

---

## Penerapan Bermain Sepak Bola Orientasi Mencetak Gol Berbasis Problem Base Learning pada Siswa

Erik Evenvinson<sup>1</sup> Ririn Handayani<sup>2</sup> Wendy Dwiyawati<sup>3</sup> Akhir Sulaiman Nasution<sup>4</sup>  
Nimrot Manalu<sup>5</sup>

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Medan, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>1,2,3,4,5</sup>

Email: [erickevenvinsonsaragih@gmail.com](mailto:erickevenvinsonsaragih@gmail.com)<sup>1</sup> [ririnh169@gmail.com](mailto:ririnh169@gmail.com)<sup>2</sup>

[wendydwiyawati@gmail.com](mailto:wendydwiyawati@gmail.com)<sup>3</sup> [akhirsulaimannst@gmail.com](mailto:akhirsulaimannst@gmail.com)<sup>4</sup> [nimrot@unimed.ac.id](mailto:nimrot@unimed.ac.id)<sup>5</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan bermain sepak bola dengan orientasi mencetak gol menggunakan pendekatan Problem Based Learning (PBL) pada siswa. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, yang masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini berjumlah 30 siswa. Data yang dikumpulkan mencakup hasil keterampilan bermain siswa dalam situasi permainan yang tekanan pencapaian gol serta aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Pengukuran dilakukan melalui tes performa bermain sepak bola yang fokus pada kemampuan mencetak gol dan lembar observasi untuk menilai partisipasi aktif siswa. Dalam penerapan pembelajaran, permainan disimulasikan dalam bentuk skenario small sided games seperti 3 vs 2 dan 4 vs 2, di mana jumlah pemain penyerang lebih banyak daripada pemain bertahan. Kondisi ini dirancang untuk memaksimalkan peluang mencetak gol dan melatih siswa dalam memanfaatkan keunggulan jumlah pemain saat menyerang. Siswa dilatih untuk menciptakan ruang, melakukan kombinasi passing, dan mengambil keputusan cepat dalam situasi keunggulan jumlah ini, sehingga keterampilan menyerang lebih terasah dibandingkan bertahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Problem Based Learning yang dikombinasikan dengan model permainan seperti 3 vs 2 dan 4 vs 2 mampu meningkatkan pemahaman taktis siswa dalam bermain sepak bola, khususnya dalam menciptakan peluang dan mencetak gol.

**Kata Kunci:** Problem Based Learning, Sepak Bola, Mencetak Gol, Keterampilan Menyerang, Pembelajaran Aktif



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh berbagai kalangan, termasuk siswa di sekolah. Dalam permainan sepak bola, kemampuan untuk mencetak gol menjadi tujuan utama yang harus dicapai oleh setiap tim. Untuk itu, penguasaan taktik dan teknik bermain, seperti menciptakan peluang, memanfaatkan ruang, serta kerja sama tim, sangat diperlukan agar serangan dapat berjalan efektif dan berakhir pada terciptanya gol. Namun dalam praktiknya, banyak siswa yang masih mengalami kesulitan dalam menerapkan strategi yang tepat untuk mencetak gol. Hal ini sering disebabkan oleh pembelajaran yang hanya fokus pada aspek teknis semata tanpa kejadiannya dengan situasi permainan yang sebenarnya. Metode pengajaran yang kurang menarik dan kurang menantang juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan siswa tidak sepenuhnya memahami bagaimana cara menciptakan peluang dan menyelesaikan serangan dengan baik. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah Problem Based Learning (PBL). PBL merupakan model pembelajaran yang menekankan pada penyelesaian masalah nyata yang dihadapi oleh siswa, sehingga mereka dilibatkan secara aktif dalam proses pembelajaran. Dengan pendekatan ini, siswa didorong untuk berpikir kritis,

memecahkan masalah yang berkaitan dengan situasi permainan sepak bola, seperti bagaimana menciptakan peluang dan mencetak gol, serta mengembangkan keterampilan kerja sama dalam tim. Menurut Hosnan dalam Prasetyo & Abduh (2021), PBL membantu siswa untuk belajar secara kontekstual dan mandiri, di mana mereka tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga belajar untuk bertanggung jawab atas proses belajarnya sendiri. Dalam konteks permainan sepak bola, PBL memberikan pengalaman belajar yang menantang karena siswa dihadapkan pada situasi permainan yang menyerupai kondisi nyata di lapangan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan bermain sepak bola dengan orientasi mencetak gol berbasis Problem Based Learning pada siswa. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan taktis dan teknis siswa dalam menciptakan peluang mencetak gol, serta membangun pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya kerja sama tim dan pengambilan keputusan dalam permainan sepak bola. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan metode pembelajaran olahraga, khususnya sepak bola, di lingkungan sekolah. Salah satu tujuan utama dalam permainan sepak bola adalah mencetak gol, yang merupakan indikator keberhasilan dari serangkaian proses taktik dan teknik yang dilakukan oleh tim. Untuk mencapai tujuan tersebut, pemain harus mampu menguasai berbagai keterampilan, seperti passing, dribbling, shooting, dan positioning. Namun, penguasaan teknik-teknik tersebut saja tidak cukup apabila tidak dibarengi dengan pemahaman tentang bagaimana memanfaatkan situasi permainan untuk menciptakan peluang mencetak gol. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang dapat mengintegrasikan aspek teknis dan taktis secara seimbang. Pada kenyataannya, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik dasar dalam situasi permainan yang sebenarnya, khususnya dalam konteks menciptakan dan menyelesaikan peluang mencetak gol. Hal ini sering kali disebabkan oleh metode pembelajaran yang cenderung monoton dan berpusat pada guru (teacher-centered), sehingga siswa hanya menjadi penerima informasi pasif tanpa dilibatkan secara aktif dalam proses belajar.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain sepak bola dengan fokus orientasi mencetak gol melalui pendekatan Problem Based Learning (PBL) dan sen. Metode ini dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Pendekatan ini dirancang untuk mendorong siswa memecahkan masalah dalam situasi permainan nyata yang berorientasi pada penciptaan peluang dan penyelesaian serangan untuk mencetak gol.

1. Subjek Penelitian. Subjek penelitian ini adalah 30 siswa dari salah satu sekolah negeri di Medan. Pemilihan subjek didasarkan pada kebutuhan untuk memahami sejauh mana penerapan Problem Based Learning dapat meningkatkan kemampuan bermain sepak bola yang fokus pada orientasi mencetak gol.
2. Desain Penelitian. Penelitian ini terdiri dari dua siklus yang masing-masing melibatkan beberapa tahap berikut:
  - a. Perencanaan:

Guru merancang skenario pembelajaran berdasarkan masalah yang mengacu pada situasi permainan sepak bola nyata. Rencana pembelajaran mencakup tujuan pembelajaran, skenario permainan yang menghasilkan peluang gol, serta penagasan kelompok untuk mengembangkan solusi taktis.

- b. Implementasi: Skenario permainan sepak bola berbasis masalah diterapkan dalam kegiatan pembelajaran. Siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil dan dihadapkan pada masalah nyata di lapangan, seperti bagaimana cara menciptakan ruang, membuka pertahanan lawan, dan menghasilkan peluang mencetak gol. Dalam proses ini, siswa didorong untuk berdiskusi, memutar strategi, dan langsung menerapkannya dalam bentuk permainan kecil (small sided games) yang dirancang oleh Siswa.
  - c. Observasi:  
Observasi dilakukan untuk mencatat aktivitas siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Guru mengamati keterlibatan siswa dalam proses pemecahan masalah, kerja sama tim, pengambilan keputusan, serta efektivitas strategi yang diterapkan untuk mencetak gol.
  - d. Refleksi: Guru bersama siswa melakukan refleksi terhadap hasil pembelajaran. Tahap ini digunakan untuk menyiarkan efektivitas pendekatan PBL dalam meningkatkan kemampuan taktis dan teknis siswa, khususnya dalam menciptakan peluang dan mencetak gol. Hasil refleksi digunakan sebagai dasar untuk perbaikan pada siklus berikutnya.
3. Pengumpulan Data. Data dikumpulkan menggunakan beberapa teknik berikut:
- a. Guru melakukan penilaian dari hasil permainan siswa yang dibuat secara kelompok, dan Siswa melakukan permainan sepak bola dengan fokus pada menciptakan peluang dan menyelesaikan serangan. Penilaian dilakukan berdasarkan kriteria seperti kemampuan menciptakan ruang, efektivitas passing dalam menyerang, kerja sama tim, dan penyelesaian akhir (finishing).
  - b. Lembar Observasi :Digunakan untuk mencatat keterlibatan siswa dalam diskusi kelompok, pengambilan keputusan saat bermain, dan partisipasi aktif dalam penerapan strategi pencetakan gol.
  - c. Kuesioner: Kuesioner diberikan kepada siswa untuk mengetahui persepsi mereka terhadap pembelajaran berdasarkan masalah yang telah diterapkan serta pemahaman mereka terhadap pentingnya taktik mencetak gol dalam permainan sepak bola.
4. Analisis Data. Data dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif . Analisis kuantitatif dilakukan dengan menghitung persentase keberhasilan siswa dalam tes unjuk kerja berdasarkan kriteria penciptaan peluang dan pencapaian gol. Sementara itu, analisis kualitatif dilakukan melalui evaluasi data dari lembar observasi dan kuesioner guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai keterlibatan siswa, kemampuan berpikir kritis, dan kerja sama dalam menyelesaikan permasalahan di lapangan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Setelah melaksanakan dua siklus penelitian tindakan kelas, kami memperoleh data yang menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam kemampuan siswa bermain sepak bola dengan fokus pada orientasi mencetak gol melalui pendekatan Problem Based Learning (PBL). Berikut ini hasil penelitian yang dirinci dalam beberapa aspek:

1. Peningkatan Kemampuan Mencetak Gol Siswa mengalami perkembangan positif dalam menciptakan peluang dan melakukan penyelesaian akhir (finishing). Data menunjukkan bahwa keberhasilan siswa dalam mencetak gol meningkat dari 55% pada siklus pertama menjadi 80% pada siklus kedua.
2. Pemahaman Taktik Bermain Siswa mulai mampu memahami prinsip-prinsip dasar dalam menciptakan peluang gol, seperti membuka ruang, melakukan kombinasi passing cepat, serta memilih waktu yang tepat untuk melakukan finishing. Pemahaman ini berkembang melalui diskusi kelompok dan simulasi permainan berbasis masalah.

3. Partisipasi dan Keterlibatan Siswa Keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran juga meningkat. Pada siklus pertama, 65% siswa aktif dalam proses pembelajaran, sedangkan pada siklus kedua meningkat menjadi 90%. Aktivitas siswa terlihat saat mereka terlibat dalam diskusi kelompok untuk memecahkan masalah taktis dan dalam penerapan strategi di lapangan.
4. Kerja Sama dan Komunikasi Melalui penerapan PBL, siswa menunjukkan peningkatan dalam kerja sama dan komunikasi tim. Siswa mulai lebih aktif berkomunikasi saat bermain untuk menciptakan peluang mencetak gol.
5. Refleksi Belajar Dari hasil refleksi setelah setiap siklus, siswa menyadari pentingnya kolaborasi dan berpikir strategis saat bermain sepak bola. Mereka juga lebih memahami bagaimana memanfaatkan ruang dan waktu untuk mencetak gol.

Hasil ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan pendekatan Problem Based Learning efektif dalam meningkatkan kemampuan bermain sepak bola yang berorientasi pada mencetak gol. Siswa tidak hanya memperoleh keterampilan teknis, tetapi juga taktik, kerja sama, dan kemampuan pemecahan masalah.

### Grafik Perkembangan Siswa

Berikut grafik perkembangan hasil siswa dari siklus pertama ke siklus kedua:

Tabel 1. Tabel Data Penilaian

Aspek Penilaian	Siklus 1	Siklus 2	Kenaikan
Psikomotorik (Keberhasilan Mencetak Gol)	55%	80%	+25%
Afektif (Keterlibatan & Komunikasi)	65%	90%	+25%
Kognitif (Pemahaman Taktik)	60%	85%	=25%

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan Problem Based Learning dalam pembelajaran sepak bola memberikan dampak positif terhadap keterampilan siswa, khususnya dalam orientasi mencetak gol. Metode ini efektif karena:

1. Siswa belajar dengan situasi nyata dan masalah taktis yang harus mereka selesaikan di lapangan.
2. Proses pembelajaran lebih berpusat pada siswa, yang membuat mereka lebih aktif mengeksplorasi strategi permainan.
3. Diskusi kelompok mendorong siswa untuk mengembangkan solusi kreatif untuk menciptakan peluang dan mencetak gol.
4. Siswa terbiasa bekerja sama dan berkomunikasi efektif dalam tim, yang menjadi kunci dalam sepak bola modern.

Pada siklus pertama, siswa masih cenderung bermain individual tanpa mempertimbangkan ruang dan kerja sama tim. Namun, di siklus kedua, siswa menunjukkan pemahaman yang lebih baik dalam membangun serangan dan menyelesaikan peluang. Pembelajaran berbasis masalah ini juga memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, dan pengambilan keputusan yang cepat di dalam permainan. Dengan meningkatnya rasa percaya diri dan motivasi, siswa menjadi lebih siap untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan mereka di pertandingan yang sesungguhnya. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat pentingnya penerapan Problem Based Learning dalam pembelajaran olahraga, khususnya dalam permainan sepak bola yang berfokus pada penciptaan gol. Diharapkan pendekatan ini dapat menjadi model pembelajaran yang diterapkan secara luas di sekolah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa penerapan Problem Based Learning (PBL) secara efektif mampu meningkatkan kemampuan bermain sepak bola siswa, khususnya dalam aspek orientasi mencetak gol. Melalui PBL, siswa tidak hanya belajar secara teknis dan taktis, tetapi juga terlibat langsung dalam proses pemecahan masalah nyata yang terjadi dalam permainan. Hal ini membantu siswa memahami prinsip-prinsip permainan seperti menciptakan ruang, kerja sama tim, komunikasi efektif, dan penyelesaian akhir yang optimal. Lebih dari itu, pembelajaran yang dilakukan melalui permainan terbukti menjadi metode belajar yang menyenangkan dan menarik bagi siswa. Belajar dengan bermain memberikan pengalaman yang berbeda, di mana siswa merasa lebih antusias, aktif, dan terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini menjadikan siswa sebagai pusat dari kegiatan belajar, sehingga mereka bukan hanya sebagai penerima informasi, melainkan juga sebagai pelaku aktif yang mengeksplorasi, berdiskusi, dan mentransmisikan pengetahuan dalam situasi nyata. Pendekatan pembelajaran berbasis permainan dan masalah seperti PBL juga memfasilitasi perkembangan keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, serta kemampuan mengambil keputusan yang cepat dan tepat dalam situasi dinamis. Suasana belajar yang interaktif dan kolaboratif ini tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa, tetapi juga membangun rasa percaya diri, tanggung jawab, dan sportivitas dalam diri siswa. Secara keseluruhan penerapan Problem Based Learning dalam pembelajaran olahraga, khususnya sepak bola, terbukti mampu menciptakan lingkungan belajar yang aktif, kreatif, dan menyenangkan. Model pembelajaran ini memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah karena mampu menyesuaikan kebutuhan siswa dengan pendekatan yang relevan dan kontekstual. Oleh karena itu, sangat direkomendasikan bagi para pendidik untuk menerapkan pembelajaran berbasis permainan sebagai strategi utama dalam menciptakan proses belajar yang bermakna, menyenangkan, dan efektif dalam membentuk keterampilan dan karakter siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adin, Y. (2024). Upaya Meningkatkan Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode Permainan Target Pada Siswa Kelas Xi Ipa Sma Negeri 1 Tumbang Titi Kabupaten Ketapang (Doctoral Dissertation, IKIP PGRI Pontianak).
- Hajriansyah, H. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Sepakbola Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 10 Bandar Lampung.
- Lengkana, A. S., Supriadi, C., Hermawan, D. B., & Soleh, M. A. (Eds.). (2017). Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani 2017 Implementasi Model Pembelajaran Penjas dan Modifikasi Alat Belajar. UPI Sumedang Press.
- Nasution, H. (2022). Penerapan media power point dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi permainan bola besar di Kelas IV MIN 2 Padangsidempuan (Doctoral dissertation, IAIN Padangsidempuan).
- Wibowo, H. (2020). Pengantar Teori-teori belajar dan Model-model pembelajaran. Puri cipta media.