolah formal dan informal. Hampir seluruh siswa di sekolah menyenangi permainan ini mulai dari tingkat SD, SMP, sampai SMA karena permainan sepakbola sangat mudah di mainkan, namun lebih menuntut keterampilan yang sangat kompleks.

Cabang olahraga sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim beranggotakan sebelas orang termasuk diantaranya penjaga gawang. Dalam hal ini Sucipto, dkk.

(2000:7) menjelaskan bahwa sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Tujuan dari sepakbola adalah setiap pelaku harus berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan, dengan anggota badan selain tangan untuk menentukan tim mana yang keluar sebagai

pemenang. Banyak faktor yang mempengaruhi untuk menunjang penguasaan keterampilan sepakbola. Salah satu subjek utama yang memiliki peranan penting dalam mendukung keterampilan sepakbola adalah guru. Peranan guru sangat kompleks untuk mengembangkan potensi siswa secara optimal, selain mencerdaskan, membimbing, mengayomi kedudukan dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab adalah sebagai pengajar dan sekaligus menjadi orangtua.

Dimiyati dan Mudjiono (2009:238) menjelaskan bahwa: “guru adalah pendidik yang membelajarkan siswa”. Mengingat pentingnya kedudukan guru dalam proses pengajaran, maka sewajarnya setiap guru harus mengetahui, memahami, dan mendalami aspek-aspek pengajaran agar berlangsung efektif sehingga hasil belajar siswa pun meningkat. Selain itu, faktor lain yang menjadi objek sentral adalah siswa. Keterlibatan siswa dalam aktivitas di sekolah didorong oleh tenaga pendidik, melalui aktivitas belajar, siswa dapat berkolaborasi dengan guru, teman dan lingkungan yang mendukung dalam situasi belajar untuk memperoleh pengetahuan, pemahaman, keterampilan, sikap, dan nilai-nilai positif sebagai pedoman untuk meningkatkan kualitas hasil belajar siswa. Untuk menunjang keterampilan sepakbola seseorang harus dibekali dengan teknik yang baik, sebagai penunjang keberhasilan dalam pelaksanaan aktivitas yang terkandung pada cabang olahraga tersebut.

Berbagai kebutuhan diperlukan dalam konteks pengajaran, melalui, penerapan pendekatan pembelajaran yang tepat, efektif, dan efisien akan berdampak positif terhadap perkembangan peserta didik. Dapat dijelaskan bahwa pendekatan pembelajaran merupakan titik tolak atau sudut pandang terhadap proses pembelajaran. Dengan demikian, pendekatan pembelajaran harus berusaha meningkatkan kemampuan kognitif, afektif

dan psikomotorik siswa sehingga tercapai sasaran belajar.

Dalam rangka penyampaian materi ajar dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran mengapa, kapan, bagaimana, dimana guru menyajikan elemen-elemen suatu materi yang memungkinkan siswa untuk belajar agar mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Dalam proses pembelajaran di sekolah pendekatan pembelajaran sangat penting untuk mengefektifkan proses belajar mengajar penjas. Melalui pendekatan taktis diharapkan siswa mampu meningkatkan kemampuan bermainnya, sebagaimana di jelaskan Griffin, Mitchell & Oslin, dalam Tarigan, Beltasar (2001) bahwa pendekatan taktis merupakan *the approach links tactics and skills by emphasizing the appropriate timing of skill practice and skill application within the tactical context of the game*.

Artinya pendekatan yang menghubungkan taktik dan keterampilan dengan menekankan penentuan waktu yang tepat dari praktik keterampilan dan penggunaan keterampilan dalam konteks taktik permainan. Selain pendekatan taktis ada pula pendekatan teknis sebagaimana diungkapkan oleh Griffin, Mitchell & Oslin, dalam Tarigan, Beltasar (2001), *Skills have usually been taught in isolation, out of their tactical context*.

Artinya keterampilan biasanya diajarkan secara terpisah di luar konteks taktik. Dalam faktanya pendekatan pembelajaran teknik merupakan pendekatan yang memfokuskan pada teknik dasar yang dilakukan secara berulang sampai siswa terampil melakukannya dilanjutkan pada pola bermain. Berdasarkan beberapa ulasan di atas untuk memperkuat hasil penelitian, beberapa penelitian yang telah dilakukan yaitu: berdasarkan hasil penelitian terdahulu, pengamatan dan observasi di lapangan, isu-isu yang terjadi di lingkungan sekolah khususnya di SMA saat ini adalah efektivitas serta efisiensi penerapan

pendekatan pembelajaran yang belum tepat, tanpa memperhatikan kebutuhan dan karakteristik siswa, serta adanya perbedaan kondisi kebugaran jasmani siswa, sehingga menghilangkan kesempatan siswa untuk aktif dalam bergerak. Artinya dalam menerapkan proses pembelajaran perlu diperhatikan kondisi, keadaan, dan kemampuan siswa khususnya pada cabang sepakbola.

Berdasarkan uraian di atas maka penelitian ini difokuskan secara mendalam berdasarkan kajian ilmiah agar dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan siswa dengan judul Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis dan Pendekatan Pembelajaran Teknis Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola di SMA Labschool UPI Kota Bandung.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini hendak mengkaji mengenai efektivitas pendekatan pembelajaran taktis dan teknis terhadap hasil belajar keterampilan sepakbola. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai alternatif solusi dalam rangka

pengembangan kualitas pembelajaran sepakbola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *post only design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas XI SMA Labschool UPI Kota Bandung sebanyak 60 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang dipilih penulis adalah tes keterampilan sepakbola dan tes kemampuan bermain (GPAI). Untuk siswa sekolah menengah atas tes keterampilan sepakbola (tes awal dan akhir keterampilan sepakbola) ada empat yang penulis gunakan yaitu tes *passing and stoping, heading, dribbling dan shooting* dan tes kemampuan bermain (GPAI).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Data

Berikut ini akan diuraikan gambaran umum hasil penelitian berdasarkan hasil tes keterampilan sepakbola yang telah dilaksanakan melalui penerapan kedua pendekatan pembelajaran yang telah diberikan kepada para siswa. Hasil deskripsi data dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

**Tabel 1. Deskripsi Data Pretest dan Posttest Tes Keterampilan Sepakbola**

Pendekatan Pembelajaran	Test	N	Rata-rata	Standar Deviasi	Varians	Skor Min	Skor Max
Pendekatan Taktis	Pretest	30	79.1	13.09	171.42	66.68	111.18
	Posttest		137.26	16.92	286.42	111.95	166.92
Pendekatan Teknis	Pretest	30	77.53	15.36	236.01	46.44	103.09
	Posttest		132.96	15.23	232.15	100.52	162.64

## Uji Normalitas

### 1) Hasil Uji Normalitas Data Pretest Keterampilan Sepakbola

Setelah dilakukan deskripsi dari data yang diperoleh, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji normalitas data. Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dan

akan diuji berada pada taraf distribusi normal atau tidak.

Selain itu, uji normalitas juga dilakukan untuk menentukan langkah uji statistik yang akan digunakan dalam menjawab hipotesis penelitian apakah statistika *parametrik* atau *non-parametrik*. Dalam uji normalitas data, penulis menggunakan bantuan program SPSS seri

20. Pengujian pertama adalah pengujian normalitas pada data hasil *pretest*. Adapun hasil pengujiannya dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas *Pretest* Keterampilan Sepakbola Kelompok Taktis dan Teknis**

Keterampilan Sepakbola	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Keterangan
	Statistic	df	Sig.	
Preetest Taktis	0.115	30	.200*	NORMAL
Preetest Teknis	0.117	30	.200*	NORMAL

Data tersebut menyatakan bahwa dengan pengujian normalitas didasari oleh nilai probabilitas yang dibandingkan dengan nilai derajat kebebasan yaitu sebesar  $\alpha = 0,05$ . Setelah di uji menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>* data pada Tabel 2 menyatakan nilai uji normalitas untuk data *pretest* keterampilan sepakbola kelompok pendekatan pembelajaran taktis dinyatakan signifikan (*normal*) karena nilai probabilitas/ signifikansi  $0.200 > 0.05$ .

Dengan demikian, syarat pertama dapat terpenuhi

## 2) Hasil Uji Normalitas Data *Posttest* Keterampilan Sepakbola

Seperti halnya pengujian pada data *pretest*, data hasil *posttest* pun diukur dengan pengujian normalitasnya. Adapun hasil pengujian untuk keterampilan sepakbola setelah diberikan perlakuan (*posttest*) dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas *Posttest* Keterampilan Sepakbola**

Tests of Normality				
Keterampilan Sepakbola	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Keterangan
	Statistic	df	Sig.	
Postest Taktis	0.157	30	.200*	NORMAL
Postest Teknis	0.101	30	.200*	NORMAL

Data tersebut menyatakan bahwa dengan pengujian normalitas didasari oleh nilai probabilitas yang dibandingkan dengan nilai derajat kebebasan yaitu sebesar  $\alpha=0,05$ . Setelah di uji menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup>* data pada Tabel 3 menyatakan nilai uji normalitas untuk data *posttest* keterampilan sepakbola kelompok pendekatan pembelajaran taktis dinyatakan signifikan (*normal*) karena nilai probabilitas/ signifikansi  $0.200 > 0.05$ . Dengan demikian, syarat pertama dapat terpenuhi.

## Uji Homogenitas

Uji homogenitas data merupakan langkah untuk mengetahui apakah data berasal dari satu populasi yang homogen atau tidak. Selain itu uji homogenitas juga dilakukan sebagai lanjutan dari uji normalitas data, yaitu untuk menentukan langkah berikutnya mengenai jenis metode statistik yang digunakan apakah *parametrik* atau *non-parametrik*.

Karena syarat mutlak uji statistik *parametrik* adalah data yang akan diuji harus normal dan homogen.

**1) Hasil Uji Homogenitas Pretest Keterampilan Sepakbola**

Setelah data diketahui normal, pada langkah pengujian ini adalah pengujian

homogenitas, dimana untuk yang pertama adalah pengukuran homogenitas data *pretest*. Adapun hasil pengujiannya dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Pretest Keterampilan Sepakbola**

**Test of Homogeneity of Variance**

Kelompok Pendekatan Pembelajaran	Hasil Data	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	KET
Taktis	Based on Mean	0.914	1	28	0.347	Homogen
	Based on Median	0.608	1	28	0.442	
	Based on Median and with adjusted df	0.608	1	24.252	0.443	
	Based on trimmed mean	0.873	1	28	0.358	
Teknis	Based on Mean	0.509	1	28	0.481	Homogen
	Based on Median	0.523	1	28	0.476	
	Based on Median and with adjusted df	0.523	1	26.411	0.476	
	Based on trimmed mean	0.529	1	28	0.473	
Selisih	Based on Mean	3.348	1	28	0.078	Homogen
	Based on Median	2.064	1	28	0.162	
	Based on Median and with adjusted df	2.064	1	26.429	0.163	
	Based on trimmed mean	3.458	1	28	0.073	

**Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas Postest Keterampilan Sepakbola**

**Test of Homogeneity of Variance**

Kelompok Pendekatan Pembelajaran	Hasil Data	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Taktis	Based on Mean	0.172	1	28	0.681
	Based on Median	0.059	1	28	0.81
	Based on Median and with adjusted df	0.059	1	26.898	0.81
	Based on trimmed mean	0.169	1	28	0.684
Teknis	Based on Mean	0.075	1	28	0.786
	Based on Median	0.071	1	28	0.792
	Based on Median and with adjusted df	0.071	1	27.69	0.792
	Based on trimmed mean	0.071	1	28	0.792
Selisih	Based on Mean	0.059	1	28	0.81
	Based on Median	0.048	1	28	0.828
	Based on Median and with adjusted df	0.048	1	23.937	0.828
	Based on trimmed mean	0.066	1	28	0.799

**2) Hasil Uji Homogenitas Postest Keterampilan Sepakbola**

Hasil uji homogenitas pada pendekatan pembelajaran teknis adalah sebagai berikut Data yang diperoleh dari hasil penelitian akan memiliki makna apabila dilakukan pengolahan dan analisis.

Setelah dilakukan pemeriksaan dan penskoran yang diberikan pada sampel, data selanjutnya diolah dan dianalisis dengan program *software* komputer *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) seri 20.

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat diketahui bahwa hasil uji homogenitas pendekatan pembelajaran taktis adalah sebagai berikut kriteria keputusan nilai sig. atau signifikansi atau nilai *probabilitas* < 0,05, data berasal dari populasi yang memiliki varians tidak sama (Tidak Homogen). Nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas > 0,05, data berasal dari populasi yang memiliki varians sama (Homogen). Uji Homogenitas Varians (Lavene Test) Pendekatan Pembelajaran Taktis berdasarkan Mean (Rata-rata): Nilai Sig. 0.347 > 0,05 (Homogen) Berdasarkan Median (Tengah): Nilai Sig. 0.442 > 0,05 (Homogen) Pendekatan Pembelajaran Teknis berdasarkan Mean (Rata-rata): Nilai Sig. 0.481 > 0,05 (Homogen) Berdasarkan Median (Tengah): Nilai Sig. 0.476 > 0,05 (Homogen) Selisih Selisih Uji Kriteria Homogenitas Berdasarkan Mean (Rata-rata): Nilai Sig. 0.078 > 0,05 (Homogen) Berdasarkan Median (Tengah): Nilai Sig. 0.162 > 0,05 (Homogen). Berdasarkan nilai rata-rata pada pembelajaran taktis diperoleh nilai statistik *Levene* 0,172 dengan nilai probabilitas (Sig.) 0,681 > 0,05. Nilai tengah diperoleh hasil statistik *Levene* 0,059 dan nilai probabilitas (Sig.) 0,810 > 0,05.

Berdasarkan uji kriteria homogenitas bahwa nilai probabilitas > 0,05 maka pada pendekatan teknis sama atau homogen.

### Uji Hipotesis Statistik

#### a. Uji Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola

Langkah selanjutnya adalah menguji satu sampel. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata sebagai pembandingan dengan rata-rata sampel. Dalam hal ini penggunaan pendekatan pembelajaran taktis terhadap hasil belajar keterampilan sepakbola. Berdasarkan t tabel dicari pada  $\alpha = 5\% : 2 = 2.5\%$  (uji dua sisi) dengan derajat kebebasan (df)  $n-1$  atau  $30 - 1 = 29$  (signifikansi = 0.025) didapat t table 2,262. Tabel di bawah ini menyajikan hasil pencarian t hitung atas hasil belajar keterampilan sepakbola siswa sebelum dan sesudah melakukan proses pembelajaran selama 16 kali pertemuan pada kelompok pendekatan pembelajaran taktis, berikut simpulan yang dapat diambil:

**Tabel 6. Data uji-t Pretest dan Posttest Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**

One-Sample Statistics				
Pendekatan Taktis	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest taktis	30	79.10	13.093	2.390
Posttest taktis	30	137.27	16.924	3.090

Dari data yang diperoleh untuk kelompok pendekatan taktis sebelum dan sesudah perlakuan dapat diperoleh hasil nilai rata-rata hasil *pretest* 79.10 dengan standar deviasi 13.093. Sedangkan untuk

hasil *posttest* setelah perlakuan diperoleh nilai rata-rata 137.27 dan standar deviasi 16.924.

**Tabel 7. Data uji-t *Pretest* dan *Posttest* Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**

One-Sample Test						
Pendekatan Taktis	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pretest Taktis	3.090	29	.282	79.100	74.21	83.27
Posttest Taktis	4.424	29	.282	137.267	130.95	138.66

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, tampak bahwa nilai t tabel sebesar 2.262 sedangkan untuk t hitung diperoleh nilai 3.090. Dengan demikian nilai t hitung > t tabel ( $4.424 > 2.262$ ). Hasil uji rata-rata satu sampel hasil belajar keterampilan sepakbola pada kelompok pendekatan pembelajaran taktis sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan perubahan yang signifikan. Artinya  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat peningkatan yang signifikan pada hasil belajar keterampilan sepakbola sesudah perlakuan dengan pendekatan pembelajaran taktis. Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikatakan bahwa penerapan pendekatan pembelajaran taktis dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan sepakbola.

#### b. Uji Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Teknis terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola

Langkah selanjutnya adalah menguji satu sampel. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata sebagai pembandingan dengan rata-rata sampel. Berdasarkan pengujian satu sampel t tabel dicari pada  $\alpha = 5\% : 2 = 2.5\%$  (uji dua sisi) dengan derajat kebebasan (df)  $n - 1$  atau  $30 - 1 = 29$  (signifikansi = 0.025) didapat t table 2,262. Tabel 8 di bawah ini menyajikan hasil pencarian t hitung atas hasil belajar keterampilan sepakbola siswa sebelum dan sesudah melakukan proses pembelajaran selama 16 kali pertemuan pada kelompok pendekatan pembelajaran teknis, berikut kesimpulan yang dapat diambil:

**Tabel 8. Data uji-t *Pretest* dan *Posttest* Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Teknis Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**

One-Sample Statistics				
Pendekatan Teknis	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest Teknis	30	77.53	15.363	2.805
Posttest Teknis	30	132.97	15.237	2.782

Dari data yang diperoleh untuk kelompok pendekatan teknis sebelum dan sesudah perlakuan dapat diperoleh hasil nilai rata-rata hasil pretest 77.53 dengan

standar deviasi 15.363. Sedangkan untuk hasil *posttest* kelompok pendekatan teknis setelah perlakuan diperoleh rata-rata 132.97, dengan standar deviasi 15.237.

**Tabel 9. Data uji-t *Pretest* dan *Posttest* Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Teknis Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**  
**One-Sample Test**

Pendekatan Teknis	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pretest Teknis	2.643	29	.263	79.100	74.21	83.27
Posttest Teknis	4.798	29	.263	137.267	130.95	138.66

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, tampak bahwa nilai t tabel sebesar 2.262 sedangkan untuk t hitung diperoleh nilai 3.090. Dengan demikian nilai t hitung > t tabel ( $4.798 > 2.262$ ). Hasil uji rata-rata satu sampel hasil belajar keterampilan sepakbola pada kelompok pendekatan pembelajaran teknis sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan perubahan yang signifikan.

Artinya  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat peningkatan yang signifikan pada hasil belajar keterampilan sepakbola sesudah perlakuan dengan pendekatan pembelajaran taktis.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikatakan bahwa penerapan pendekatan pembelajaran teknis dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan sepakbola.

**c. Uji Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**

Langkah selanjutnya adalah menguji dua sampel yang tidak berhubungan. Uji ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata antara kedua kelompok sampel yang berpasangan.

Dalam hal ini penggunaan pendekatan pembelajaran taktis dan pendekatan pembelajaran teknis terhadap hasil belajar keterampilan sepakbola.

Dalam menentukan t tabel pengujian distribusi t pada  $\alpha = 5\% : 2 = 2.5\%$  (uji dua sisi) dengan derajat kebebasan (df)  $n-1$  atau  $60 - 1 = 59$  (signifikansi = 0.025) didapat t table 2,262.

**Tabel 10. Data uji-t *Pretest* dan *Posttest* Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis dan Teknis Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**

Paired Samples Statistics					
Pendekatan Pembelajaran		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest taktis	79.1000	30	13.09301	2.39045
	posttest taktis	137.2667	30	16.92402	3.08989
Pair 2	pretest teknis	77.5333	30	15.36279	2.80485
	posttest teknis	132.9667	30	15.23664	2.78182

Berdasarkan tabel di atas dapat disajikan hasil nilai kedua kelompok pendekatan pembelajaran pada kelompok pendekatan taktis nilai *pretest* dengan rata-

rata 79.1, sedangkan standar deviasi diperoleh nilai sebesar 13.09. Untuk nilai *posttest* pada kelompok pendekatan pembelajaran taktis diperoleh nilai sebesar



137.26, sedangkan standar deviasi diperoleh nilai 16.92. Untuk kelompok pendekatan pembelajaran teknis, nilai pretest diperoleh dengan nilai rata-rata 77.53, sedangkan nilai standar deviasi diperoleh sebesar 2.80.

Kemudian nilai posttest untuk kelompok pendekatan pembelajaran teknis diperoleh nilai sebesar 132.96, sedangkan standar deviasi memperoleh nilai 15.23.

**Tabel 11. Data uji-t *Pretest* dan *Posttest* Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Taktis dan Teknis Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola**

Pendekatan Pembelajaran		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest taktis - posttest taktis	58.16667	12.75452	2.32865	62.92928	53.40405	2.979	29	0.481
Pair 2	pretest teknis - posttest teknis	55.43333	13.87277	2.53281	60.61351	50.25316	2.886	29	0.442

Berdasarkan tabel uji dua sampel berpasangan yang disajikan di atas, tampak bahwa nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok pendekatan taktis diperoleh sebesar 58.16 dengan standar deviasi 12.75. Kemudian nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* kelompok pendekatan pembelajaran teknis diperoleh nilai rata-rata sebesar 55.43 dengan standar deviasi 13.87. t tabel sebesar 2.262 sedangkan untuk t hitung diperoleh nilai 2.979 pada kelompok pendekatan pembelajaran taktis.

Dengan demikian nilai t hitung > t tabel ( $2.979 > 2.262$ ) dengan nilai signifikansi  $0.481 > 0.05$  hasil uji rata-rata satu sampel berpasangan hasil belajar keterampilan sepakbola pada kelompok pendekatan pembelajaran taktis sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan perubahan yang signifikan. Artinya  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat peningkatan yang signifikan pada hasil belajar keterampilan sepakbola sesudah perlakuan dengan pendekatan pembelajaran taktis.

Pada kelompok pendekatan pembelajaran teknis nilai t tabel sebesar

2.262 sedangkan untuk t hitung diperoleh nilai 2.886 pada kelompok pendekatan pembelajaran teknis. Dengan demikian nilai t hitung > t tabel ( $2.886 > 2.262$ ) dengan nilai signifikansi  $0.442 > 0.05$  hasil uji rata-rata satu sampel berpasangan hasil belajar keterampilan sepakbola pada kelompok pendekatan pembelajaran teknis sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan perubahan yang signifikan.

Artinya  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat peningkatan yang signifikan pada hasil belajar keterampilan sepakbola sesudah perlakuan dengan pendekatan pembelajaran teknis, berdasarkan nilai rata-rata skor yang diperoleh pendekatan taktis lebih memberikan pengaruh yang signifikan dibandingkan pendekatan pembelajaran teknis.

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebagaimana diuraikan sebelumnya, simpulan umum yang didapat dikemukakan dari hasil penelitian ini adalah proses pendekatan pembelajaran dan

kebugaran jasmani memberikan pengaruh yang lebih besar dalam upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan sepakbola. Selanjutnya, berkaitan dengan pertanyaan dan hipotesis penelitian, secara khusus dapat dikemukakan beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Pendekatan pembelajaran taktis memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar keterampilan sepakbola.
2. Pendekatan pembelajaran teknis memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar keterampilan sepakbola.
3. Terdapat perbedaan antara pendekatan pembelajaran taktis dan pendekatan pembelajaran teknis terhadap hasil belajar keterampilan sepakbola. Namun Pendekatan pembelajaran taktis lebih memberikan pengaruh yang signifikan dari pada pendekatan pembelajaran teknis

Berdasarkan simpulan yang telah diuraikan, dapat disampaikan beberapa rekomendasi berkaitan dengan peningkatan hasil belajar keterampilan sepakbola melalui pendekatan pembelajaran dan kebugaran jasmani. Saran ini ditujukan kepada pihak yang berkepentingan dalam pendidikan, yaitu: Departemen Pendidikan, Instansi sekolah, para guru dan para peneliti selanjutnya. Beberapa rekomendasi tersebut sebagai berikut:

1. Bagi Departemen Pendidikan  
Kepada Departemen Pendidikan Kota Bandung untuk bekerjasama dengan instansi terkait untuk memanfaatkan temuan dalam penelitian ini dengan cara mensosialisasikannya kepada para guru melalui penataran atau pelatihan, agar mereka memiliki pengetahuan dan kemampuan tentang penerapan pendekatan pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran.

## 2. Bagi Para Guru

- a. Pada dasarnya untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran dapat diterapkan berbagai pendekatan yang ada dengan mengacu pada materi pengajaran yang akan disampaikan. Dalam kaitannya dengan pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan pendekatan pembelajaran taktis karena terbukti mampu meningkatkan keterampilan sepakbola siswa.
  - b. Bagi para guru yang ingin menerapkan pendekatan pembelajaran taktis sebaiknya dilakukan pada kelas-kelas tertentu.
  - c. Dalam menggunakan pendekatan pembelajaran taktis, guru hendaknya melakukan persiapan yang lebih baik dan matang, terutama dalam menyusun materi yang jelas dan terstruktur, sehingga dapat mudah dipahami oleh siswa.
  - d. Guna mencapai hasil belajar keterampilan sepakbola yang baik, disarankan bagi guru penjas dapat memilih pendekatan pembelajaran yang efektif, mampu menggunakan fasilitas, dan waktu yang sangat terbatas serta mampu memotivasi siswa yang kurang berbakat. Dengan cara demikian, maka siswa akan mencapai hasil belajar keterampilan sepakbola yang maksimal.
3. Bagi Para Peneliti Selanjutnya

Berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan dalam mengembangkan hasil belajar keterampilan sepakbola, masih diperlukan penelitian-penelitian lanjutan baik bersifat pengembangan maupun kedalamannya.

Oleh karena itu, rekomendasi yang disampaikan bagi peneliti selanjutnya adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan ini, ruang lingkupnya masih terbatas pada siswa

- dari lingkungan SMA Labschool UPI Kota Bandung. Oleh karena itu masih terbuka untuk dilakukan penelitian dengan mengambil sampel dari siswa yang berada di daerah perkotaan atau di daerah lainnya.
2. Ruang lingkup penelitian ini hanya pada tingkat SMA/ MA, sehingga masih terbuka untuk diadakan penelitian lanjutan yang dihubungkan dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi atau lebih rendah.
  3. Perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai pendekatan pembelajaran yang dapat memberikan pengaruh dalam perkembangan olahraga, dengan lebih memperluas ruang lingkup penelitian seperti pada aspek fisik, psikologis, iptek, sosial dan budaya agar hasil yang diharapkan bisa tercapai dengan tepat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dimiyati dan Mudjiono. (2009) *Belajar dan Pembelajaran* Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*, bandung : FPOK
- Tarigan, Beltasar. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Sepak Bola: Konsep dan Metode*. Jakarta: Depdiknas.