

## **PENERAPAN *ONE BIG VS TWO SMALL* TERHADAP HASIL BELAJAR *DRIBBLING* SEPAKBOLA**

**Chintia Trinanda Wijaya\*, Gatot Darmawan**

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

\*chintiawijaya16060464140@mhs.unesa.ac.id

### **Abstrak**

Belajar merupakan aktivitas yang tidak dapat dipisahkan dengan manusia. Kehidupan di zaman yang modern saat ini, seseorang mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi, untuk memenuhi kebutuhan rasa ingin tahu yang tinggi tersebut seseorang perlu belajar. Belajar dapat dilaksanakan melalui proses pembelajaran di sekolah. Penggunaan model pembelajaran sangat berpengaruh dengan hasil belajar. *One Big vs Two Small* merupakan salah satu jenis *Small Sided Games* yang ada di dalam permainan sepakbola yang dapat dilakukan dalam proses pembelajaran. Penggunaan ukuran lapangan yang lebih kecil daripada lapangan sepakbola, yang tidak mengurangi ruang gerak peserta didik dalam melakukan aktivitas pembelajaran PJOK. Dalam *One Big vs Two Small* yang berbeda dengan jenis *Small Sided Games* yang lainnya adalah jumlah dan ukuran gawang yang digunakan dalam permainannya. Gawang yang digunakan sejumlah 2 gawang kecil dan 1 gawang besar. Jumlah pemain yang ada dalam permainan ini dapat menyesuaikan dengan jumlah peserta didik yang ada dalam satu kelompok belajar. Tujuan dari permainan ini adalah meningkatkan kemampuan keterampilan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang cepat untuk melewati lawan dan membawa bola ke arah yang dituju. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan *One Big vs Two Small* terhadap hasil belajar *dribbling* sepakbola di kelas XI SMA Negeri 1 Driyorejo. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif, desain penelitian *two group pre-test post-test design*. Proses pengambilan data dengan tes keterampilan dan tes pengetahuan. Menurut hasil analisis statistik dapat diketahui terdapat pengaruh penerapan *One Big vs Two Small* terhadap hasil belajar *dribbling* sepakbola. Memiliki nilai signifikansi dengan besar  $0,000 < 0,05$  yang bisa dikatakan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Besarnya pengaruh pemberian penerapan *One Big vs Two Small* terhadap hasil belajar siswa pada materi *dribbling* sepakbola sebesar 79 %.

**Kata Kunci:** *one big vs two small*, sepakbola, *dribbling*

### **Abstract**

Learning is an activity that cannot be separated from humans. In These modern times, people are curious, and to satisfy their curiously, they need to learn. Learning can be done through the learning process at school. The use of learning models is very influential with learning outcomes. *One Big vs Two Small* is one type of *Small Sided Games* in football. The most prominent difference between *One Big vs Small* with other game in is the adjustable size of the field to the available space. Besides, game rules can be simplified. Therefore the students are not restricted with the field size and rules. Other differences between *One Big vs Two Small* and other types of *Small Sided Games* are the number and size of the goalpost in the game. The goalpost used are 2 small ones and 1 big one. The number of players in this game can also be adjusted to the number of students in the group. The aim of this game is to improve the run and pass skill with fast movements to pass the opponent and bring the ball to the target. This study aims to determine the effect of *One Big vs Two Small* implementation in learning football *dribbling* in class XI of SMA Negeri 1 Driyorejo. This research is an experimental research with quantitative approach, two group pre-test post-test design. The methods used in collecting data are skills tests and knowledge tests. According to the results of statistical analysis, it can be seen that there is an effect of the application of *One Big vs Two Small* to the results of learning football *dribbling*. It has a significance value of  $0,000 < 0,05$  Therefore,  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected. The magnitude of the effect of *One Big V Two Small* to the completeness of student learning in football *dribbling* material is 79%.

**Keywords:** *one big vs two small*, football, *dribbling*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses pembelajaran oleh peserta didik agar mendapatkan ilmu, baik ilmu pengetahuan, keterampilan, sosial, spiritual hingga kepribadian. Kebutuhan hidup manusia tidak bisa lepas dari pendidikan, pendidikan pada umumnya dilakukan di sekolah-sekolah yang telah disediakan oleh pemerintah. Pendidikan merupakan suatu program yang dirancang pemerintah secara berkelanjutan dan terstruktur dari jenjang TK hingga Perguruan Tinggi, hal ini juga ditegaskan oleh Sarid (2017), "*Education is a continuous practice consisting of purposively structured learning processes aimed at the realisation of ends that are consciously derived from a certain conception of the 'good'*". Kegiatan yang dilakukan terus menerus secara sistematis dalam setiap jenjang pendidikan memiliki suatu tujuan tertentu diantaranya meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM), salah satunya melalui pendidikan. Belajar merupakan aktivitas yang tidak dapat dipisahkan dengan manusia. Kehidupan di zaman yang modern saat ini, seseorang mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi, untuk memenuhi kebutuhan rasa ingin tahu yang tinggi tersebut seseorang perlu belajar. Kegiatan belajar dilakukan untuk mencari informasi terbaru atau mendalami materi yang ingin diketahui oleh seseorang. Belajar dan pendidikan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan, karena keduanya saling berhubungan. Perubahan perilaku hasil belajar bersifat terarah, positif dan aktif. Sedangkan proses belajar mengajar dengan segala interaksi di dalamnya disebut pembelajaran, adapun pembelajaran adalah kegiatan yang melalui proses tahapan perancangan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pembelajaran merupakan usaha yang dilakukan untuk memfasilitasi terjadinya proses belajar untuk peserta didik. Pembelajaran merupakan kegiatan yang disusun secara terperinci untuk membuat kegiatan belajar aktif yang menekankan pada penyediaan sumber belajar (Sumayana, 2015: 91). Di dalam proses pembelajaran di sekolah terdapat beberapa materi dan mata pelajaran yang harus dikuasai oleh peserta didik, termasuk Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Tujuan utama dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani adalah hal yang sangat penting dan harus diberikan kepada peserta didik, karena dengan memberikan kegiatan pendidikan jasmani yang terstruktur dapat menciptakan peserta didik untuk mengembangkan bakat, aktif dan pola hidup sehat. Dengan wujud pola hidup yang sehat merupakan salah satu langkah sebagai agen perubahan dalam kehidupan yang besar melalui PJOK hal ini ditegaskan oleh Balan (2012), "*Physical education plays a major role in young people's*

*education, being considered as "priority area of human formation and evolution"*. Maka hal ini menegaskan bawasannya PJOK mempunyai peran yang besar dalam kehidupan, perkembangan dan perubahan. PJOK yang merupakan salah satu pembelajaran yang diajarkan di sekolah memiliki peran penting, PJOK salah satu pembelajaran yang kerap melakukan aktivitas fisik. Banyak manfaat yang didapat dalam pelaksanaan PJOK hal ini ditegaskan oleh Hastie (2014), "*The benefits of sport education participation include an increased investment in physical education, an increased level of learning in games units, and increased opportunities for potentially marginalized students*". Dalam rangka untuk mencapai tujuan sistem pendidikan Nasional, PJOK sendiri terdiri dari beberapa materi dan kompetensi dasar yang harus dicapai oleh peserta didik. Salah satu kompetensi dasar dalam PJOK adalah permainan bola besar salah satunya yang ada di dalamnya yaitu sepakbola.

Cabang olahraga sepakbola dapat dimainkan dengan semua orang tidak mengenal jenis kelamin semua dapat bermain sepakbola yang ditegaskan oleh Bravo-Sanchez, *et al.*, (2017), "*Soccer (football) is one of the most popular team sports worldwide and is played by both men and women*". Dalam teknik yang harus dikuasai dalam sepakbola diantaranya *passing, control, shooting, heading, dribbling, tackling, throw-in dan goal keeper* (Bulqini. dkk, 2016:19). Dalam sepakbola ada beberapa cara untuk meningkatkan keterampilan seseorang salah satunya penggunaan model *small sided games* yang berfokus pada teknik perorangan yang tidak membutuhkan lapangan yang luas dan peraturan yang sederhana. Menurut Komarudin (2013), "*Small sided games* sepakbola merupakan model latihan atau aktivitas permainan dalam sepakbola dengan penyederhanaan ukuran lapangan yang lebih kecil dari ukuran lapangan sepakbola yang sebenarnya".

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan penulis pada tanggal 9 September 2019 dengan salah satu guru PJOK di SMA Negeri 1 Driyorejo yaitu bapak M. Thurham, S.Pd., M.Pd yang dilakukan di SMA Negeri 1 Driyorejo, berdasarkan identifikasi masalah yang ada di sekolah tersebut diantaranya model pembelajaran yang kurang efektif dengan kondisi sekolah kurang luas karena tempat yang digunakan untuk melaksanakan proses pembelajaran dibagi menjadi 3 kelas di waktu yang sama. Model pendekatan yang digunakan untuk meningkatkan rasa senang dan ingin melakukan aktivitas gerak sangat berpengaruh untuk sebuah pencapaian indikator dalam pembelajaran. Dari uraian tersebut maka peneliti memberikan alternatif penyelesaian permasalahan dengan penerapan *one big vs two small* untuk

meningkatkan hasil belajar *dribbling* sepakbola siswa kelas XI SMA Negeri 1 Driyorejo.

### METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara variabel (Maksum, 2018: 79). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Randomized Control Group Pretest-Posttest design*. Desain dari *Randomized Control Group Pretest-Posttest design* ini relatif mendekati sempurna, mengingat ada kelompok kontrol, ada perlakuan, subjek ditempatkan secara acak, dan adanya *pre-test pos-test* untuk memastikan efektivitas perlakuan yang diberikan. Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah 4 (empat) kali pertemuan dengan durasi 2x45 menit tiap pertemuan. Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Driyorejo.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Driyorejo. Terdapat 10 kelas XI. Pada penelitian ini menggunakan jenis *cluster random sampling*, pemilihan sampel bukan berupa individu melainkan kelompok atau area yang kemudian disebut cluster (Maksum, 2018: 67). Dengan cara melakukan undian dengan guru PJOK kelas XI, kelas eksperimen dan kelas kontrol sebagai penentuan, adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu kelompok eksperimen kelas XI IPA 1 dengan jumlah sebanyak 36 siswa dan kelompok kontrol kelas XI IPS 1 jumlah siswa sebanyak 36. Instrumen penelitian ini menggunakan 2 item tes yaitu:

1. Tes keterampilan
2. Tes pengetahuan

Teknik analisis data menggunakan analisis rata-rata (mean), standar deviasi, uji varian, uji normalitas, uji homogenitas, uji beda dan persentase peningkatan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data akan disajikan berupa data yang telah diperoleh dari hasil penelitian tentang hasil belajar *dribbling* sepakbola. Berikut adalah hasil dari analisis data yang mewakili semua nilai dalam penelitian ini:

**Tabel 1. Deskripsi Data *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	Mean	Var	SD	Min	Max
Eksperimen <i>pre-test</i>	35.33	38.2	6.18	20	45
Eksperimen <i>post-test</i>	55.5	128	11.3	40	85
Kontrol <i>pre-test</i>	34.23	36.7	6.06	20	45
Kontrol <i>post-test</i>	48.16	63.0	7.94	35	75

Dari table 1 tersebut dapat diketahui hasil data *pretest* pengetahuan yang diperoleh dari tes *dribbling* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak jauh berbeda, namun setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen hasil yang diperoleh meningkat lebih signifikan dari pada hasil yang diperoleh oleh kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

**Tabel 2. Deskripsi Data *Pre-test* dan *Post-test* Keterampilan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	Mean	Var	SD	Min	Max
Eksperimen <i>pre-test</i>	41.33	36.7	5.82	31	58
Eksperimen <i>post-test</i>	74.00	39.1	7.64	60	92
Kontrol <i>pre-test</i>	39.3	54.8	7.40	27	56
Kontrol <i>post-test</i>	68.53	36.4	6.04	58	84

Dari tabel 2 tersebut dapat diketahui hasil data *pretest* keterampilan yang diperoleh dari tes *dribbling* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak jauh berbeda, namun setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen hasil yang diperoleh meningkat lebih signifikan dari sega *mean*, varian, standar deviasi, nilai minimal dan nilai maksimal dari pada hasil yang diperoleh oleh kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

**Tabel 3. Uji Normalitas Distribusi Pre-test dan Post-test Hasil Belajar Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	Tes	Sig	Keterangan
Eksperimen Pengetahuan	Pre-test	0.008	Tidak Normal
	Post-test	0.012	Tidak Normal
Kontrol Pengetahuan	Pre-test	0.003	Tidak Normal
	Post-test	0.010	Tidak Normal
Eksperimen Keterampilan	Pre-test	0.103	Normal
	Post-test	0.000	Tidak Normal
Kontrol Keterampilan	Pre-test	0.028	Tidak Normal
	Post-test	0.015	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui nilai Sig pada distribusi data diketahui normal atau tidak data tersebut. Selanjutnya akan dilakukan penghitungan uji beda, dengan adanya data tidak normal sehingga akan menggunakan uji *non-parametrik Wilcoxon* dan *Man-Whitney*.

**Tabel 4. Uji Beda Sejenis Data Pengetahuan dan Keterampilan Kelompok Eksperimen dan Kontrol**

Variabel	Kelompok	Peningkatan	Z	Sig
Pengetahuan	Eksperimen	79%	-4,7	0.000
	Kontrol	74,3%	-4,7	0.000
Keterampilan	Eksperimen	79%	-4,7	0.000
	Kontrol	74,3%	-4,7	0.000

Berdasarkan tabel di atas data pengetahuan kelompok eksperimen dan kontrol nilai signifikansi dari perhitungan uji beda sejenis. Analisis data diatas menunjukkan bahwa penerapan *one big vs two small* memiliki pengaruh terhadap hasil belajar *dribbling* sepakbola. Hasil dari penelitian sebelumnya oleh Hastari Pingky mengatakan bahwa penerapan *small sided games* dapat meningkatkan motivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran PJOK khususnya pada materi *dribbling* sepakbola. Penggunaan *small sided games* dapat dilaksanakan dalam sekolah dengan kondisi lahan yang sempit, dapat diterapkan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak peserta didik khususnya dalam materi *dribbling* sepakbola. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan model *small sided games* dapat meningkatkan faktor yang didapatkan dalam pembelajaran di sekolah, diantaranya meningkatkan hasil belajar keterampilan, pengetahuan dan motivasi. Pada pelaksanaan yang dilaksanakan saat penelitian yaitu peserta didik berantusias dalam mengikuti pembelajaran PJOK yang menggunakan model *One Big vs Two Small*,

penggunaan gawang yang berbeda dapat mengubah pola pikir peserta didik.

**PENUTUP**

**Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian maka dapat dikemukakan simpulan sebagai berikut:

1. Adanya pengaruh penerapan *One Big vs Two Small* terhadap hasil belajar *dribbling* sepak bola kelompok eksperimen baik pada ranah pengetahuan maupun ranah keterampilan ( $p < 0,05$ ). Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada kelompok eksperimen.
2. Besarnya pengaruh pemberian penerapan *One Big vs Two Small* terhadap ketuntasan belajar siswa pada materi *dribbling* sepakbola sebesar 79 %.

**Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti berharap dan juga memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi guru PJOK agar dapat memberikan pendekatan-pendekatan yang tepat untuk peserta didik agar lebih termotivasi dan semangat dalam mengikuti pembelajaran sepakbola.
2. Bagi peneliti agar tidak mudah berpuas diri dan lebih termotivasi lagi, serta apabila ingin melakukan penelitian lebih lanjut dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi serta semoga dapat melakukan penelitian dengan jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak.

**DAFTAR PUSTAKA**

Balan V. (2012). Physical Education-Longlife Learning Factor. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46: 1328-1332.

Bravo-Sanchez, A., Abian-Vicen, J., & Abian, P. (2017). Analysis of The Physical and Technical Differences Between 7-A-Side and 8-A-Side Game Modalities in Official Under 12 Soccer Matche. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 17(4): 545-554

Bulqini, A., Darmawan, G., Syafii, I., Widodo, A., Bawono, M.N., Indiarsa, N., Aryananda I.D.M., Prianto, D.A., dan Ridwan, M. (2016). *Sepakbola*. Surabaya: Unesa University Press

Hastie, P. (2014). Applied Benefits of The Sport Education Model. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 69(4): 24–26.

Komarudin. (2013). *Small Sided Games* Sebagai Sarana Untuk Mengembangkan Kemampuan Pengambilan Keputusan dalam Sepak Bola.

*Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1): 58-60.

Maksum, A. (2018). *Metode Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Sarid, A. (2017). A Theory of Education. *Cambridge Journal of Education*, 48(4): 479–494.

Sumayana, Y. (2015). Penggunaan Metode Index Card Match pada Mata Pelajaran IPS Pokok Bahasan Mengetahui Sejarah Uang. *Jurnal Mimbar Sekolah Dasar*, 2(1): 90-98.

