Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 5 Nomor 1 Bulan 5 Tahun 2025
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
https://ejournal.cahayailmubangsa.institute/index.php/jayabamajournal

PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN TERHADAP HASIL BELAJAR SEPAK BOLA

Handy Akbar Anugrah[1], Dony Andrijanto[2]
Prodi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi,
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya
Email : handy.21076@mhs.unesa.ac.id[1], donyandrijanto@unesa.ac.id[2]

ABSTRAK

Pendekatan bermain merupakan pendekatan pembelajaran yang menjadikan permainan sebagai inti dalam proses pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penerapan pendekatan bermain terhadap hasil belajar sepak bola siswa kelas X SMAN 18 Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quansi-experiment*). Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *one grup pre-test post-test*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X-6 SMAN 18 Surabaya dengan jumlah 32 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengerjaan soal pengetahuan dan praktek gerakan mengumpan, mengontrol, dan mendribel bola. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, uji normalitas, dan uji *wilcoxon signed ranks test*. Berdasarkan uji non-parametrix *wilcoxon signed ranks test* untuk data *pre-test - post-test* pada aspek pengetahuan tidak menunjukkan perbedaan secara signifikan hasil belajar sepakbola sebelum dan sesudah diberikannya penerapan pendekatan bermain dengan hasil signifikansi 0,745 yang berarti Ho diterima dan Ha ditolak, sedangkan hasil belajar sepak bola pada aspek keterampilan menunjukan adanya perbedaan secara signifikan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pendekatan bermain dengan hasil signifikansi 0,000 yang dapat diartikan Ho ditolak dan Ha diterima. Berdasarkan hasil perhitungan persentase peningkatan menujukkan penerapan pendekatan bermain terhadap hasil belajar sepak bola menghasilkan peningkatan sebesar 1,43 % yang berarti rendah pada aspek pengetahuan dan 3,84% yang berarti rendah pada aspek keterampilan.

Kata Kunci: Pendekatan Bermain, Hasil Belajar, Sepak Bola

Article History
Received: Mei 2025
Reviewed: Mei 2025
Published Mei 2025

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Jayabama.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Jayabama

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

ABSTRACT

The play approach is a learning approach that makes play the core of the learning process. The purpose of this study was to determine the effect of implementing the play approach on the learning outcomes of class X students of SMAN 18 Surabaya. This study uses a quantitative approach and the method used in this study is a quasi-experiment. The design used in this study is one group pre-test post-test. The sample in this study was 32 class X-6 students of SMAN 18 Surabaya. The data collection technique was carried out by working on knowledge questions and practicing the movements of passing, controlling, and dribbling the ball. The data analysis technique for this study used descriptive analysis, normality test, and Wilcoxon test. Based on the non-parametric Wilcoxon signed ranks test for pre-test - post-test data on the knowledge aspect, there was no significant difference in football learning outcomes before and after the application of the playing approach with a significance result of 0.745, which means Ho is accepted and Ha is rejected, while the football learning outcomes on the skills aspect showed a significant difference before and after the application of the playing approach with a significance result of 0.000, which means Ho is rejected and Ha is accepted. Based on the results of the calculation of the percentage increase, it shows that the application of the playing approach to football learning outcomes resulted in an increase of 1.43%, which means low in the knowledge aspect and 3.84%, which means low in the skills aspect.

Keywords: *Playing approach, Learning outcomes, Football*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan segala sesuatu yang dapat mempengaruhi perubahan, perkembangan, maupun kondisi setiap manusia (Busthan, 2022). Pendidikan pada dasarnya bertujuan untuk membentuk suasana pembelajaran yang nyaman dan menyenangkan secara sadar dan juga terencana, baik untuk peserta didik maupun untuk guru itu sendiri. Selain itu pendidikan juga dapat membangun dan mengembangkan potensi peserta didik, baik dari segi, kontrol diri, kepribadian, kedisiplinan, maupun dalam segi akhlak dan keterampilan yang nantinya dapat dipergunakan untuk dirinya sendiri ataupun di dalam kehidupan bermasyarakat. Sedangkan, olahraga pendidikan adalah suatu hal yang menjadi landasan yang mampu dipergunakan dalam upaya meningkatkan keterampilan dan kemampuan gerak secara teratur dan berkelanjutan khususnya di bidang olahraga (Bangun, 2016). Olahraga di sekolah berperan sebagai sebuah sarana yang memiliki peran vital di dalam mencapai tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Berdasarkan Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas pasal 37 dicantumkan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan suatu mata pelajaran wajib mulai dari tingkatan pendidikan dasar (SD) sampai dengan tingkat menengah atas (SMA/SMK).

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah suatu kegiatan belajar mengajar dengan aktivitas fisik yang dirancang untuk mengembangkan keterampilan gerak, meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan pengetahuan dan mengenalkan pola hidup

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 5 Nomor 1 Bulan 5 Tahun 2025
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
https://ejournal.cahayailmubangsa.institute/index.php/jayabamajournal

sehat yang diimbangi dengan sikap positif dan kecerdasan emosi yang baik (Mustafa, 2022). Dengan adanya pembelajaran PJOK diharapkan mampu memantik perkembangan dan pertumbuhan jasmani peserta didik, baik dalam segi mental, emosi, serta keterampilan gerak yang baik. Selain itu untuk memaksimalkan penyampaian materi, lingkungan belajar juga harus diatur dengan baik agar dapat mencapai tujuan dalam meningkatkan seluruh aspek jasmani yang meliputi aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral setiap peserta didik (Muhammad et al., 2021). Salah satu upaya guna meningkatkan keseluruhan aspek-aspek tersebut adalah melalui pembelajaran sepak bola. Melalui kurikulum Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJOK), pembelajaran sepak bola masuk dalam materi permainan bola besar yang disampaikan selama tiga kali pertemuan dalam satu semester dengan waktu 2x45 menit untuk setiap pertemuannya pada jenjang SMA.

Pendekatan bermain merupakan salah satu bentuk atau cara pendekatan yang mempunyai tujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak motorik peserta didik yang didesain di dalam sebuah bentuk permainan (Mahardika, 2021). Selain untuk meningkatkan kemampuan gerak yang dimiliki peserta didik, pendekatan bermain juga dapat digunakan sebagai salah satu upaya dalam mengatasi kejenuhan yang dialami peserta didik yang kerap kali terjadi di dalam sebuah proses pembelajaran. Penggunaan metode *drilling* secara berulang–ulang juga menjadikan pembelajaran cederung monoton dan kurang menarik selama proses belajar mengajar berlangsung, sehingga peserta didik acap kali kesulitan dalam memahami materi dan kurang bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Dengan diterapkannya pendekatan bermain peserta didik akan diberikan keleluasaan untuk mengekspresikan minatnya terhadap tujuan pembelajaran yang sudah ditetapkan oleh guru sebelumnya melalui aktivitas permainan (Firnanda & Andrijanto, 2024).

Berdasarkan uraian diataslah yang membuat peneliti tergerak untuk melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Pendekatan Bermain Terhadap Hasil Belajar Sepak Bola" yang diharap dapat menjadi solusi dari permasalahan yang dijumpai guru pada saat pembelajaran dan dapat memunculkan solusi untuk memberikan peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi sepak bola.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan peneliti di dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan eksperimen semu (*quansi-experiment*) dikarenakan penelitian ini hanya memenuhi hal hal yakni, perlakuan dan ukuran keberhasilan (Maksum, 2018). Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu *One Grup Pretest-Posttest Design*. Peneliti akan melakukan penelitian sebanyak 3 kali pertemuan, pada pertemuan pertama guna mengetahui kemampuan awal peserta didik maka akan dilakukan pretest, kemudian pada pertemuan kedua peserta didik diberikan treatment pembelajaran, dan pada pertemuan ketiga

peserta didik melakukan post-test untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang sudah diberikan pada pertemuan sebelumnya. Penelitian dilakukan di SMAN 18 Surabaya menggunakan sampel penelitian kelas X-6 dengan jumlah 32 peserta didik. Pada penelitian ini hasil belajar sepak bola di peroleh dari akumulasi nilai pengetahuan dan nilai hasil tes keterampilan sepak bola. Proses olah data dalam penelitian akan melalui tahapan pengujian dan perhitungan yaitu melakukan perhitungan deskriptif, uji normalitas *Shapiro-Wilk*, uji beda *Wilcoxon Signed Rank Test*, dan perhitungan persentase peningkatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berikut merupakan hasil penelitian dari penggunaan metode pendekatan bermain dalam pembelajaran sepak bola pada kelas X-6 SMAN 18 Surabaya. hasil data yang disajikan merupakan data yang telah dikumpulkan dari hasil belajar peserta didik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau treatment. Dalam proses analisis data peneliti memilih untuk menggunakan bantuan software SPSS (*Statistical Pakckage Social Science*), berikut merupakan hasil data yang diperoleh:

1. Deskripsi Data

Data diperoleh dari hasil tes pengetahuan dan keterampilan sepak bola. Data ini merupakan hasil distribusi data *pre-test* dan *post-test* yang di dalamnya terdapat mean, standar deviasi, skor terendah dan skor tertinggi. Deskripsi data dijabarkan sebagai berikut:

a. Distribusi Data Hasil Belajar Pengetahuan

Tabel 1. Data Hasil Belajar Pengetahuan

Variabel	N	Mean	SD	Varian	Min	Max
Pre-test Pengetahuan	32	65.31	15.859	251.512	40	100
Post-test Pengetahuan	32	66.25	12.115	146.774	50	90

Paparan tabel menunjukkan nilai *pre-test* pada aspek pengetahuan menghasilkan mean sebesar 65.31, standar deviasi 15.859, varian sebesar 251.512, skor minimal 40 dan skor maksimal 100. Sedangkan, nilai *post-test* pada aspek pengetahuan menghasilkan mean atau nilai rata-rata sebesar 66.25, standar deviasi 12.115, varian 146.774, skor minimal 50 dan skor maksimal 100.

b. Distribusi Data Hasil Belajar Keterampilan

Tabel 2. Data Hasil Belajar Keterampilan

Variabel	N	Mean	SD	Varian	Min	Max
Pre-test Keterampilan	32	69.63	7.820	61.145	58	89
Post-test Keterampilan	32	73.47	7.687	59.096	62	91

Paparan tabel menunjukkan nilai *pre-test* pada aspek keterampilan menghasilkan mean atau nilai rata-rata sebesar 69.63, standar deviasi 7.820, varian 61.145, skor minimal 58 dan skor maksimal 89. Sedangkan, nilai *post-test* pada aspek keterampilan

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 5 Nomor 1 Bulan 5 Tahun 2025
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
https://ejournal.cahayailmubangsa.institute/index.php/jayabamajournal

menghasilkan nilai rata-rata sebesar 73.47, standar deviasi 7.687, varian 59.096, skor minimal 62 dan skor maksimal 91.

2. Analisis Data

a. Uji Normalitas (*Shapiro-Wilk*)

Tabel 3. Data Hasil Uji Normalitas

Variabel	statistik	DF	Sig	Kesimpulan
Pre-test Pengetahuan	.896	32	.005	Tidak Normal
Post-test Pengetahuan	.858	32	.001	Tidak Normal
Pre-test Keterampilan	.938	32	.064	Normal
Post-test Keterampilan	.938	32	.067	Normal

Berdasarkan tabel, dapat diketahui hasil *pre-test* pengetahuan terdapat nilai signifikansi 0,005, pada post-test pengetahuan terdapat nilai signifikansi 0,001, pada *pre-test* keterampilan terdapat nilai signifikansi 0,064, dan pada *post-test* keterampilan terdapat nilai 0,067. Dikarenakan terdapat dua data yang tidak berdistribusi secara normal karena memiliki nilai signifikansi dibawah 0,05 maka tahap selanjutnya yaitu melakukan uji nonparametrik *wilcoxon signed rank test*.

b. Uji Hipotesis (*Wilcoxon Signed Rank Test*)

Tabel 4. Data Hasil Uji Hipotesis

Aspek	Variabel	Z	*Asymp. Sig. (2-tailed)*
Pengetahuan	*Pre-test - Post-test*	-3.678	0.745
Keterampilan	*Pre-test - Post-test*	-.326	0.000

Paparan tabel menunjukkan nilai *pre-test – post-test* pada aspek pengetahuan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.745 < 0.05 sehingga Ha ditolak dan H0 diterima. Kemudian, nilai *pre-test – post-test* pada aspek keterampilan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 > 0.05 sehingga Ha diterima dan H0 ditolak.

c. Peningkatan

Tabel 5. Data Hasil Perhitungan Peningkatan

No	Variabel	Nilai	Peningkatan
1	Pengetahuan	$\frac{66{,}25 - 65{,}31}{65{,}31} X\ 100\%$	1,43 %
2	Keterampilan	$\frac{73{,}47 - 69{,}63}{69{,}63} X\ 100\%$	3,84%

Berdasarkan tabel, bisa diketahui ada peningkatan hasil belajar sepak bola pada aspek pengetahuan sebesar 1,43%, sedangkan pada aspek keterampilan sebesar 3,84%

Pembahasan

Berdasarkan data penelitian yang telah dikumpulkan dari dilakukannya tes awal dan tes akhir dengan menerapkan pendekatan bermain terhadap hasil belajar sepakbola Peserta didik kelas X SMAN 18 Surabaya tahun 2025, menghasilkan peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi sepakbola. Dari hasil 32 sampel yang diberikan perlakuan menyatakan adanya perbedaan yang signifikan terhadap perhitungan nilai *pre-test* dan *post-test* hasil belajar peserta didik pada aspek keterampilan, sedangkan pada aspek pengetahuan tidak ada perbedaan secara signifikan meskipun nilai peserta didik mengalami peningkatan sebesar 1,43%. Perbedaan tersebut dibuktikan dengan hasil perhitungan uji *wilcoxon signed rank test* dikarenakan distribusi data tidak normal, hasil perhitungan menunjukan nilai pada aspek pengetahuan sebesar 0,745 yang dapat diartikan tidak ada perbedaan secara signifikan sebelum dan setelah diberikannya perlakuan, sedangkan pada aspek keterampilan menunjukkan hasil 0,000 yang mengungkapkan ada perbedaan secara signifikan terhadap hasil belajar peserta didik sebelum dan setelah diberikan perlakuan dengan peningkatan yang sebesar 3,84%.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Zulfiyantono & Hidayat, 2018) menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penerapan pendekatan bermain terhadap hasil belajar servis atas bola voli. Pada penelitian tersebut hasil belajar peserta didik dalam aspek keterampilan dan pengetahuan meningkat secara signifikan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini pada hasil belajar keterampilan yang menunjukkan peningkatan secara signifikan namun pada hasil belajar pengetahuan berbanding terbalik dikarenakan pada penelitian ini tidak menunjukkan peningkatan hasil belajar yang signifikan.

Hasil belajar dapat meningkat ataupun menurun, faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar digolongkan menjadi dua yaitu faktor internal yang terdiri dari faktor psikologis dan fisiologis, serta ada faktor eksternal yaitu metode atau pendekatan pembelajaran (Indriawati & Nugroho, 2017). Pemilihan pendekatan pembelajaran yang sesuai diperlukan oleh guru supaya peserta didik mampu dengan cepat memahami dan menguasai materi yang diajarkan. Lebih lanjut yang terpenting di dalam suatu proses pembelajaran adalah peserta didik merasakan kesenangan selama pembelajaran berlangsung. Model pendekatan pembelajaran yang di harap dapat menjadi pemecah masalah tersebut adalah melalui penggunaan pendekatan bermain. Pendekatan bermain suatu model pendekatan melalui permainan untuk menciptakan suasana yang tidak membosankan dalam pembelajaran PJOK, sehingga dengan penggunaan pendekatan bermain mampu membuat peserta didik untuk lebih aktif dan gembira pada waktu pembelajaran berlangsung khususnya pada materi sepak bola.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang ditemukan selama proses penelitian berlangsung. Pertama, kurangnya sarana dan prasarana yang digunakan pada saat pengambilan data dan pemberian perlakuan. Kedua, alokasi waktu yang digunakan selama satu kali pertemuan adalah 2x45 menit yang kemudian terpotong selama 10-20 menit karena digunakan untuk kegiatan pembiasaan pagi di sekolah. Ketiga, rentang waktu penelitian yang relatif singkat yaitu tiga kali pertemuan. Menurut peneliti ketiga hal tersebut bisa menjadi penyebab atau alasan mengapa terdapat variabel yang tidak mengalami peningkatan hasil belajar secara signifikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini yang membahas pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar sepak bola, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 5 Nomor 1 Bulan 5 Tahun 2025
ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514
https://ejournal.cahayailmubangsa.institute/index.php/jayabamajournal

1. Terdapat pengaruh secara signifikan penerapan pendekatan bermain terhadap hasil belajar peserta didik pada materi sepak bola dalam aspek keterampilan yang dibuktikan dengan nilai sig 0,000 > 0,05, sedangkan dalam aspek pengetahuan tidak terdapat pengaruh secara signifikan karena nilai sig 0,05 < 0,745.
2. Terdapat pengaruh penerapan pendekatan bermain terhadap hasil belajar sepak bola peserta didik pada aspek keterampilan dan aspek pengetahuan namun peningkatan yang dihasilkan tergolong rendah. Pada aspek keterampilan menghasilkan peningkatan sebesar 3,83% dan pada aspek pengetahuan sebesar 1,43%.

DAFTAR PUSTAKA

Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, *6*(3). https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270

Busthan, A. (2022). *FILSAFAT PENDIDIKAN Sebuah Pengantar Awal*.

Firnanda, A. P., & Andrijanto, D. (2024). Pengaruh Permainan Kecil terhadap Partisipasi Aktif Siswa dalam Pembelajaran PJOK di SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *8*(1), 1869–1875.

Indriawati, B. W., & Nugroho, D. (2017). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat. *1*, 38–49.

Mahardika, W. (2021). Peningkatan Hasil Belajar Futsal Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Surakarta Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Mitra Swara Ganesha*, *8*(1), 11–18.

Maksum, A. (2018). Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. *Unesa University Press*, 298.

Muhammad, H. N., Kumaat, N. A., Wicahyani, S., & Fathir, L. W. (2021). Diseminasi Fun Physical Fitness Training untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Keseharan (PJOK). *Jurnal Abdidas*, *2*(6), 1338–1344. https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i6.486

Mustafa, P. S. (2022). Peran Pendidikan Jasmani untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *8*(9), 68–80. https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984

Zulfiyantono, sulaiman I. H., & Hidayat, T. (2018). Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Hasil Belajar Servis Atas Bolavoli (Studi Pada Siswa Kelas VIII MTs Negeri Terate Sumenep). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 06 Nomor 02*, 423–431.