

ANALISIS TEKNIK PASSING DENGAN METODE PROBLEM BASED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN PERMAIN SEPAK BOLA PADA MAHASISWA PJKR B 2023

Nimrot Manalu¹, Talentia¹, Friskila Aryanti Lumban¹, Batul Daniel Simanjuntak¹, Jeremia William Isiprasa Sipayung¹

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Medan
Email: nimrot@unimed.ac.id, talentiargg@gmail.com, lumbanbatufriskila@gmail.com, danielsimanjuntak2069@gmail.com, jeremiasipayung316@gmail.com

Article History

Received: Apr 02, 2025

Revision: Apr 07, 2025

Accepted: May 20, 2025

Published: June 01, 2025

Sejarah Artikel

Diterima: 02 April 2025

Direvisi: 07 April 2025

Diterima: 20 Mei 2025

Disetujui: 01 Juni 2025

ABSTRACT

Soccer is a sport that requires team solidity to achieve a good game. This study aims to analyze the application of passing techniques through the Problem Based Learning (PBL) method in learning football for students of the Physical Education, Health and Recreation (PJKR) Study Program class B year 2023 at Medan State University. The research was conducted on Friday, February 18, 2025 at the Medan State University stadium with a qualitative approach. Data collection techniques include cognitive, affective, and psychomotor assessments. The research subjects were 32 PJKR B 2023 students. The results showed that the average student activity was 77.03%, with a learning activity completeness rate of 79%. The conclusion of this study shows that the application of the PBL method is able to increase learning activities and understanding of passing techniques in soccer, and encourage active participation of students in the learning process.

Keywords: Passing Technique, Soccer Ball, Student.

ABSTRAK

Sepak bola merupakan olahraga yang membutuhkan kesolidan tim untuk mencapai permainan yang baik. Penelitian ini bertujuan menganalisis penerapan teknik passing melalui metode Problem Based Learning (PBL) dalam pembelajaran sepak bola pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) angkatan B tahun 2023 Universitas Negeri Medan. Penelitian dilakukan pada Jumat, 18 Februari 2025 di stadion Universitas Negeri Medan dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data meliputi penilaian kognitif, afektif, dan psikomotorik. Subjek penelitian adalah 32 mahasiswa PJKR B 2023. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata aktivitas mahasiswa sebesar 77,03%, dengan tingkat ketuntasan aktivitas pembelajaran sebesar 79%. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode PBL mampu meningkatkan aktivitas belajar dan pemahaman teknik passing dalam sepak bola, serta mendorong partisipasi aktif mahasiswa dalam proses pembelajaran.

Kata Kunci: Teknik Passing, Sepak Bola, Mahasiswa.

©2025; **How to Cite:** Manalu, N., Talentia, T., Lumban, F. A., Simanjuntak, B. D., & Sipayung, J. W. I. (2025). ANALISIS TEKNIK PASSING DENGAN METODE PROBLEM BASED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN PERMAIN SEPAK BOLA PADA MAHASISWA PJKR B 2023. *JURNAL KELUARGA SEHAT SEJAHTERA*, 23(1). <https://doi.org/10.24114/jkss.v23i1.64703>

PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk melatih tubuh seseorang, baik secara jasmani ataupun rohani. Olahraga di kehidupan manusia pada umumnya sangat berpengaruh, karena dengan adanya olahraga manusia dapat meningkatkan kebugaran tubuh dan menjaga kesehatan. Selain untuk menjaga kondisi kebugaran tubuh, olahraga juga dapat digunakan sebagai ajang memperoleh prestasi, maka dari itu olahraga sangat membutuhkan perhatian dan pembinaan. Semua cabang olahraga membutuhkan kemampuan penguasaan teknik, taktik, strategi, mental, serta sarana dan prasarana penunjang dalam latihan maupun permainan. Cabang olahraga yg paling digemari dikalangan masyarakat pada saat ini yaitu sepakbola.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga permainan bola besar yang dimainkan secara beregu yang saling berhadapan dan membutuhkan kesolidan tim untuk memperoleh permainan yang bagus (Unnithan et al., 2017). Untuk menciptakan suatu permainan yang bagus dalam permainan sepakbola membutuhkan penguasaan teknik dasar sepakbola, teknik dasar permainan sepakbola antara lain yaitu passing (teknik mengoper bola), control (teknik menghentikan bola), dribbling (teknik menggiring bola), shooting (teknik menendang atau menembak bola dengan keras ke gawang lawan), heading (teknik menyudul bola), intercepting (teknik merebut bola), sliding tackle (teknik menyapu bola), throw in (teknik lemparan ke dalam), goal keeping (teknik menangkap bola), dan juggling (teknik menimang bola untuk melatih kontrol bola) (Indarto, 2019). Karena kemampuan teknik dasar sepakbola adalah modal utama seseorang untuk bermain sepakbola, maka untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas di dalam prestasi permainan sepakbola, permasalahan teknik menjadi faktor penentu permainan sepakbola (Soniawan & Irawan, 2018).

Dalam konteks pembelajaran sepak bola, teknik passing merupakan salah satu keterampilan fundamental yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Passing tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk

memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya, tetapi juga sebagai elemen kunci dalam membangun strategi permainan yang efektif. Menurut Utomo, N. P. (2021) passing merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola yang sangat kompleks atau penting yang sering kali dilakukan dalam permainan sepakbola dan sebagian besar permainan sepakbola dilakukan dengan passing.

Dunia pendidikan mengalami perkembangan seiring dengan perkembangan zaman. Berbicara tentang pendidikan tidak lepas dari kegiatan inti yang paling penting yaitu pembelajaran. Efektivitas pembelajaran sangat tergantung pada ketepatan strategi, model pembelajaran atau metode yang digunakan. Oleh karena itu, proses belajar mengajar disampaikan dengan menggunakan berbagai model pembelajaran, sehingga mempermudah peserta didik untuk memahami pembelajaran yang disampaikan agar peserta didik termotivasi untuk belajar maka perlu adanya penggunaan model pembelajaran yang mampu meningkatkan aktifitas belajar peserta didik dalam proses pembelajaran. Salah satu model pembelajaran yang mampu memotivasi peserta didik untuk belajar adalah dengan menerapkan model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) karena model pembelajaran ini lebih menekankan kepada aktivitas peserta didik mencari solusinya dan dapat memecahkan suatu masalah dalam kehidupan nyata. Problem Based Learning (PBL) merupakan pembelajaran yang berdasarkan pada masalah-masalah kontekstual, yang membutuhkan upaya penyelidikan dalam usaha memecahkan masalah (Hendriana, 2018).

Model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) ini merupakan sebuah model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik dengan cara menghadapkan para peserta didik dengan berbagai masalah yang dihadapi dalam kehidupan nyata dan peserta didik mencoba untuk memecahkan masalah tersebut. Dalam model ini pelajaran berfokus pada suatu masalah yang harus dipecahkan oleh peserta didik, sehingga peserta didik memiliki tanggung jawab untuk menganalisis

dan memecahkan masalah tersebut dengan kemampuan sendiri, sedangkan peran pendidik hanya sebagai fasilitator dan memberikan bimbingan kepada peserta didik (Wena, 2013).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan teknik passing melalui metode Problem Based Learning (PBL) dalam pembelajaran sepak bola, khususnya pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) angkatan B tahun 2023.

Metode PBL dipilih karena pendekatan ini mendorong mahasiswa untuk aktif berpartisipasi dalam proses belajar dengan memecahkan masalah nyata yang dihadapi dalam permainan. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya belajar teknik secara teori, tetapi juga menerapkannya dalam situasi permainan yang sebenarnya. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam melakukan teknik passing yang tepat dan efektif.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh data yang relevan mengenai efektivitas metode PBL dalam meningkatkan kemampuan teknik passing mahasiswa PJKR B 2023. Penelitian ini juga akan memberikan kontribusi terhadap pengembangan metode pembelajaran olahraga yang lebih inovatif dan aplikatif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Metode penelitian

kualitatif adalah pendekatan penelitian yang berfokus pada pemahaman mendalam tentang fenomena sosial, pengalaman manusia, dan proses-proses yang terjadi dalam konteks alamiah. Penelitian kualitatif berusaha untuk mengeksplorasi, mendeskripsikan, dan menginterpretasi makna dari pengalaman individu atau kelompok terhadap suatu fenomena. Dengan metode kualitatif peneliti dapat memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana metode Problem Based Learning mempengaruhi proses pembelajaran teknik passing sepak bola, mengidentifikasi praktik-praktik terbaik, serta mengembangkan strategi pengajaran yang lebih efektif. Penelitian ini di dilaksanakan pada Jumat, 18 Februari 2025 bertempat distadion Universitas Negeri Medan. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah penilaian kognitif ,efektif dan psikomotorik. Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah Subjek penelitian ini adalah seluruh mahasiswa PJKR B 2023 Universitas Negeri Medan dengan jumlah 32 mahasiswa menjadi sampel dalam penelitian ini.

HASIL

Hasil penelitian ini diperoleh melalui observasi hasil praktek mahasiswa PJKR B 2023. Hasil praktek pada materi Teknik Passing Sepak Bola disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Analisis Hasil Belajar Data Peserta Didik Siklus I Aspek Pengetahuan (Kognitif)

NO	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik	Kategori	Keterangan
1	90-100	9 orang	Sangat Baik	27 orang tuntas (84,3%) 5 orang tidak tuntas (15,6%)
2	79-89	12 orang	Baik	
3	68-78	6 orang	Cukup	
4	57-67	4 orang	Kurang	
5	0-56	1 orang	Sangat Kurang	

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 32 jumlah mahasiswa PJKR B 2023 yang mengikuti kegiatan praktek pembelajaran materi Teknik Passing dalam permainan sepak

bola pada aspek pengetahuan dengan jumlah 27 mahasiswa sudah mampu mencapai standar ketuntasan hasil belajar dengan persentase 84,3%. Hasil analisis belajar peserta didik aspek keterampilan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Analisis Hasil Belajar Data Peserta Didik Siklus I Aspek Keterampilan (Psikomotorik)

No	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik (%)	Kategori	Keterangan
1	90-100	4 orang	Sangat Baik	17 orang tuntas (53,1%)
2	79-89	10 orang	Baik	
3	68-78	3 orang	Cukup	
4	57-67	12 orang	Kurang	15 orang tidak tuntas (46,8%)
5	0-56	3 orang	Sangat Kurang	

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 36 jumlah peserta didik yang mengikuti kegiatan pembelajaran Teknik Passing dalam permainan sepak bola aspek keterampilan, 17 mahasiswa sudah mampu mencapai standar

ketuntasan hasil belajar dengan persentase 53,1% dan 15 mahasiswa yang belum mampu mencapai standar ketuntasan hasil belajar dengan persentase 46,8%.

Tabel 3. Analisis Hasil Belajar Data Peserta Didik Siklus II Aspek Sikap (Afektif)

No	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik	Kategori	Keterangan
1	90-100	12 orang	Sangat Baik	32 orang tuntas (93,7%)
2	79-89	7 orang	Baik	
3	68-78	9 orang	Cukup	
4	57-67	2 orang	Kurang	2 orang yang tidak tuntas (0,6%)
5	0-56	2 orang	Sangat Kurang	

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 32 jumlah mahasiswa PJKR B 2023 yang mengikuti kegiatan praktek pembelajaran materi Teknik Passing dalam permainan sepak bola pada aspek sikap yang meliputi

kerjasama, sportif, tanggung jawab dan semangat dengan jumlah mahasiswa yang sudah mampu mencapai standar ketuntasan hasil dengan persentase 93,7%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pada data aktivitas belajar dapat dinyatakan bahwa subjek penelitian ini adalah mahasiswa PJKR B 2023 berjumlah 32 orang berjalan dengan baik dimana pada hasil penelitian penerapan model pembelajaran PBL diperoleh rata-rata aktivitas mahasiswa PJKR B 2023 adalah 77,03%. Dengan hal tersebut maka dapat dinyatakan bahwa presentase aktivitas pembelajaran mahasiswa yang tidak tuntas adalah 21%. Peningkatan aktivitas belajar peserta didik dapat dipicu oleh adanya peningkatan kemampuan dalam memaknai materi yang diberikan. Proses pemberian materi oleh guru harus mampu mendorong peserta didik untuk aktif berpartisipasi. Aktivitas belajar yang berpusat pada peserta didik (student center) akan memudahkan peserta didik dalam menerima dan memahami informasi serta akan tersimpan atau memberikan lebih lama dalam ingatan peserta didik (Garnjost & Brown, 2018; Herwin et al., 2021; Katawazai, 2021).

Model pembelajaran Problem Based Learning (Pembelajaran Berbasis Masalah) memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengungkapkan gagasan secara eksplisit, memberi pengalaman yang berhubungan dengan gagasan yang telah dimiliki siswa (Amin et al., 2020; Malmia et al., 2019). Sehingga siswa terdorong untuk membedakan dan memadukan gagasan tentang fenomena yang menantang. Model pembelajaran PBL ini mendorong siswa dapat berfikir kreatif, imajinatif, refleksi, tentang model dan teori, mengenalkan gagasan-gagasan pada saat yang tepat, mencoba gagasan baru, mendorong siswa untuk memperoleh kepercayaan diri (A.Montepara et al., 2021; Sriwahyuni et al., 2020). Model pembelajaran ini sangat cocok diterapkan pada mata pelajaran PJOK, karena pada pembelajaran PJOK siswa dituntut aktif untuk berfikir kreatif, imajinatif dan yang lainnya. Kreativitas siswa sangat dituntut karena pada pembelajaran PJOK materinya

tidak bisa hanya dihafal, namun juga dipraktekkan.

Berdasarkan implementasi model pembelajaran PBL yang dilaksanakan diperoleh bahwa terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik pada aspek pengetahuan dan keterampilan. Temuan ini diperkuat dengan temuan penelitian sebelumnya menyatakan Problem Based Learning (PBL) merupakan suatu model pembelajaran untuk mengembangkan cara berpikir kritis peserta didik (Darwati & Purana, 2021; Kurniawan et al., 2020). Tahapan pada PBL yang memicu adanya peningkatan pada aspek ini adalah pengalaman belajar yang diberikan. Implikasi penelitian ini yaitu model PBL memberikan ruang bagi peserta didik untuk berkolaborasi melalui diskusi ternyata terdapat berpengaruh dalam meningkatkan aspek pengetahuan yang dimiliki setiap individu. Terdapat banyak model pembelajaran yang dapat dipilih untuk diterapkan guru sehingga meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta didik.

SIMPULAN

Berdasarkan implementasi model pembelajaran PBL yang dilaksanakan diperoleh bahwa terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik pada aspek pengetahuan dan keterampilan. Temuan ini diperkuat dengan temuan penelitian sebelumnya menyatakan Problem Based Learning (PBL) merupakan suatu model pembelajaran untuk mengembangkan cara berpikir kritis peserta didik (Darwati & Purana, 2021; Kurniawan et al., 2020). Tahapan pada PBL yang memicu adanya peningkatan pada aspek ini adalah pengalaman belajar yang diberikan. Implikasi penelitian ini yaitu model PBL memberikan ruang bagi peserta didik untuk berkolaborasi melalui diskusi ternyata terdapat berpengaruh dalam meningkatkan aspek pengetahuan yang dimiliki setiap individu. Terdapat banyak model pembelajaran yang dapat dipilih untuk

diterapkan guru sehingga meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta didik.

Ucapan terima kasih (Opsional)

Sebutkan pihak-pihak yang berkontribusi atau institusi yang membantu penelitian Anda. Penting untuk menyebutkan pihak-pihak yang membantu Anda dalam hal pendanaan, fasilitas penelitian, atau saran-saran yang berarti dalam penyempurnaan artikel Anda. Jika artikel Anda telah dipresentasikan dalam seminar atau konferensi, Anda juga dapat menyebutkan forumnya di bagian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Utomo, N. P., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87-94.
- Aprianova, F., & Hariadi, I. (2016). Metode drill untuk meningkatkan teknik dasar menggiring bola (dribbling) dalam permainan sepakbola pada siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro usia 13-15 tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 63-74.
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Hendriana, E. C. (2018). Pengaruh model pembelajaran problem based learning dan gaya belajar auditorial terhadap hasil belajar IPS di sekolah dasar. *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 3(1), 1-8.
- Maryati, I. (2018). Penerapan model pembelajaran berbasis masalah pada materi pola bilangan di kelas vii sekolah menengah pertama.
- Mosharafa: *Jurnal Pendidikan Matematika*, 7(1), 63-74.
- Pratiwi, I. (2022). Penerapan model problem based learning berbantuan audio visual untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan hasil belajar siswa. *Journal of Education Action Research*, 6(3), 302-308.
- Pradipta, I. K. Y. W., Astra, I. K. B., & Semarayasa, I. K. (2023). Implementasi Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan Hasil Teknik Shooting dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(3), 252-258.
- Tumanggor, M. (2021). Berfikir kritis: Cara jitu menghadapi tantangan pembelajaran abad 21. *Gracias Logis Kreatif*.
- Yasmini, I. G. K. (2021). Penerapan model pembelajaran Problem Based Learning untuk meningkatkan motivasi belajar IPA. *Journal of Education Action Research*, 5(2), 159-164.