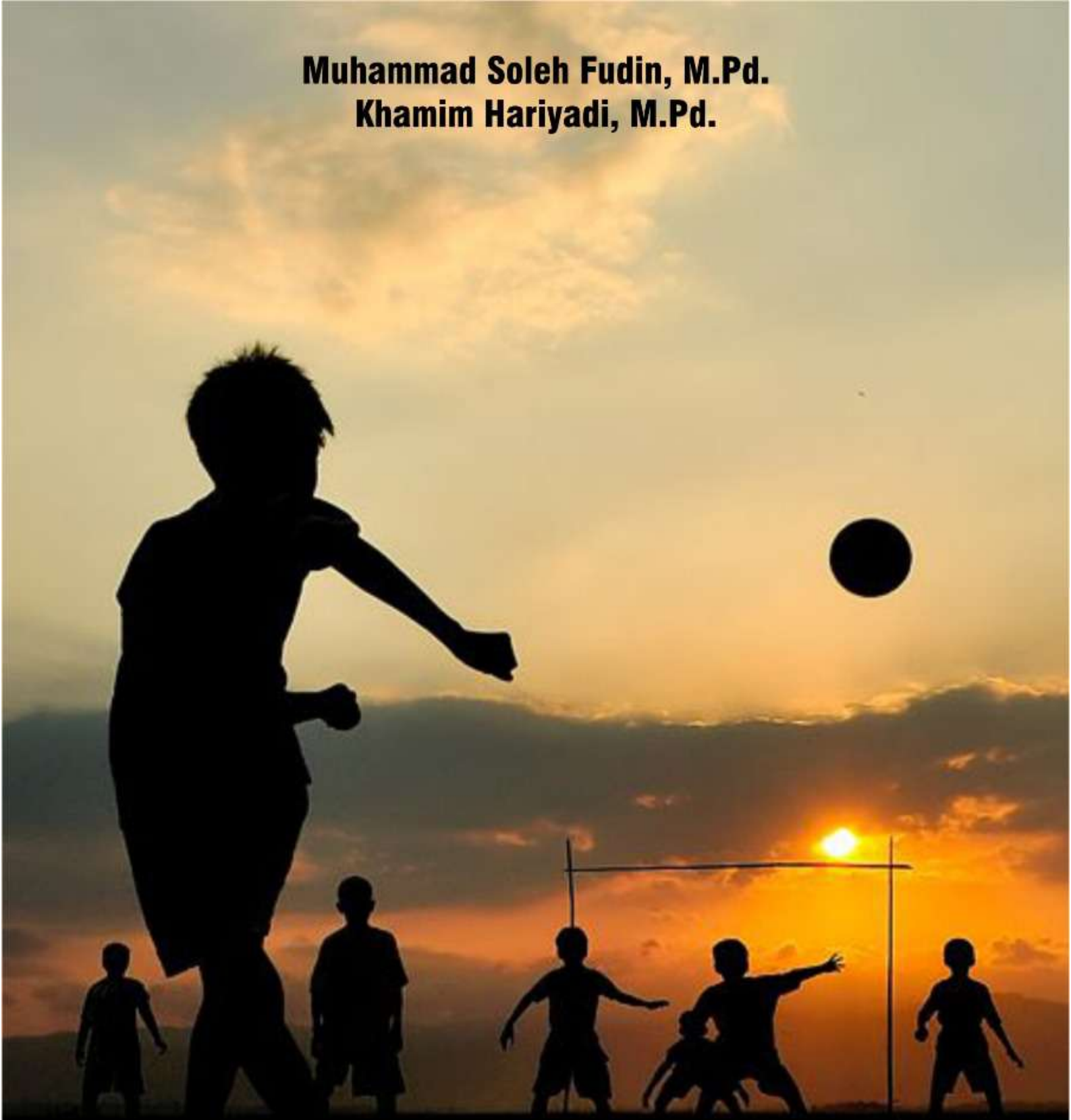
LAMPIRAN

C.6.e.2)

Muhammad Soleh Fudin, M.Pd.
Khamim Hariyadi, M.Pd.



MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA

Untuk Guru Pendidikan Jasmani
Olahraga dan Kesehatan
Tingkat Sekolah Dasar

Sembilan Matiara
P-U-B-L-I-S-H-I-N-G

Muhammad Soleh Fudin, M. Pd
Khamim Hariyadi, M. Pd

MODIFIKASI
PERMAINAN
SEPAKBOLA

Untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tingkat Sekolah Dasar

Sembilan Mutiara
P·U·B·L·I·S·H·I·N·G

2020

Modifikasi Permainan Sepakbola

Untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan Tingkat Sekolah Dasar

Penulis: Muhammad Soleh Fudin, M. Pd
Khamim Hariyadi, M. Pd

Editor : Fuad Ibnu Hamdan
Penata isi : Yosar Ramadhan
Yoga Manggala Tikna
Desainer sampul : Dekky

Penerbit : Sembilan Mutiara Publishing,
Trenggalek

Email : sembilanmutiara@ymail.com
Web : www.sembilanmp.blogspot.com
HP : 081 335 865 671

Cetakan Pertama, November 2020
Vi + 80 hlm; 13 x 19 Cm
ISBN: 978-602-0731-75-9

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkah, rahmat, dan karunia-Nya, penyusunan buku ***Modifikasi Permainan Sepakbola*** dapat diselesaikan. Buku ini disusun sebagai buku acuan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) khusunya tingkat sekolah dasar ketika memberikan materi tentang permainan bola besar yaitu permainan sepakbola. Buku ini membahas tentang teori bermain, konsep modifikasi permainan dan modifikasi permainan sepakbola beserta peraturan dan cara bermainnya. Dalam buku ini disajikan gambar sederhana yang mengilustrasikan setiap materi agar lebih mudah dipahami.

Akhir kata, kami selaku penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan menerbitkan buku ini. Kritik dan saran sangat kami harapkan untuk perbaikan buku ini di masa yang akan datang.

DAFTAR ISI

Kata iii
Daftar Isi..... v

BAB I TEORI BERMAIN
A. Hakikat Bermain 2
B. Fungsi Bermain dalam Pendidikan Jasmani 5
C. Hubungan antara Bermain dan Pendidikan Jasmani..... 8
D. Bentuk-Bentuk Aktivitas Bermain..... 9
E. Rangkuman 11

BAB II KONSEP MODIFIKASI PERMAINAN
A. Konsep Pembelajaran Pendidikan Jasmani 14
B. Konsep Modifikasi Permainan 16
C. Rangkuman 21

BAB III MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA
A. Modifikasi Permainan Sepakbola 25
B. Jenis-Jenis Modifikasi Permainan Sepakbola 26
   1. Pemainan Target 49
   2. Pemainan Pantul 69
C. Rangkuman 78

DAFTAR PUSTAKA 79

BAB I

TEORI BERMAIN

MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA

TUJUAN

1. Menjelaskan pengetahuan tentang hakikat bermain
2. Menjelaskan tentang fungsi bermain dalam pendidikan jasmani
3. Menjelaskan tentang hubungan antara bermain dan pendidikan jasmani
4. Menjelaskan tentang bentuk-bentuk aktivitas bermain dalam pendidikan jasmani

HASIL

Mampu memahami dan menerapkan pengetahuan tentang hakikat bermain, tahapan perkembangan bermain, manfaat dan fungsi bermain dalam pendidikan, bentuk-bentuk aktivitas bermain dan pembelajaran bermain dalam pendidikan jasmani.

A. Hakikat Bermain

Batasan mengenai bermain sangat luas dan sulit untuk menemukan pengertian bermain secara nyata dan tepat dalam arti satu batasan dapat mencakup seluruh pengertian bermain. Sehingga perlu melihat beberapa ahli mengemukakan pendapatnya mengenai batasan bermain walaupun belum satu bahasa tetapi dapat sebagai acuan untuk memberi pengertian bermain dalam pendidikan jasmani pada khususnya.

Menurut James Sully dalam Tedjasaputra (2001) menyatakan bahwa tertawa adalah tanda dari kegiatan bermain dan tertawa ada di dalam aktivitas sosial yang dilakukan bersama sekelompok teman, yang penting dan perlu ada di dalam kegiatan bermain adalah rasa senang yang ditandai oleh tertawa. Ada juga yang mengartikan bermain adalah kegiatan yang dilakukan berulang-ulang demi kesenangan. Sedangkan menurut Sukintaka menyatakan bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari melakukan aktivitas tersebut. Aktivitas jasmani adalah gerak manusia itu sendiri yang berarti salah satu tanda adanya bermain adalah adanya gerak/aktivitas jasmani seperti: jalan, lari, lempar, lompat, berguling, memanjat, merangkak, menendang, memukul, dan lainnya. Anak dapat beraktivitas jasmani dipastikan sudah melalui aktivitas rohani. Sukarela mempunyai arti bahwa dalam bermain anak melakukan aktivitasnya dengan menaati peraturan tanpa adanya paksaan dari siapapun, karena aturan yang mereka gunakan dalam bermain adalah merupakan kesepakatan mereka bersama. Sedang sungguh-sungguh berarti dalam melakukan aktivitas bermain tersebut anak menggunakan segala kemampuannya (fisik, teknik, taktik, psikis) untuk mengatasi segala tantangan dan hambatan dalam situasi bermain tersebut. Senang merupakan tujuan utama dari suatu aktivitas bermain.

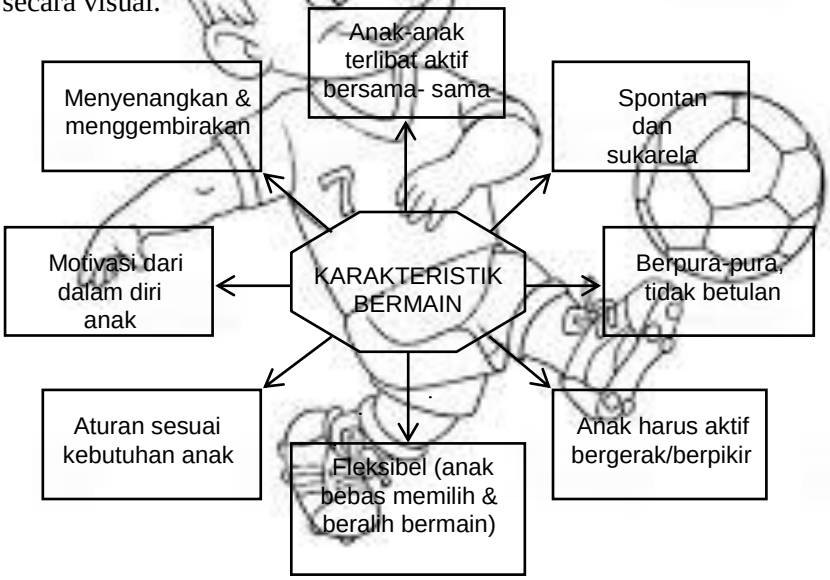
Maka dapat disimpulkan bahwa bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela, terpisah antara lingkup dan keluasannya, secara ekonomi tidak produktif, peraturan dapat ditentukan oleh para peserta/pemain, dan bersifat fiktif. Ada suatu pertanyaan yang menggelitik dari Siedentop yang harus dijawab oleh para pakar pendidikan jasmani khususnya yaitu: “Apakah pada waktu anak aktif bermain itu belajar untuk bermain atau bermain untuk belajar? Jawaban dari pertanyaan ini untuk

para pakar pendidikan jasmani adalah bagaimana dengan bermain dapat untuk membantu anak didiknya mengembangkan seluruh potensi yang mereka miliki baik fisik, psikomotorik, kognitif, maupun afektifnya.

Senada dengan pendapat ahli tersebut di atas Montolulu, dkk (2007) menyebutkan karakteristik bermain adalah sebagai berikut:

1. Bermain relatif bebas dari aturan-aturan, kecuali anak-anak membuat aturan mereka sendiri.
2. Bermain dilakukan seakan-akan dalam kehidupan/kegiatan yang nyata (bermain drama, peran).
3. Bermain lebih menitikberatkan pada proses dari pada hasil akhir atau produknya.
4. Bermain memerlukan interaksi, komunikasi, dan keterlibatan anak-anak secara aktif dari kegiatan tersebut.

Berikut ini merupakan ciri-ciri/karakteristik bermain yang ditampilkan secara visual.



Gambar 1.1 Karakteristik Bermain

Selanjutnya mengenenai sebab-sebab anak bermain dapat dijelaskan melalui teori klasik dan teori modern. Sejalan dengan itu Tedjasaputra (2001) menyatakan bahwa anak bermain dapat dijelaskan melalui teori klasik yang terdiri dari dua kelompok yaitu teori surplus energi dan rekreasi

serta kelompok teori rekapitulasi dan praktis. Secara lengkap mengenai teori beserta penggagasnya dan alasan atau tujuan anak bermain menurut teori klasik seperti pada tabel 1.

Tabel 1.1 Teori- teori Klasik

Teori	Penggagas	Tujuan Bermain
Surplus Energi	Schiller/Spencer	Mengeluarkan energi berlebih
Rekreasi	Lazarus	Memulihkan tenaga
Rekapitulasi	Hall	Memunculkan insting nenek moyang
Praktis	Groos	Menyempurnakan insting

Sumber : Tedjasaputra.(2001:6)

Sedang teori-teori modern tentang bermain menurut Tedjasaputra (2001) meliputi teori psikoanalitik, dan kognitif. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 2 mengenai teori-teori modern dalam mengungkapkan makna bermain beserta perannya dalam perkembangan anak.

Tabel 1.2 Teori-teori Modern tentang Bermain

Teori	Peran Bermain Dalam Perkembangan Anak
Psikoanalitik	mengatasi pengalaman traumatik, *coping* terhadap frustasi
Kognitif-Piaget	mempraktikkan dan melakukan konsilidasi konsep-konsep serta keterampilan yang telah dipelajari sebelumnya
Kognitif-Vygotsky	memajukan berfikir abstrak,belajar dalam kaitan ZPD; pengaturan diri
Kognitif-Bruner/ Sutton-Smith	memunculkan fleksibilitas perilaku dan berfikir,
	imajinasi dan narasi,
Singer	mengatur kecepatan stimulasi dari dalam dan luar
Teori-teori lain: *Arousal Modulation*	tetap membuat anak terjaga pada tingkat optimal dengan menambah stimulasi
Bateson	memajukan kemampuan untuk memahami berbagai tingkat makna.

Sumber : Tedjasaputra (2001:6)

B. Fungsi Bermain Dalam Pendidikan Jasmani

Bermain mempunyai peranan penting dalam kehidupan manusia yang dapat dilihat dari aspek psikis, fisik, dan sosial. Beberapa komponen aspek psikis akan berkembang melalui bermain antara lain dalam hal kecerdasan, motivasi, emosi, mental, percaya diri, minat, kemauan, kecemasan, agresivitas, perhatian, konsentrasi, dan sebagainya. Misalkan faktor kecerdasan berkembang melalui bermain disebabkan bahwa melalui bermain anak akan menghadapi berbagai masalah yang timbul dalam permainan tersebut dan harus diselesaikan/diputuskan pada saat itu juga dengan cepat dan tepat, atau faktor motivasi melalui bermain anak akan menampilkan apa saja yang mereka punyai dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat karena dalam bermain itu suasananya menggembirakan dan menyenangkan sehingga bebas beraktivitas dengan penuh semangat sesuai dengan kemampuannya. Melalui bermain anak akan akan terbiasa dengan tekanan-tekanan baik dari dirinya sendiri maupun dari luar sehingga akan mampu mengelola emosi, kecemasan dan rasa percaya diri dengan baik. Melalui bermain anak akan mampu mengembangkan, mempertahankan, mengendalikan aspek-aspek psikis tersebut.

Aspek fisik pun juga akan berkembang dengan baik melalui aktivitas bermain ini meliputi pertumbuhan dan perkembangan jasmani, kebugaran jasmani, kesehatan jasmani, kemampuan gerak dasar, unsur-unsur fisik yang ada. Faktor pertumbuhan dan perkembangan fisik anak pun akan berkembang melaui aktivitas bermain. Pertumbuhan fisik berkenaan dengan bertambahnya ukuran tubuh secara nyata yang dapat diukur secara pasti, misalnya bertambahnya tinggi badan, berat badan, dan besar atau bertambah secara kuantitatatif. Sedang perkembangan fisik adalah semakin berkualitasnya kemampuan tubuh atau sekelompok otot dalam beraktivitas/ gerak. Misalnya kemampuan melempar bola kecil semakin jauh dari hasil sebelum melakukan aktivitas bermain walaupun jumlah serabut otot-ototnya relatif sama. Melalui bermain juga memberi kesempatan pada anak untuk melatih kemampuan gerak dasar seperti gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Kemampuan gerak dasar ini semakin baik dan berkualitas. Melalui aktivitas bermain maka kemampuan fisik anak akan berkembang secara optimal.

Aspek sosial pun juga akan berkembang dengan baik melalui aktivitas bermain ini antara dalam hal kerja sama, komunikasi, saling percaya, menghormati, bermasyrakat, tenggang rasa, kebersamaan dan sebagainya. Melaui bermain anak mampu memciptakan suatu bentuk kerjasama untuk mencapai tujuan bersama, dalam kerjasama dipastikan ada komunikasi antar anggota regu, dan dalam kerjasama juga ada rasa saling percaya dan saling menghormati antar anggota untuk meraih tujuan bersama yang diinginkan.

Dalam pendidikan jasmani melalui bermain akan terjadi perubahan yang positif dalam hal jasmani, sosial, mental, dan moral. Perubahan yang positif dalam hal jasmani meliputi pertumbuhan dan perkembangan jasmani yaitu terjadinya arah pertumbuhan dan perkembangan jasmani yang baik/proposional, kebugaran jasmani yaitu terjadinya kemampuan anak dalam hal meningkatkan dan mempertahankan kebugaran jasmaninya, sehat jasmani dalam arti melalui bermain anak beraktivitas jasmani yang merupakan salah satu pemenuhan kebutuhan hidup anak yaitu gerak yang berakibat sehat secara fisik bagi anak, selanjutnya melalui bermain juga memberikan perubahan secara fisik dalam hal peningkatan kemampuan unsur-unsur fisik seperti kecepatan, kekuatan, daya ledak, kelentukan, keseimbangan, kelincahan, daya tahan, ketepatan dan koordinasi.

Perubahan positif dalam ranah sosial melalui aktivitas bermain yaitu terjadinya kesadaran akan bekerjasama, rasa saling mempercayai, saling menghormati, saling tenggang rasa, rasa solider, saling menolong antar anggota untuk berusaha bersama mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Melalui aktivitas bermain anak juga belajar menaati suatu peraturan, disiplin, dan tanggungjawab sehingga anak mampu bermasyarakat secara baik.

Perubahan positif dalam mental terjadi melalui aktivitas bermain terutama dalam hal pengembangan rasa percaya diri. Melalui bermain anak terlatih dan terbiasa dengan menghadapi berbagai tantangan baik dai dalam dirinya seperti rasa takut, cemas, keberanian, minat, motivasi, rasa lelah, malas atau dari luar dirinya seperti lawan/teman bermain dalam hal teknik, taktik, fisik maupun psikis, penonton, situasi atau keadaan arena permainan yang bervariatif sehingga anak-anak mampu menyesuaikan diri yang berdampak kepada rasa percaya diri yang tinggi.

Perubahan secara positif pada faktor moral yaitu bahwa melalui aktivitas bermain anak-anak dituntut untuk selalu bertindak jujur, disiplin, adil, tidak curang, tanggung jawab, fair play, menghargai teman atau lawan main, yang semuanya mengarah kepada perbuatan atau tingkah laku yang baik, sehingga dengan kebiasaan semacam itu dapat diduga anak-anak akan mengalami perubahan tingkah laku yang mengarah kepada perbuatan yang baik berarti anak mengalami perubahan moral secara positif.

C. Hubungan antara Bermain dengan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aktivitas jasmani merupakan gerak manusia yang dipilih oleh para pakar pendidikan jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan tersebut. Aktivitas jasmani dapat berbentuk olahraga atau non olahraga. Bermain juga merupakan salah satu aktivitas jasmani yang dapat digunakan sebagai sarana pendidikan jasmani, oleh karena itu tidak berlebihan bahwa bermain merupakan bagian dari pendidikan jasmani. Dari sudut pandang ruang lingkupnya maka pendidikan jasmani lebih luas dari pada bermain. Melalui bermain anak melakukan berbagai aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan penjas, anak akan mengalami berbagai pengalaman langsung dalam bermain dan membantu peningkatan berbagai aspek pendidikan seperti kecerdasan, kreativitas, sikap positif, keterampilan, sportivitas, kejujuran, kegisiplinan dan masih banyak lagi yang diperolehnya melalui bermain.

Dilihat dari tugas dan fungsinya antara pendidikan jasmani dan bermain, keduanya memiliki tugas dan fungsi yang sama yaitu sama-sama meningkatkan kualitas hidup manusia. Kualitas hidup ditandai dengan kepribadian baik yang dimiliki oleh anak-anak. Kualitas manusia dapat dikelompokan ke dalam empat aspek pribadi manusia yaitu: aspek makluk Tuhan, aspek makluk sosial, aspek psikis, aspek jasmani. Keempat aspek kepribadian ini akan berkembang dengan baik melalui bermain atau pendidikan jasmani. Anak yang mampu mengembangkan aspek-aspek kepribadian itu dengan baik maka dapat dipastikan mempunyai kualitas hidup yang baik pula.

D. Bentuk-Bentuk Aktivitas Bermain

Aktivitas bermain yang dilakukan oleh anak meliputi berbagai jenis permainan yang mempunyai karakteristik tersendiri. Pengelompokan jenis pemainan atau aktivitas bermain yang dilakukan anak tergantung dari sudut pandangnya. Terdapat beberapa pendapat tergantung sudut pandang dalam pengelompokan jenis permainan atau aktivitas bermain, salah satunya menurut Belka dalam Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (2000) mengklasifikasikan permainan untuk dapat melakukan berbagai cabang olahraga secara umum ke dalam lima golongan yaitu:

1. Permainan Sentuh (*Tag Games)*

   Permainan sentuh atau permainan kejar-mengejar merupakan bentuk aktivitas bermain yang sering dilakukan oleh anak-anak dengan menerapkan strategi secara sederhana yang berguna untuk mengembangkan strategi permainan. Tujuan dari permainan sentuh adalah untuk dapat bergerak secara cepat, mengubah arah gerak, dan berusaha mengecoh lawan main untuk dapat menyentuhnya atau menyebabkan lawan kehilangan kendali terhadap objek dan menghindari sentuhan lawan atau menghindari gangguan lawan terhadap objek yang dikuasainya.

2. Permainan Target (*Target Games*)

   Permainan target merupakan bentuk aktivitas bermain dengan cara menyampaikan objek secara tepat ke dalam suatu sasaran atau target yang telah ditentukan. Keterampilan yang ditampilkan dalam permainan target ini biasanya cenderung berbentuk keterampilan tertutup (close skill).

3. Permainan Net dan Dinding (*Net and Wall Games*)

   Permainan net dan dinding merupakan bentuk aktivitas bermain yang melibatkan kemampuan bergerak secara cepat dan akurat untuk memainkan objek melewati net atau memantul ke dinding dengan tujuan objek tersebut tidak dapat dikembalikan atau dipantulkan oleh lawan bermain, atau paling tidak objek tersebut susah dikembalikan oleh lawan/teman bermainnya. Dalam permainan net dan dinding ini posisi pemain hendak selalu siap untuk menerima objek yang diberikan oleh lawan mainnya sehingga pemain harus menempatkan diri di daerah yang strategis untuk dapat menguasai daerah permainan secara tepat,

sehingga mampu mengembalikan setiap objek yang diberikan kepadanya, baik sebagai pemberi maupun penerima.

4. Permainan Serangan (*Invasion Games*)

   Permainan serangan lebih menitikberatkan pada pengendalian dan penguasaan objek pada daerah tertentu secara kelompok atau bersama-sama. Permainan ini dimulai dari permainan sederhana yaitu dalam kelompok kecil sampai dengan permainan yang komplek. Permainan dalam kelompok kecil seperti lima lawan lima untuk mempertahankan daerah tertentu sebagai sasaran, sedang kelompok besar seperti dalam bermain sepak bola, tim yang menguasai objek tertentu dan berhasil menguasai sampai daerah lawan atau gawang itulah permainan yang menyerang.

5. Permainan Lapangan (*Fielding Games*)

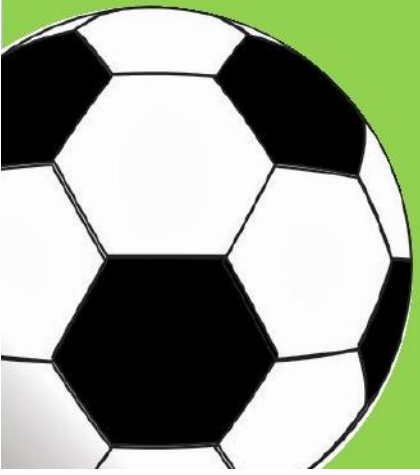
   Permainan lapangan adalah salah satu bentuk aktivitas jasmani yang mensyaratkan adanya lapangan untuk arena bermain dengan cara bergerak untuk mengirimkan atau menempatkan objek tertentu ke daerah yang telah ditentukan.

E. Rangkuman

1. Bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela, terpisah antara lingkup dan keluasannya, secara ekonomi tidak produktif, peraturan dapat ditentukan oleh para peserta/pemain, dan bersifat fiktif.Pendidikan jasmani
2. melalui bermain akan terjadi perubahan yang positif dalam hal jasmani, sosial, mental, dan moral.
3. Kualitas manusia dapat dikelompokan ke dalam empat aspek pribadi manusia yaitu: aspek makluk Tuhan, aspek makluk sosial, aspek psikis, aspek jasmani.
4. permainan untuk dapat melakukan berbagai cabang olahraga secara umum ke dalam lima golongan yaitu: permainan sentuh (*tag games)*, permainan target (*target games*), permainan net dan dinding (*net and wall games*), permainan serangan (*invasion games*) dan permainan lapangan (*fielding games*).

BAB II

KONSEP MODIFIKASI PERMAINAN



MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA

TUJUAN

1. Menjelaskan konsep pembelajaran pendidikan jasmani
2. Menjelaskan konsep modifikasi permainan

HASIL

Mampu menganalisis dan menerapkan pembelajaran jasmanii dengan memodifikasi permainan berdasarkan tahap perkembangan dan karakteristik peserta didik untuk mencapaii tujuan pembelajaran.

A. Konsep Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan adalah usaha sadar manusia yang tersusun dan terencana secara sistematis dan tersusun dalam sebuah rangkaian kegiatan pembelajaran yang dilakukan baik di dalam kelas maupun diluar kelas. sistem Pendidikan Nasional merupakan komponen pendidikan yang saling terkait secara terpadu untuk mencapai tujuan Pendidikan Nasional secara menyeluruh. Komponen pendidikan adalah semua hal yang berkaitan dengan jalannya proses pendidikan jika salah satu komponen tidak ada, proses pendidikan tidak akan bisa dilaksanakan. Sistem pendidikan terdapat beberapa jenjang pendidikan mulai dari jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah pertama dan Sekolah menengah dan kejuruan semua itu adalah jenjang yang harus di lewati dalam pendidikan.

Sekolah Dasar merupakan salah satu tingkatan yang paling dasar dalam Pendidikan Nasional di negara ini.didalam Lampiran peraturan menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006 dijelaskan bahwa ada lima kelompok mata pelajaran yang harus di jalankan dalam pendidikan dasar. salah satunya kelompok mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada SD/MI/SDLB dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat, Yang di aplikasikan menjadi mata pelajaran Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan adalah mata pelajaran yang mendidik dan mengenalkan siswa terhadap aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan.

Mata pelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan siswa dikenalkan berbagai macam gerak dan berbagai macam pengetahuan tentang kesehatan, siswa melakukan berbagai macam kegiatan yang berhubungan dengan motorik baik motorik halus maupun motorik kasar. Pendidikan Jasmani perlu ditingkatkan di lingkungan sekolah, dengan kegiatan olahraga diharapkan kebugaran jasmani siswa juga meningkat serta diikuti peningkatan dalam bidang akademik. Siswa membutuhkan kebugaran jasmani yang baik dalam aktivitas belajar, karena tanpa disertai kebugaran jasmani yang baik untuk mencapai prestasi bidang akademik sukar diperoleh. Dengan kebugaran jasmani yang baik diharapkan siswa semakin bersemangat dan bersunguh-sunguh dalam mengikuti pelajaran di sekolah.

Tujuan utama pendidikan dan pembelajaran di sekolah adalah mengembangkan segenap potensi yang dimiliki peserta didik secara optimal. Oleh karena itu, berbagai kegiatan yang dilaksanakan di sekolah adalah untuk memajukan perkembangan kemampuan peserta didik. Salah satu tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan dijenjang Sekolah Dasar adalah, Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga. Selama ini guru masih menggunakan pembelajaran sesuai dengan apa adanya permainan dan aturan yang sebenarnya, sebenarnya guru penjas di sekolah harus menyesuaikan permainan dengan keadaan dan kondisi di sekolah.

Pendidikan Jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah di sadari oleh banyak kalangan. Namun dalam pelaksanaannya pengajaran Pendidikan Jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pendidikan Jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran Pendidikan Jasmani tidak harus berpusat pada guru tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga tetapi pada perkembanga pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar Pendidikan Jasmani dan model pengajaran Pendidikan Jasmani yang efektif perku dipahami oleh mereka yang hendak mengajar Pendidikan Jasmani.

Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampun jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat. Paling tidak fokusnya pada keterampilan anak, hal ini dapat berupa keterampilan fisik dan motorik, keterampilan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah, dan bisa juga keterampilan emosional dan sosial.

Kegiatan pembelajaran dalam mempelajari gerak dan olahraga tadi lebih penting dari pada hasilnya. Dengan demikian, bagaimana guru memilih metode, melibatkan anak, berinteraksi dengan murid serta merangsang Interaksi murid dengan murid lainnya, harus menjadi pertimbangan utama dalam setiap pembelajaran Yang dilakukan guru Pendidikan Jasmani baik di dalam kelas maupun di luar kelas.

B. Konsep Modifikasi Permainan

Modifikasi permainan dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dari pembelajaran, melalui modifikasi permainan guru melakukan perubahan-perubahan berupa pengembangan yang sesuai dengan karakteristik sekolah serta siswa sebagai peserta didik dalam pembelajaran yang dapat di modifikasi dalam pembelajaran terutama dalam permainan antara lain: 1) Peraturan, 2) Alat permainan, 3) Tehnik Permainan, 4) Waktu permainan, 5) Permainan itu sendiri. Namun modifikasi tidak melepas makna dan tujuan dari pembelajaran sebenarnya, Karena prinsip modifikasi adalah penyederhanaan. selain itu juga dapat mengembangkan kreatifitas guru sebagai tenaga mengajar agar dapat melaksanakan Pembelajaran dengan alat yang terbatas namun tidak menurunkan nilai-nilai dan tujuan dari pembelajaran yang harus dicapai.

Minimnya fasilitas dan perlengkapan Pendidikan Jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut guru penjas untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada sesuai kondisi siswa dan sekolahanya. Tidak sedikit peserta didik yang merasa gagal atau kurang menyukai meteri pembelajaran yang disampaikan oleh gurunya karena kemampuan guru dalam menyampaikan materi yang diberikan, baik dalam penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang di gunakan dalam penyajian materi, dalam mengoptinalkan lingkungan pembelajaran maupun dalam mengevaluasi hasil pembelajaran. Guru mata pelajaran apapuan terutama pelajaran penjas harus mampu menggugah peserta didik untuk dapat terlibat secara aktif dengan tidak merasa terpaksa serta beraktifitas dalam suasana riang gembira.

Upaya tersebut tidak lepas dari kemampuan guru untuk memodifikasi segala sesuatu yang berkaitan dengan proses pembelajaran dengan jalan mengurangi atau menambah tingkat kesulitan yang dihadapi peserta didik baik dalam hal alat bantu dan perlengkapan, karakteristik materi yang disesuaikan dengan keadaan peserta didik, lingkungan pembelajaran, serta cara evaluasi yang diberikan di akhir kegiatan kelak. Guru yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada untuk disajikan dengan yang lebih menarik, sehingga peserta didik merasa senang mengikuti pelajaran yang diberikan.

Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunkannya dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar peserta didik dalam belajarnya. cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan peserta didik yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil. Pertimbangan menggunakan modifikasi permainan adalah:

1. Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa,
2. Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak,
3. Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibandingkan dengan peralatan standar untuk orang dewasa,
4. Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.[

Dari pendapat di atas dapat kita tarik kesimpulan bahwa modifikasi permainan haruslah memiliki rasa aman dan kegembiraan dalam proses agar siswa memperoleh kepuasan dalam permainan.

Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktifitas pembelajarannya yang diberikan guru mulai awal hingga akhir pelajaran. Untuk memahami secara lebih jauh tentang esensi modifikasi tersebut maka kita harus mempunyai pemahaman tentang apa yang dimodifikasi serta mengapa harus dimodifikasi.

Modifikasi Menurut Aussie dalam Samsudin (2008), meliputi (1) ukuran, berat atau bentuk peralatan yang digunakan; (2) lapangan permainan; (3) waktu bermain atau lamanya permainan; (4) peraturan permainan; dan (5) jumlah pemain. Dapat disimpulkan modifikasi yang dapat dilakukan ialah : 1) alat permainan, 2) lapangan, 3) Waktu permainan, 4) peraturan Permainan Dan, 5) jumlah Pemain.

Hal inilah yang menjadi aspek analisis modifikasi. terlepas dari pengetahuan guru tentang: tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, dan evaluasinya. Khusus dalam Pendidikan Jasmani, disamping pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan dan evaluasi, keadaan fasilitas, perlengkapan,

dan media pembelajaran penjas yang dimiliki oleh sekolah akan mewarnai kegitan pembelajaran itu sendiri.

Minimnya fasilitas dan perlengkapan Pendidikan Jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut guru Pendidikan Jasmani untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada sesuai dengan kondisi peserta didik dan sekolahnya. Halaman Sekolah, taman, ruang kosong, parit, selokan, dan sebagainya yang ada dilingkungan sekolah dapat direkayasa dan dimanfaatkan untuk mengoptimalkan pembelajaran penidikan jasmani. Dengan melakukan modifikasi fasilitas maupun perlengkapan tersebut sebenarnya tidak akan mengurangi aktifitas peserta didik dalam melaksanakan pelajaran penjas melainkan sebaliknya, peserta didik lebih aktif karena peserta didik difasilitasi untuk lebih banyak bergerak.

Bola yang digunakan dalam aktifitas pembelajaran dapat disediakan dengan berbagai ukuran, baik berat ringannya, besar kecilnya, keras empuknya, serta bahannya pun dapat disesuikan dengan kebutuhan dan ketersediaan serta kegunaannya. Yang tidak kalah pentingnya dari bola-bola yang akan digunakan dalam aktifitas pembelajaran adalah bahwa bola tersebut dapat dimainkan dengan baik, dapat dikuasai oleh siswa tanpa menghambat aktifitasnya, dalam arti kata mudah dilempar, mudah ditangkap serta tidak menyulitkan dalam menggunakannya.

Lutan dalam Ega Trisna Rahayu (2013) menyatakan: Modifikasi dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani diperlukan dengan tujuan:

1. Peserta didik memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran,
2. Meningkatkan kemungkiman keberhasilan dalam berpartisipasi
3. Peserta didik dapat melakukan pola gerak secara benar,

Pendekatan modifiakasi ini dimaksudkan agar materi yang ada di kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor anak

Aussie dalam Samsudin (2008), mengembangkan modifikasi di Australia dengan mempertimbangkan :

1. Anak-anak belum mempunyai kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa,
2. Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak,

3. Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan standar untuk orang dewasa, dan
4. Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam kompetitif.

C. Rangkuman

Modifikasi pembelajaran dapat digunakan sebagai alat untuk mengembangkan kematangan dengan memperhatikan tahap-tahap perkembangan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Karena modifikasi permainan mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik siswa, sehingga siswa akan mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dengan senang, gembira, dan memiliki proses yang aman bagi siswa serta dapat menimbulkan kepuasan dalam permainan serta menggunakan alat yang sederhana.

BAB III
MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA

MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA

TUJUAN

1. Menjelaskan jenis-jenis modifikasi permainan sepakbola
2. Menjelaskan cara bermain modifikasi permainan sepakbola
3. Menjelaskan peraturan permainan modifikasi permainan sepakbola
4. Menjelaskan sarana dan prasarana modifikasi permainan sepakbola

HASIL

Mampu mengintegrasikan atau menerapkan modifikasi permainan sepakbola dalam pembelajaran dengan modifikasi beberapa poin diantaranya cara bermain, peraturan sarana dan prasarana yang digunakan disesuaikan dengan karakteristik peserta didik sehingga peserta didik melakukan pembelajaran dengan aktif dan senang hati.

A. Modifikasi Permainan Sepakbola

Dalam pembelajaran aktivitas jasmani dalam pembelajaran khususnya pembelajaran permainan bola besar (sepakbola) sangat diperlukan modifikasi pembelajaran diantaranya modifikasi permainan. Modifikasi permainan sepakbola dalam buku ini menitikberatkan modifikasi pada sarana dan prasarana, cara bermain dan peraturan permainan. Sedangkan untuk jenis-jenis modifikasi permainan sepakbola dalam buku ini diklasifikasikan menjadi lima jenis modifikasi permaian sepakbola, yaitu:

1. Permainan Sentuh

   Permainan sentuh atau kejar-kejaran merupakan bentuk aktivitas bermain sepakbola dengan menerapkan strategi secara sederhana yang berguna untuk mengembangkan strategi permainan. Tujuan dari permainan sentuh adalah untuk dapat bergerak secara cepat, mengubah arah gerak, dan berusaha mengecoh lawan main untuk dapat menyentuhnya atau menyebabkan lawan kehilangan kendali terhadap objek dan menghindari sentuhan lawan atau menghindari gangguan lawan terhadap objek yang dikuasainya.

2. Permainan Target

   Permainan target merupakan bentuk aktivitas bermain sepakbola dengan cara menyampaikan objek secara tepat ke dalam suatu sasaran atau target yang telah ditentukan. Dalam permainan ini sangat diperlukan keterampilan insting dan timming yang tepat dan akurat. Keterampilan yang ditampilkan dalam permainan target ini biasanya cenderung berbentuk keterampilan tertutup.

3. Permainan Pantul

   Permainan pantul merupakan bentuk aktivitas bermain sepakbola yang melibatkan kemampuan bergerak secara cepat dan akurat untuk memainkan bola dan memantul ke benda dengan tujuan bola tersebut tidak dapat dikembalikan atau dipantulkan oleh lawan bermain, atau paling tidak bola tersebut susah dikembalikan oleh lawan bermainnya. Dalam permainan pantul

ini posisi pemain hendak selalu siap untuk menerima bola yang diberikan oleh lawan mainnya sehingga pemain harus menempatkan diri di daerah yang strategis untuk dapat menguasai daerah permainan secara tepat, sehingga mampu mengembalikan setiap bola yang diberikan kepadanya, baik sebagai pemberi maupun penerima.

B. Jenis-Jenis Modifikasi Permainan Sepakbola

Jenis-jenis modifikasi permainan sepakbola dalam buku ini dipaparkan dalam tiga kriteria jenis permainan sepakbola. Jenis-jenis modifikasi permainan sepakbola dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

1. Permainan Sentuh

a. *Dribbling* Sentuh

1) *Dribbling* Sentuh 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* pendek

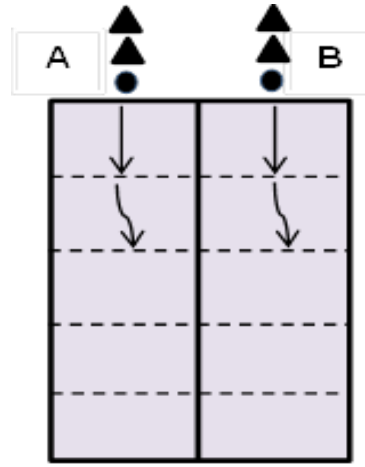
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *dribbling* menggunakan kura-kura kaki bagian luar.
- Jumlah garis batas area permainan disesuaikan dengan jumlah pemain dan bisa dikompetisikan dengan membuat dua/lebih, mana yang lebih dulu sampai *finish* sebagai pemenang.

Cara Bermain : Pemain pertama melakukan *dribbling* sampai garis batas pertama dan mengentikan bola dan langsung lari ke ujung lintasan, kemudian langsung disusul pemain kedua lari ke batas garis kedua langsung melakukan *dribbling* ke batas garis ketiga dan

menghentikan bola dan langsung lari ke ujung lintasan. Garis batas bisa dimodifikasi lebih dari tiga, menyesuaikan pemain yang melakukan dan jarak atas garis batas disesuaikan kondisi lapangan. Permainan dribbling ini dalam satu kali npermainan bisa dilakukan dengan pulang pergi dan dinyatakan selesai. Berikut cara bermain sampai garis batas dilalui dan dinyatakan permainan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.1 Area Permainan *Dribbling* Sentuh 1

Keterangan:

: Pemain
: Bola
: *Dribbling*
: Lari
: Garis batas

2) *Dribbling* Sentuh 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* pendek

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

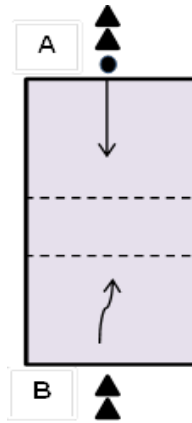
Peraturan : - Pemain *dribbling* menggunakan kura-kura kaki.
- Pemain zona A dan zona B dibuat sama jumlahnya dan bisa dikompetisikan. Meskipun dibuat dua zona, permainan ini yang mendapatkan poin adalah pemain yang berhasil menguasai bola dan langsung melakukan dribbling ke zona berlawanan. Setiap peamian yang dapat menguasai bola dan melakukan dribbling mendapatkan poin satu. Permainan dilakukan terus menerus dengan pola permainan yang sudah ditentukan dan pemain yang yang menang adalah pemain yang paling banyak mendapatkan poin terbanyak setelah permainan selesai dengan durasi waktu dan atau ditentukan main berapa kali.

Cara Bermain : - Pemain pertama dari zona A melakukan *dribbling* dan waktu bersamaan dari zona B lari kearah area tengah. Pemain pertama dari zona A sebelum area batas tengah, melepas *dribbling* ke area tengah dan langsung lari ke ujung lintasan zona B.
- Pemain pertama zona B dari arah

berlawanan menghentikan bola di area batas tengah dan langsung lari ke ujung lintasan zona A.

- Pemain kedua masing-masing zona setelah pemain pertama sampai ujung lintasan zona langsung lari untuk memperebutkan bola yang berada di area tengah dan pemain kedua yang mendapatkan bola langsung melakukan *dribbling* ke zona yang berlawanan dan mendapatkan poin satu, sedangkan yang mendapatkan bola langsung lari ke zona berlawanan arah dan tidak mendapatkan poin.
- Berikut cara bermain dan terus menerus disusul pemain berikutnya (dibelakangnya) dan permainan selesai dinyatakan dengan durasi waktu dan atau ditentukan main berapa kali permainan.

Area Permainan :



Gambar 3.2 Area Permainan *Dribbling* Sentuh 2

Keterangan:

▲ : Pemain

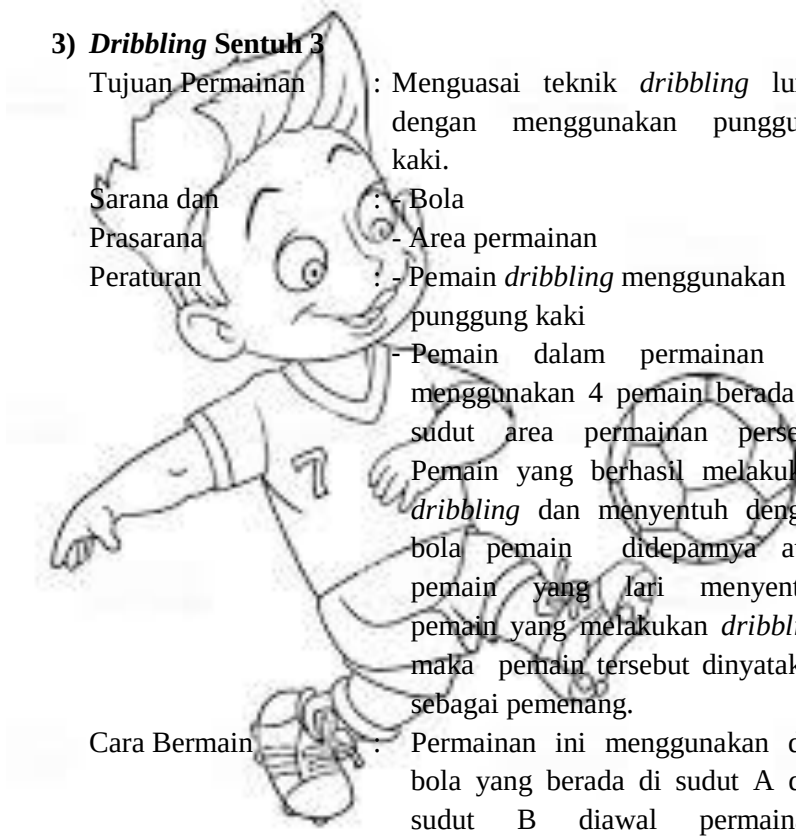
● : Bola

⟶ : *Dribbling*

⤳ : Lari

- ÷ - - Garis batas

3) *Dribbling* Sentuh 3



Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* lurus dengan menggunakan punggung kaki.

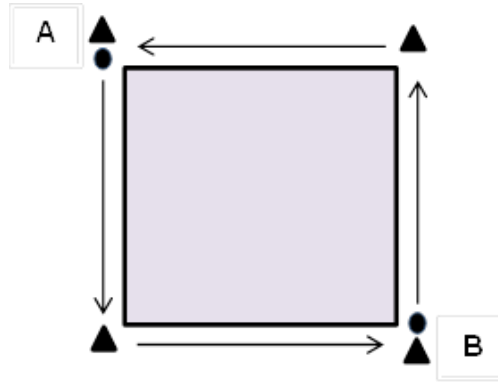
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *dribbling* menggunakan punggung kaki
- Pemain dalam permainan ini menggunakan 4 pemain berada di sudut area permainan persegi. Pemain yang berhasil melakukan *dribbling* dan menyentuh dengan bola pemain didepannya atau pemain yang lari menyentuh pemain yang melakukan *dribbling* maka pemain tersebut dinyatakan sebagai pemenang.

Cara Bermain : Permainan ini menggunakan dua bola yang berada di sudut A dan sudut B diawal permainan. Permainan dimulai dengan tanda peluit dan pemain di sudut A dan di sudut B melakukan dribbling sedangkan dua sudut lainnya langsung lari. Arah dribbling dan arah lari berlawanan dengan arah

jarum jam. Pemain melakukan melakukan *dribbling* setelah sampai sudut didepannya, bola dihentikan di sudut tersebut dan langsung lari mengejar pemain didepannya. Sedangkan pemain yang tidak melakukan dribbling, lari menuju sudut didepannya dan melakukan dribbling bola yang ada di sudut didepannya untuk mengejar pemain didepannya. Berikut cara bermain dan terus menerus disusul pemain berikutnya dan dinyatakan permainan selesai apabila salah satu pemain dapat menyentuh pemain didepannya dengan *dribbling* atau lari.

Area Permainan :



Gambar 3.3 Area Permainan *Dribbling* Sentuh 3

Keterangan:

▲ : Pemain

● : Bola

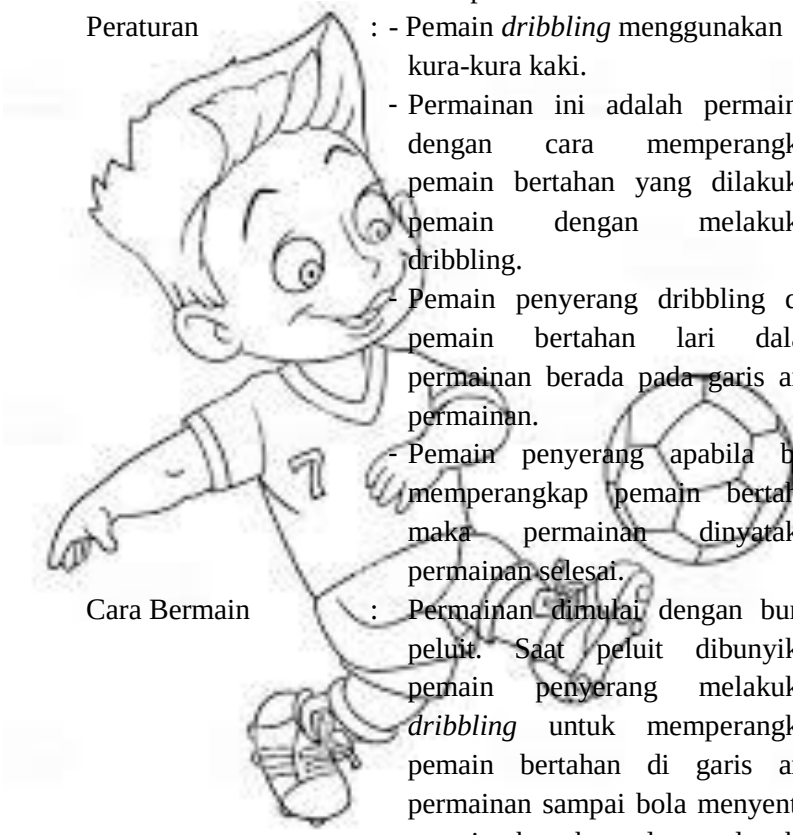
⟶ : *Dribbling*

4) *Dribbling* Sentuh 4

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* pendek dengan cepat mengubah arah.

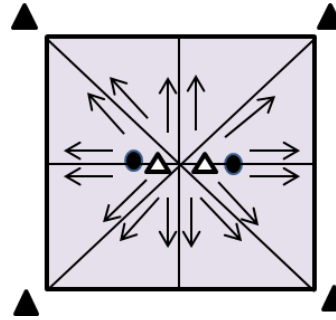
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *dribbling* menggunakan kura-kura kaki.
- Permainan ini adalah permainan dengan cara memperangkap pemain bertahan yang dilakukan pemain dengan melakukan dribbling.
- Pemain penyerang dribbling dan pemain bertahan lari dalam permainan berada pada garis area permainan.
- Pemain penyerang apabila bisa memperangkap pemain bertahan maka permainan dinyatakan permainan selesai.



Cara Bermain : Permainan dimulai dengan bunyi peluit. Saat peluit dibunyikan pemain penyerang melakukan *dribbling* untuk memperangkap pemain bertahan di garis area permainan sampai bola menyentuh pemain bertahan dan sedangkan pemain bertahan berlari di garis area permainan untuk menghindari perangkap pemain penyerang.

Area Permainan :



Gambar 3.4 Area Permainan *Dribbling* Sentuh 4

Keterangan:

▲ : Pemain menghindari *dribbling*
△ : Pemain *dribbling*
● : Bola
→ : *Dribbling*

b. *Passing* Sentuh

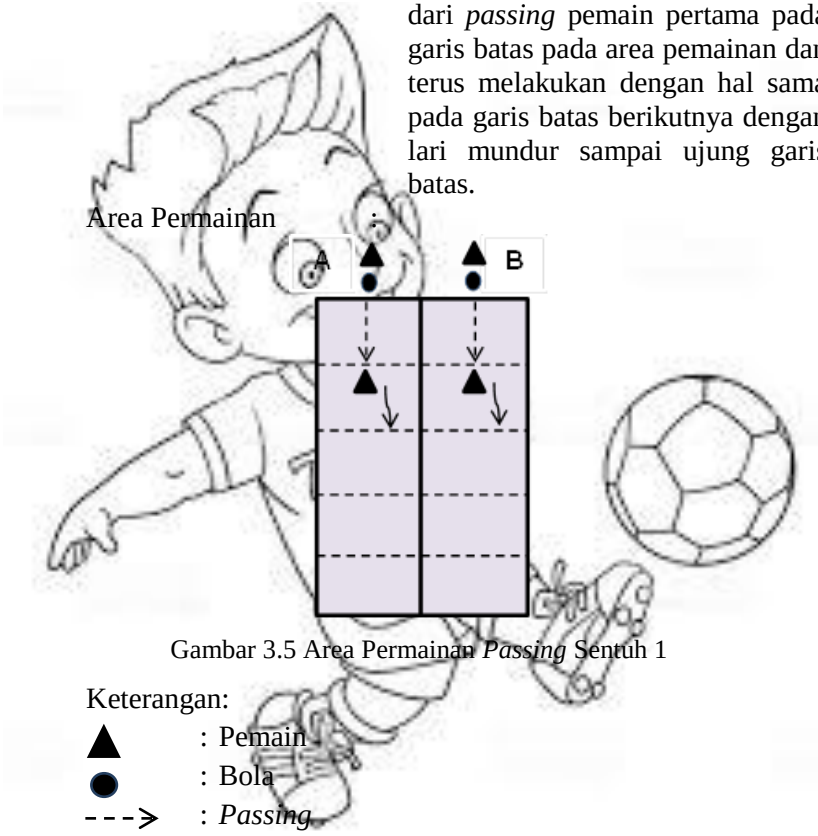
1) *Passing* Sentuh 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek.
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan
Peraturan :
- Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Pemain yang menghentikan bola menggunakan telapak kaki.
- Permainan dimulai bunyi peluit.
- Jumlah garis batas area permainan bisa disesuaikan dan bisa dikompetisikan dengan membuat dua atau lebih, mana yang lebih dulu sampai finish sebagai pemenang.
- Permainan bisa diatur dengan melakukan *passing* dan menghentikan bola pulang pergi

sampai *finish*.

Cara Bermain : Saat peluit dibunyikan pemain pertama melakukan *passing* kepada pemain kedua pada garis batas didepannya dan langsung lari pada garis batas berikutnya. Sedangkan pemain kedua menghentikan bola dari *passing* pemain pertama pada garis batas pada area pemainan dan terus melakukan dengan hal sama pada garis batas berikutnya dengan lari mundur sampai ujung garis batas.

Area Permainan :



Gambar 3.5 Area Permainan *Passing* Sentuh 1

Keterangan:

▲ : Pemain

● : Bola

- - -→ : *Passing*

⟶ : Lari

- - - - : Garis batas

2) *Passing* Sentuh 2

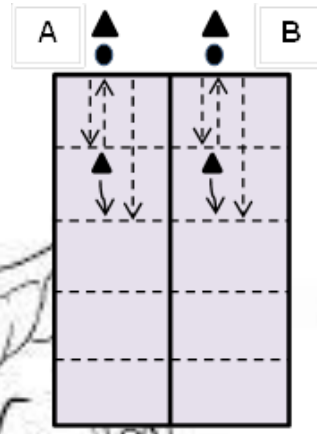
Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek.tanpa kontrol

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan dimulai bunyi peluit.
- Apabila arah passing keluar dari garis area permainan maka permainan dilanjutkan pada baris batas sebelum terjadinya kesalahan tadi.
- Jumlah garis batas area permainan bisa disesuaikan dan bisa dikompetisikan dengan membuat dua atau lebih, mana yang lebih dulu sampai finish sebagai pemenang.

Cara Bermain :
- Pemain pertama mulai *passing* ke pemain kedua ketika peluit dibunyikan dan menerima *passing* dari *passing* lagi ke pemain kedua yang lari menuju garis kedua kemudian langsung lari ke garis batas berikutnya. Melakukan hal yang sampai ujung lintasan.
- Pemain kedua langsung melakukan passing ketika menerima passing dari pemain pertama dan lari mundur ke garis batas berikutnya dan melakukan hal sama sampai ujung lintasan.
- Tim yang memenangkan permainan ini adalah pemain yang melakukan *passing* sampai ujung lintasan/*finish*..

Area Permainan :



Gambar 3.6 Area Permainan *Passing* Sentuh 2

Keterangan:

▲ : Pemain

● : Bola

- - -→ : *Passing*

——→ : Lari

- - - - : Garis batas

3) *Passing* Sentuh 3

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek lurus dan menghentikan bola dengan kaki bagian dalam.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan dimulai dengan aba-aba bunyi peluit.
- Apabila arah passing keluar dari garis area permainan maka permainan dilanjutkan pada garis

ujung zona masing-masing.

- Penentuan poin dalam permainan ini adalah pemain yang melakukan passing tepat sasaran (dalam area tengah dan teman di zona berlawanan) mendapatkan poin 1 dan apabila pemain yang passing tidak tepat sasaran mendapatkan poin 0.
- Penentuan pemenang dalam permainan ini adalah peamin yang mendapatkan poin terbanyak.
- Dalam satu kali permainan dalam peraturan permainan ini dapat ditentukan berapa durasi permainan dan dapat juga dengan berapa kali ulangan/balikan dalam permainan.

Cara Bermain : - Saat peluit dibunyikan pemain pertama dari zona A melakukan *passing* kearah area batas tengah dan langsung lari ke garis ujung zona B, sedangkan pemain pertama dari zona B lari menuju area batas tengah untuk menerima *passing* dari pemain pertama zona A langsung *passing* kearah pemain kedua zona A kemudian lari kearah garis ujung zona A. Permainan tersebut dilakukan terus menerus dengan pola yang sama oleh pemain dibelakangnya sampai berhenti sesuai ketentuan permainan.

Area Permainan :

Gambar 3.6 Area Permainan *Passing* Sentuh 3

Keterangan:

: Pemain
: Bola
: *Passing*
: Lari
: Garis batas

4) *Passing* Sentuh 4

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek tanpa menghentikan atau mengontrol bola.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Pemain yang menerima passing langsung melakukan passing

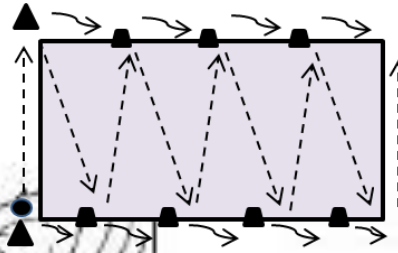
berikutnya tanpa melakukan kontrol maupun menghentikan bola.

- Setelah melakukan passing pemain lari menyamping kearah kone/titik pembatas berikutnya.
- Dalam melakukan passing dan menerima passing tidak dalam penguasaan pemain, maka permainan dilanjutkan pada titik dimana bola tidak dalam penguasaan.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan.
- Permainan berikut dapat dibuat kompetisi dengan membuat dua atau lebih lintasan yang adu tim mana yang cepat sampai ujung batas/garis finish sebagai pemenang dan bisa juga cukup satu lintasan diambil waktu tercepat tim mana yang sampai ujung lintasan/garis finish dan mencacatkan waktu tercepat dari tim yang lain maka sebagai pemenang.

Cara Bermain : - Posisi pemain berhadapan kaki bagian dalam ke arah pemain pasangan di depannya setelah kone/titik batas yang sudah ditentukan dan langsung lari menyamping ke kone atau titik batas berikutnya dan dilakukannya hal tersebut pemain pasangannya

sampai ujung lintasan atau garis finish.

Area Permainan :



Gambar 3.7 Area Permainan *Passing* Sentuh 4

Keterangan:

▲ : Pemain

● : Bola

- - -> : *Passing*

⟶ : Lari menyamping

▲ : Kone/titik batas *passing*

5) *Passing* Sentuh 5

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek bolak balik dan berpindah tempat.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan.
- Dalam melakukan passing dan menerima passing tidak dalam penguasaan pemain, maka permainan dilanjutkan pada titik dimana bola tidak dalam penguasaan.
- Permainan dimulai ketika peluit

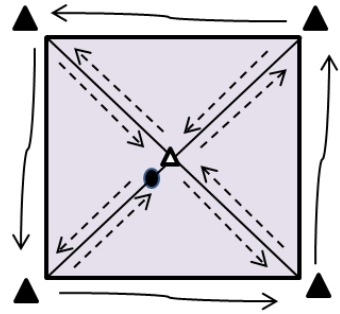
dibunyikan.

- Permainan berikut dapat dibuat kompetisi dengan membuat dua atau lebih area permainan dimana tim lebih cepat melakukan satu kali permainan maka dinyatakan menang.

Cara Bermain : - Pemain yang ada di tengah area melakukan *passing* ke arah pemain pertama yang berada di sudut area permainan dan menerima *passing* dari pemain yang berada di sudut area permainan dengan kontrol dan langsung melakukan *passing* ke sudut berikutnya.

- Pemain yang berada di sudut, setelah menerima passing dari pemain tengah dan mengembalikan passing ke pemain tengah tanpa kontrol, langsung lari berlawanan arah jarum jam ke arah sudut berikutnya sampai kembali ke sudut pertama dimulai permainan.

Area Permainan :



Gambar 3.8 Area Permainan *Passing* Sentuh 5

Keterangan:

▲ : Pemain sudut

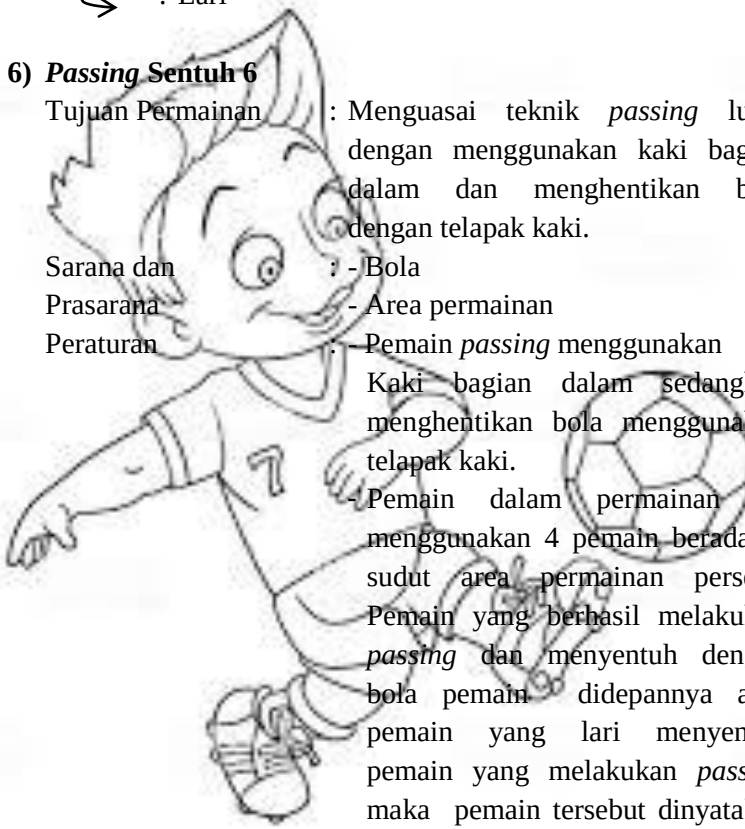
△ : Pemain tengah

● : Bola

- - - → : *Passing*

⤳ : Lari

6) *Passing* Sentuh 6



Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* lurus dengan menggunakan kaki bagian dalam dan menghentikan bola dengan telapak kaki.

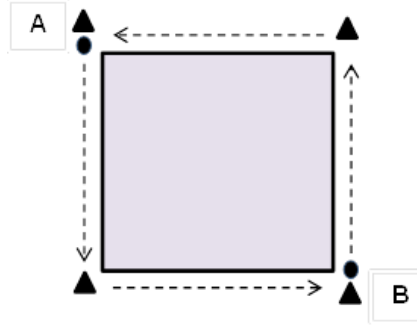
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan Kaki bagian dalam sedangkan menghentikan bola menggunakan telapak kaki.
- Pemain dalam permainan ini menggunakan 4 pemain berada di sudut area permainan persegi. Pemain yang berhasil melakukan *passing* dan menyentuh dengan bola pemain didepannya atau pemain yang lari menyentuh pemain yang melakukan *passing* maka pemain tersebut dinyatakan sebagai pemenang.

Cara Bermain : - Permainan ini menggunakan dua
- bola yang berada di sudut A dan sudut B di awal permainan.
- Arah *passing* dan arah lari berlawanan dengan arah jarum jam.

- Permainan dimulai dengan tanda peluit dan dimulai dari sudut A dan di sudut B dan pemain yang ada di sudut A dan B melakukan *passing* ke sudut berikutnya dan langsung lari ke sudut berikutnya sedangkan pemain dua sudut lainnya menghentikan bola dari hasil passing dari pemain di sudut sebelumnya dan langsung lari ke arah sudut berikutnya. Pola tersebut terus dilakukan sampai ada pemain yang terkena sentuhan bola dari hasil *passing* pemain sebelumnya.

Area Permainan :



Gambar 3.9 Area Permainan *Passing* Sentuh 6

Keterangan:

▲ : Pemain

● : Bola

- - -> : *Passing*

c. *Dribbling* & *Passing* Sentuh

1) *Dribbling* & *Passing* Sentuh 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* dan

passing pendek.

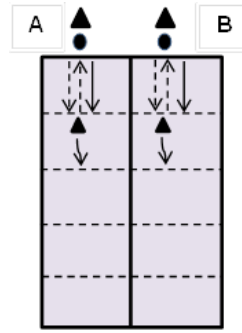
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam dan *dribbling* menggunakan kura-kura kaki bagian luar.
- Permainan dimulai dengan bunyi peluit.
- Apabila bola keluar dari area permainan harus dimulai dari garis terdekat dimana bola keluar.
- Jumlah garis batas area permainan bisa disesuaikan dan bisa dikompetisikan dengan membuat dua atau lebih, mana yang lebih dulu sampai finish sebagai pemenang.
- Permainan bisa diatur dengan melakukan *passing* dan *dribbling* pulang pergi sampai *finish*.

Cara Bermain :- Saat peluit dibunyikan pemain pertama melakukan *passing* kepada pemain kedua pada garis batas didepannya dan menunggu *passing* balik dari pemain didepannya dan langsung *dribbling* pada garis batas berikutnya sampai ujung garis akhir.
- Pemain kedua menerima passing dari pemain pertama dari *passing* balik ke pemain pertama dan langsung lari mundur ke batas garis berikutnya dan dilakukan di setiap

garis berikutnya sampai ujung garis batas akhir.

Area Permainan :



Gambar 3.10 Area Permainan *Dribbling* dan *Passing* Sentuh 1

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
- - -→ : *Passing*
——→ : *Dribbling*
~→ : Lari
- - - - - : Garis batas

2) *Dribbling* & *Passing* Sentuh 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* lurus dan *passing* pendek.

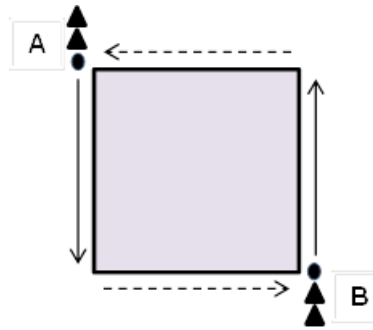
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *dribbling* menggunakan punggung kaki sedangkan pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan dimulai dengan tanda bunyi peluit.
- Arah *dribbling* dan *passing* berlawanan arah jarum jam.

Cara Bermain

- Pemain dalam permainan ini menggunakan 4 pemain berada di 2 sudut area permainan persegi.
- Pemain yang menguasai bola berhasil melakukan *dribbling* dan *passing* menyentuh dengan bola pemain didepannya atau pemain yang tidak menguasai bola lari menyentuh pemain yang menguasai bola maka pemain tersebut dinyatakan sebagai pemenang.
- Permainan ini menggunakan dua bola yang berada di sudut A dan sudut B diawal permainan.
- Ketika peluit dibunyikan pemain di sudut A dan di sudut B melakukan *dribbling* dan stelah sampai sudut didepannya langsung *passing* ke pemain di sudut berikutnya.
- Pemain kedua menerima *passing* dan langsung *dribbling* ke sudut didepannya dan melakukan *passing* ke pemain di sudut berikutnya sama dengan pemain pertama lakukan.
- Berikut pola bermain dan terus menerus sampai permainan dinyatakan selesai.
- Permainan dinyatakan selesai apabila salah satu pemain yang menguasai bola dapat menyentuh bola ke pemain didepannya dinyatakan sebagai pemenang.

Area Permainan :



Gambar 3.11 Area Permainan *Dribbling* dan *Passing* Sentuh 2

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
- - -> : *Passing*
——> : *Dribbling*

3) *Dribbling* & *Passing* Sentuh 3

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *dribbling* lurus dan *passing* pendek.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

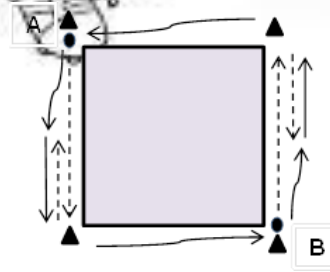
Peraturan :
- Pemain *dribbling* menggunakan punggung kaki sedangkan pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan dimulai dengan tanda bunyi peluit.
- Arah *dribbling* dan *passing* berlawanan arah jarum jam.
- Pemain dalam permainan ini menggunakan 4 pemain berada di sudut area permainan persegi.
- Permainan dinyatakan selesai

apabila salah satu pemain yang menguasai bola dapat menyentuh bola ke pemain didepannya atau pemain yang tidak menguasai bola dapat menyentuh pemain yang menguasai bola dan dinyatakan sebagai pemenang.

Cara Bermain :- Permainan ini menggunakan dua bola yang berada di sudut A dan sudut B diawal permainan.

- Ketika peluit dibunyikan pemain di sudut A dan di sudut B melakukan *passing* ke pemain di sudut didepannya dan lari ke batas tengah langsung menerima *passing* balik dari pemain yang berada di sudut didepannya dan melakukan *dribbling* ke sudut berikutnya.
- Pemain dua di sudut lainnya menerima *passing* dan *passing* balik dan langsung lari ke sudut berikutnya.
- Berikut pola bermain dan terus menerus sampai permainan dinyatakan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.12 Area Permainan *Dribbling* dan *Passing* Sentuh 3

Keterangan:

: Pemain
: Bola
: *Passing*
: *Dribbling*
: Lari

2. Permainan Target

a. *Passing* Target

1) *Passing* Target 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek datar bolak balik dalam target.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang memainkan 2 pemain yang berlawanan 1 pasang atau bisa 2 pasang pemain.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan diakhiri dengan bunyi peluit.
- Dalam melakukan *passing* harus tepat pada target di dalam lingkaran yang radiusnya ditentukan sebelumnya.
- Permainan berikut selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *passing*.
- Permainan yang yang tidak dikompetisikan atas pasangan, pemenang ditentukan banyaknya *passing* yang masuk target sampai permainan selesai. Sedangkan

apabila permainan dikompetisikan antar pasangan maka pemenang ditentukan pada hasil banyaknya *passing* yang masuk target pasangan tersebut sampai permainan selesai.

Cara Bermain : - Pemain pada awal permainan di tengah area lingkaran.
- Ketika peluit dibunyikan dan waktu berjalan, pemain melakukan *passing* dengan target pemain berada berlawanan yang berada dalam lingkaran.
- *Passing* terus dilakukan sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :

Gambar 3.13 Area Permainan *Passing* Target 1

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
- - -→ : *Passing* Datar
○ : Target lingkaran

2) *Passing* Target 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* jauh

lambung dalam target.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *passing* menggunakan kura-kura kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang memainkan 2 pemain yang berlawanan 1 pasang atau bisa 2 pasang pemain.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan diakhiri dengan bunyi peluit.
- Dalam melakukan *passing* harus tepat pada target di dalam lingkaran yang radiusnya ditentukan sebelumnya.
- Permainan berikut selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *passing*.
- Permainan yang yang tidak dikompetisikan atas pasangan, pemenang ditentukan banyaknya *passing* yang masuk target sampai permainan selesai. Sedangkan apabila permainan dikompetisikan antar pasangan maka pemenang ditentukan pada hasil banyaknya *passing* yang masuk target pasangan tersebut sampai permainan selesai.

Cara Bermain :
- Pemain pada awal permainan di tengah area lingkaran.
- Ketika peluit dibunyikan dan waktu berjalan, pemain melakukan

passing dengan target pemain berada berlawanan yang berada dalam lingkaran.

- Waktu melakukan *passing*, menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan perkenaan pada bagian bawah bola.
- *Passing* terus dilakukan sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :

Gambar 3.14 Area Permainan *Passing* Target 2

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
- - -→ : *Passing* Lambung
○ Target lingkaran

3) *Passing* Target 3

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek datar bolak balik dalam target.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan dimulai ketika peluit

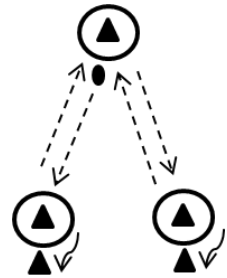
dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan diakhiri dengan bunyi peluit.

- Dalam melakukan *passing* harus tepat pada target di dalam lingkaran yang radiusnya ditentukan sebelumnya.
- Permainan ini selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *passing*.
- Permainan ini pemenangnya antar pemain atau kelompok ditentukan banyaknya *passing* yang masuk target sampai permainan selesai.

Cara Bermain :

- Pemain pada awal permainan di tengah area lingkaran.
- Ketika peluit dibunyikan dan waktu berjalan, pemain melakukan *passing* dengan target pemain berada berlawanan yang berada dalam lingkaran.
- *Passing* terus dilakukan sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.15 Area Permainan *Passing* Target 3

Keterangan:

▲ : Pemain

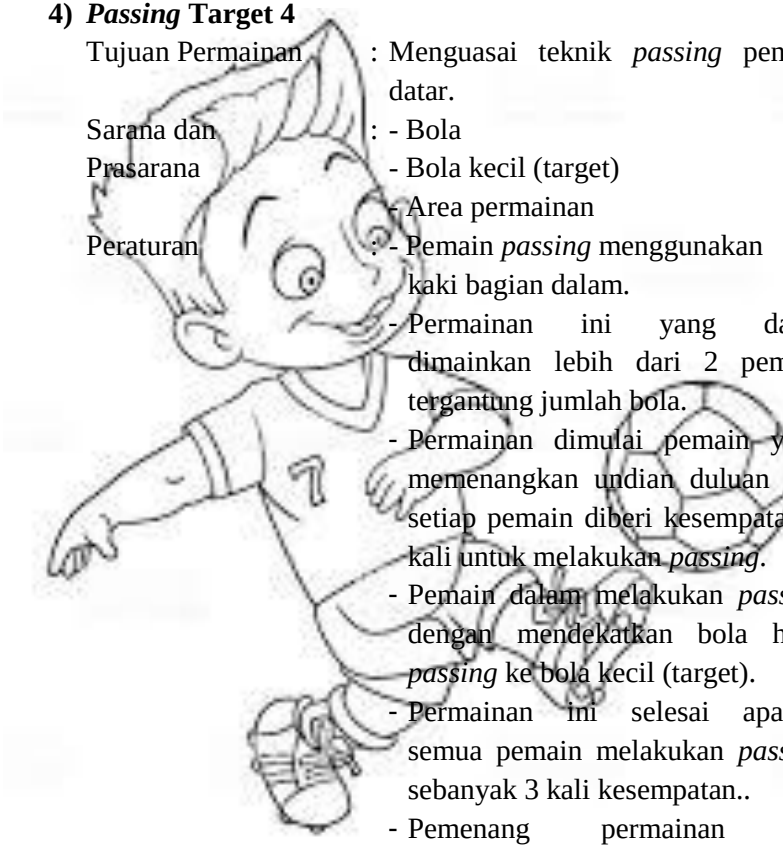
● : Bola

- - -→ : *Passing* Datar

○ : Target lingkaran

→ : Lari kebelakang

4) *Passing* Target 4



Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* pendek datar.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Bola kecil (target)
- Area permainan

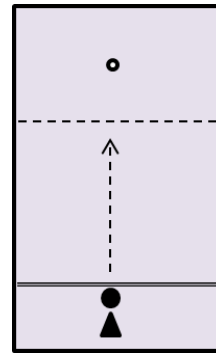
Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 3 kali untuk melakukan *passing*.
- Pemain dalam melakukan *passing* dengan mendekatkan bola hasil *passing* ke bola kecil (target).
- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *passing* sebanyak 3 kali kesempatan..
- Pemenang permainan ini ditentukan apabila pemain yang hasil *passing*nya paling dekat dengan bola kecil (target).

Cara Bermain : - Semua pemain pada awal berada area melakukan *passing*.
- Kemudian semua pemain

melakukan undian siapa yang melakukan *passing* daluan.

- Pemain yang pertama sebelum melakukan *passing* harus melempar bola kecil (target) ke area yang ditentukan.
- Pemain melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dengan mendekatkan bola hasil *passing* ke bola kecil (target) dalam 3 kali kesempatan sesuai urutan undian.

Area Permainan :



Gambar 3.15 Area Permainan *Passing* Target 4

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
---> : *Passing* datar
0 : Bola target
- - - - : Batas hasil *passing* dan lemparan bola target
═══ : Batas melakukan *passing*

5) *Passing* Target 5

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* jauh

lambung.

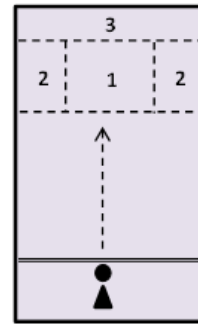
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *passing* menggunakan Kura-kura kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 3 kali untuk melakukan *passing*.
- Pemain dalam melakukan *passing* dengan memposisikan bola pada target area poin yang ditentukan.
- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *passing* sebanyak 3 kali kesempatan..
- Dalam area target *passing* terdapat poin 1, 2 dan 3 yang sudah ditentukan areanya dalam area permainan.
- Pemenang permainan ini ditentukan apabila pemain yang hasil *passing* dari 3 kali kesempatan paling banyak poinnya.

Cara Bermain :
- Semua pemain pada awal berada area melakukan *passing*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *passing* daluan.
- Pemain melakukan *passing* menggunakan kura-kura kaki

bagian dalam dengan perkenaan pada bagian bawah bola.
- Dalam melakukan *passing* dengan mengarahkan bola pada area poin yang dikehendaki dalam 3 kali kesempatan.

Area Permainan :



Gambar 3.16 Area Permainan *Passing* Target 5

Keterangan:
: Pemain
: Bola
: *Passing* datar
: Area target
: Batas Melakukan *Passing*

b. *Shooting* Target

1) *Shooting* Target 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *shooting* pendek datar.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Bola kecil (target)
- Area permainan

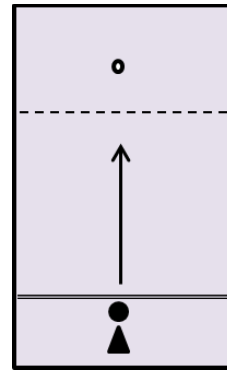
Peraturan : - Pemain *shooting* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.

- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 3 kali untuk melakukan *shooting*.
- Pemain dalam melakukan *shooting* dengan mengenai bola kecil (target).
- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *shooting* sebanyak 3 kali kesempatan..
- Setiap hasil *shooting* yang mengenai bola kecil (target) mendapatkan poin 1 dan yang gagal mengenai bola kecil (target) nilai 0.
- Pemenang permainan ini ditentukan pemain mendapatkan poin terbanyak dari 3 kali kesempatan.

Cara Bermain :

- Semua pemain pada awal berada area melakukan *shooting*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *shooting* duluan.
- Pemain yang pertama sebelum melakukan *shooting* harus melempar bola kecil (target) ke area yang ditentukan.
- Pemain melakukan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dengan mengenai bola hasil *shooting* ke bola kecil (target) dalam 3 kali kesempatan sesuai urutan undian.

Area Permainan :



Gambar 3.17 Area Permainan *Shooting* Target 1

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
→ : *Shooting* datar
0 : Bola target
═══ : Batas melakukan *shooting*

2) *Shooting* Target 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *shooting* pendek datar.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Botol air minum (target)
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *shooting* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 3 kali untuk melakukan *shooting*.
- Pemain dalam melakukan *shooting* dengan mengenai botol air minum (target) yang ditempatkan sama

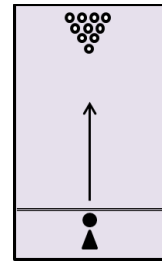
seperti pin bowling.

- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *shooting* sebanyak 3 kali kesempatan.
- Setiap hasil *shooting* yang mengenai dan merobohkan botol air mineral (target) poinnya sesuai jumlah botol air mineral (target) yang roboh. Setiap merobohkan botol air mineral (target) nilainya 1 poin.
- Pemenang permainan ini ditentukan pemain mendapatkan poin terbanyak dari 3 kali kesempatan.

Cara Bermain :

- Semua pemain pada awal berada area melakukan *shooting*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *shooting* duluan.
- Pemain melakukan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dengan merobohkan botol air mineral (target) dalam 3 kali kesempatan sesuai urutan undian.
- Pemain setelah yang melakukan shooting harus menempatkan botol air mineral (target) sama seperti posisi pada awal permainan.

Area Permainan :



Gambar 3.18 Area Permainan *Shooting* Target 2

Keterangan:

▲ : Pemain

● : Bola

→ : *Shooting* datar

0 : Botol air minum (target)

Batas melakukan *shooting*

3) *Shooting* Target 3

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *shooting* pendek datar.

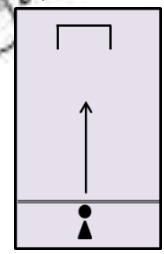
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Gawang modifikasi (target)
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dan atau kura-kura kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 5 kali untuk melakukan *shooting*.
- Pemain dalam melakukan *shooting* dengan mengenai gawang target yang terdapat poinnya.

- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *shooting* sebanyak 5 kali kesempatan.
- Setiap *shooting* dinyatakan mendapatkan poin apabila bola mengenai papan poin yang terpasang di gawang dan melalui garis gawang. Papan poin yang terpasang di gawang terdapat 2 nilai yaitu 1 poin dan 2 poin.
- Pemenang permainan ini ditentukan pemain mendapatkan poin terbanyak dari 5 kali kesempatan.

Cara Bermain :
- Semua pemain pada awal berada area melakukan *shooting*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *shooting* duluan.
- Pemain melakukan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dan atau kura-kura kaki bagian dalam dengan bola mengenai papan poin dan bola sudah melewati garis gawang.

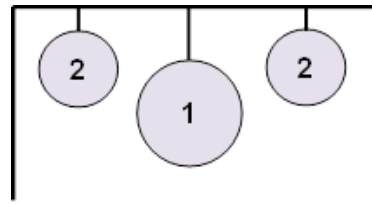
Area Permainan :



Gambar 3.19 Area Permainan *Shooting* Target 3

Keterangan:

: Pemain
: Bola
: *Shooting* datar
: Bola target
: Batas melakukan *shooting*



Gambar 3.20 Gawang Permainan Shooting Target 3

4) *Shooting* Target 4

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *shooting* pendek datar.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Gawang modifikasi (target)
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dan atau kura-kura kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 5 kali untuk melakukan *shooting*.
- Pemain dalam melakukan *shooting* dengan mengenai gawang target yang terdapat poinnya.
- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *shooting*

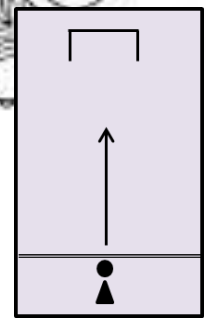
sebanyak 5 kali kesempatan.

- Setiap *shooting* dinyatakan mendapatkan poin apabila bola mengenai papan poin yang terpasang di gawang dan melalui garis gawang. Papan poin yang terpasang di gawang terdapat 3 nilai yaitu 1 poin, 2 poin dan 3 poin.
- Pemenang permainan ini ditentukan pemain mendapatkan poin terbanyak dari 5 kali kesempatan.

Cara Bermain :

- Semua pemain pada awal berada area melakukan *shooting*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *shooting* duluan.
- Pemain melakukan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dan atau kura-kura kaki bagian dalam dengan bola mengenai papan poin dan bola sudah melewati garis gawang.

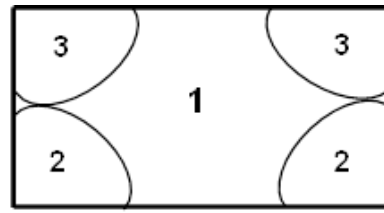
Area Permainan :



Gambar 3.21 Area Permainan Shooting Target 4

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
→ : *Shooting* datar
0 : Bola target
═══ : Batas melakukan *shooting*



Gambar 3.22 Gawang Permainan Shooting Target 4

c. *Passing* & *Shooting* Target

1) *Passing* & *Shooting* Target 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* dan *shooting* pendek datar.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Gawang modifikasi (target)
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *shooting* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 3 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 3 kali untuk melakukan *shooting*.
- Pemain dalam melakukan *shooting* dengan mengenai bola kecil (target).
- Permainan ini selesai apabila

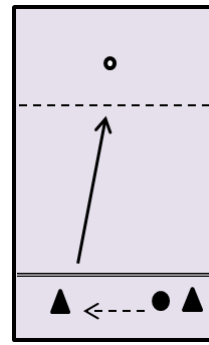
semua pemain melakukan *shooting* sebanyak 3 kali kesempatan..

- Setiap hasil *shooting* yang mengenai bola kecil (target) mendapatkan poin 1 dan yang gagal mengenai bola kecil (target) nilai 0.
- Pemenang permainan ini ditentukan pemain mendapatkan poin terbanyak dari 3 kali kesempatan.

Cara Bermain :

- Semua pemain pada awal berada area melakukan *shooting*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *shooting* duluan. Pemain undian pertama melakukan shooting dan pemain undian kedua melakukan passing dan pemain undian kedua setelah passing menggantikan pemain undian pertama untuk melakukan shooting dan pemain yang passing adalah pemain undian berikutnya.
- Pemain yang pertama sebelum melakukan *shooting* harus melempar bola kecil (target) ke area yang ditentukan.
- Pemain melakukan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dengan mengenai bola hasil *shooting* ke bola kecil (target) dalam 3 kali kesempatan sesuai urutan undian.

Area Permainan :



Gambar 3.23 Area Permainan *Passing* & *Shooting* Target 1

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
→ : *Shooting* datar
O : Bola target
═══ : Batas melakukan *shooting*

2) *Passing* & *Shooting* Target 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* dan *shooting* pendek datar.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Botol air minum (target)
- Area permainan

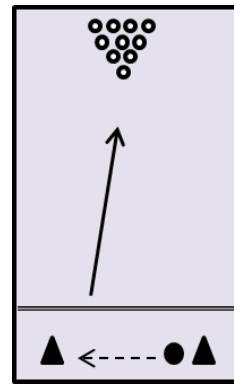
Peraturan : - Pemain *shooting* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini yang dapat dimainkan lebih dari 2 pemain tergantung jumlah bola.
- Permainan dimulai pemain yang memenangkan undian duluan dan setiap pemain diberi kesempatan 3 kali untuk melakukan *shooting*.

- Pemain dalam melakukan *shooting* dengan mengenai botol air minum (target) yang ditempatkan sama seperti pin bowling.
- Permainan ini selesai apabila semua pemain melakukan *shooting* sebanyak 3 kali kesempatan.
- Setiap hasil *shooting* yang mengenai dan merobohkan botol air mineral (target) poinnya sesuai jumlah botol air mineral (target) yang roboh. Setiap merobohkan botol air mineral (target) nilainya 1 poin.
- Pemenang permainan ini ditentukan pemain mendapatkan poin terbanyak dari 3 kali kesempatan.

Cara Bermain

- Semua pemain pada awal berada area melakukan *shooting*.
- Kemudian semua pemain melakukan undian siapa yang melakukan *shooting* duluan.
- Pemain melakukan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dengan merobohkan botol air mineral (target) dalam 3 kali kesempatan sesuai urutan undian.
- Pemain setelah yang melakukan shooting harus menempatkan botol air mineral (target) sama seperti posisi pada awal permainan.

Area Permainan :



Gambar 3.24 Area Permainan Passing & Shooting Target 2

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
→ : *Shooting* datar
0 : Botol air minum (target)
Batas melakukan *shooting*

3. Permainan Pantul

a. *Passing* Pantul

1) *Passing* Pantul 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* datar lurus.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini dapat dimainkan 2 atau lebih pemain.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan

diakhiri dengan bunyi peluit.

- Dalam melakukan *passing* harus lurus datar dan hasil pantulan masuk di dalam lingkaran yang radiusnya ditentukan sebelumnya.
- Permainan berikut selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *passing*.
- Sebelum permainan dimulai dilakukan undian untuk menentukan urutan saat melakukan *passing*.
- Pemenang dalam permainan ini ditentukan banyaknya *passing* yang sah sampai permainan selesai. *passing* yang sah yaitu *passing* dimulai dalam lingkaran dan dipantulkan ke tembok dan bola kembali ke dalam lingkaran yang akan dilanjutkan pemain selanjutnya. Dalam satu kali pantul dan masuk lingkaran dapat 1 poin dan apabila keluar lingkaran tidak mendapatkan poin.

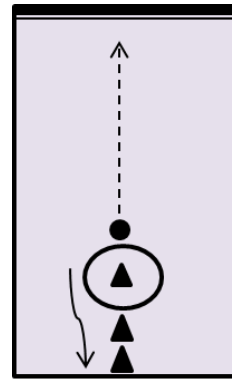
Cara Bermain :

- Pemain pada awal permainan di tengah area lingkaran (pemain pertama).
- Selain pemain pertama berada di belakang pemain pertama di luar lingkaran dan siap melakukan *passing* setelah pemain pertama dan selanjutnya.
- Ketika peluit dibunyikan dan waktu berjalan, pemain melakukan

passing dengan memantulkan bola ke tembok dan arah lurus dan memasuki area lingkaran dan langsung diterima pemain belakakngnya.

- Pemain yang selesai melakukan *passing* langsung berbalik arah menuju ke barisan paling belakakng.
- *Passing* terus dilakukan sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.25 Area Permainan Passing Pantul 1

Keterangan:

: Pemain
: Bola
: *Passing* datar
: *Target lingkaran*
: Tembok
: Arah lari

2) *Passing* Pantul 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *passing* datar lurus.

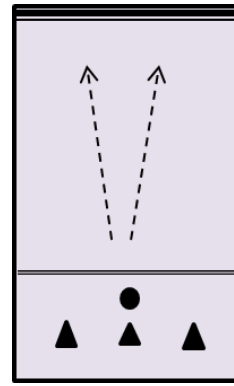
Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan :
- Pemain *passing* menggunakan kaki bagian dalam.
- Permainan ini dapat dimainkan 2 atau lebih pemain.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan diakhiri dengan bunyi peluit.
- Dalam melakukan *passing* harus datar dan hasil pantulan melalui garis gatas ditentukan sebelumnya dan tepat ke teman yang akan melakukan *passing* berikutnya.
- Permainan berikut selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *passing*.
- Pemenang dalam permainan ini ditentukan banyaknya *passing* yang sah sampai permainan selesai. *Passing* yang sah yaitu *passing* menggunakan kaki bagian dalam dan hasil pantulannya melampaui garis batas yang ditentukan dan tepat kepada teman yang akan melakukan *passing* berikutnya. Dalam satu kali pantul dan melampaui garis batas yang ditentukan dan tepat kepada teman yang akan melakukan *passing*

berikutnya dapat 1 poin dan apabila keluar area permainan tidak mendapatkan poin.

Cara Bermain : - Pemain pada awal permainan di area *passing*.
- Ketika peluit dibunyikan dan waktu berjalan, pemain melakukan *passing* dengan memantulkan bola ke tembok dengan tujuan hasil pantulan ke posisi teman yang diumpan dan langsung diterima pemain berikutnya.
- *Passing* terus dilakukan sesuai pola tersebut sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.26 Area Permainan Passing Pantul 2

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
- - -→ : *Passing* datar
○ : *Target lingkaran*
═══ : Tembok
Arah lari

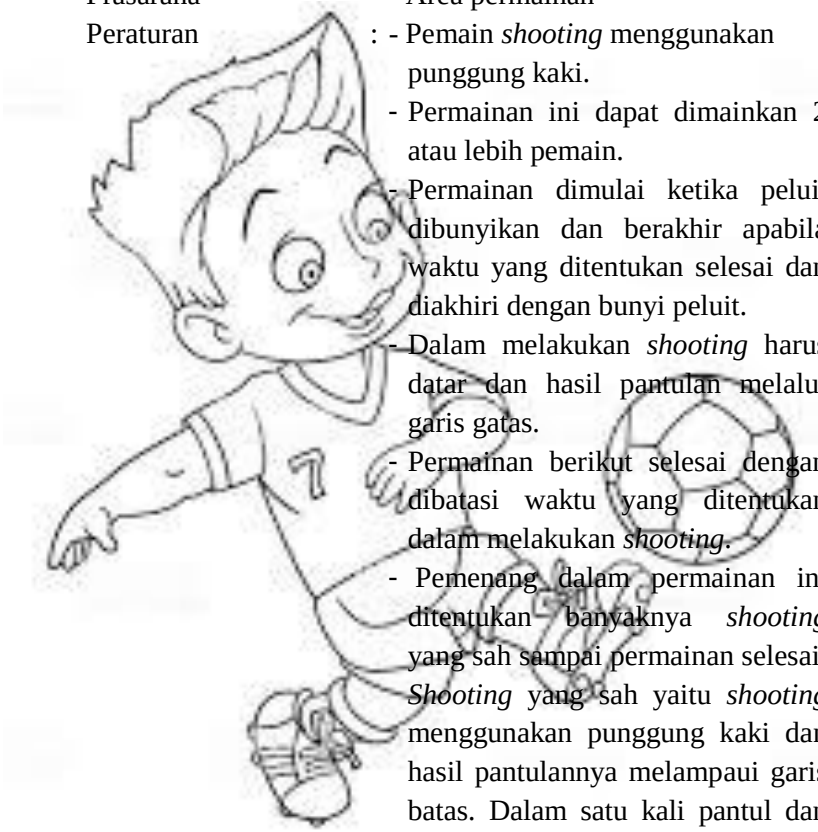
b. *Shooting* Pantul

1) *Shooting* Pantul 1

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *shooting* datar lurus.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

Peraturan : - Pemain *shooting* menggunakan punggung kaki.
- Permainan ini dapat dimainkan 2 atau lebih pemain.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan diakhiri dengan bunyi peluit.
- Dalam melakukan *shooting* harus datar dan hasil pantulan melalui garis gatas.
- Permainan berikut selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *shooting*.
- Pemenang dalam permainan ini ditentukan banyaknya *shooting* yang sah sampai permainan selesai. *Shooting* yang sah yaitu *shooting* menggunakan punggung kaki dan hasil pantulannya melampaui garis batas. Dalam satu kali pantul dan melampaui garis batas dapat 1 poin dan apabila keluar area permainan tidak mendapatkan poin.

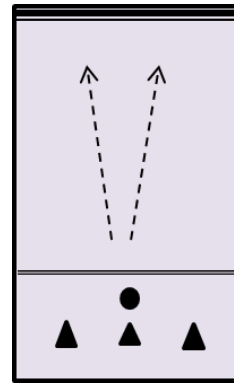


Cara Bermain : - Pemain pada awal permainan di area *shooting*.
- Ketika peluit dibunyikan dan

waktu berjalan, pemain melakukan *shooting* dengan memantulkan bola ke tembok pada di bawah garis dan hasil pantulan sampai garis batas *shooting* dan langsung diterima pemain berikutnya.

- *Shooting* terus dilakukan sesuai pola tersebut sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.27 Area Permainan *Shooting* Pantul 1

Keterangan:

▲ : Pemain
● : Bola
- - -> : *Passing* datar
═══ : Batas *shooting*
▬▬ : Tembok

Gambar 3.28 Batas Shooting Pada Tembok

2) *Shooting* Pantul 2

Tujuan Permainan : Menguasai teknik *shooting* lambung atas.

Sarana dan Prasarana : - Bola
- Area permainan

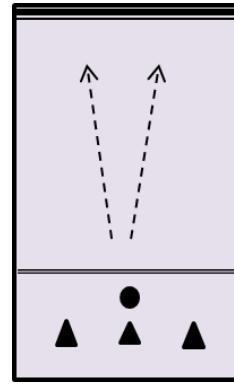
Peraturan : - Pemain *shooting* menggunakan Kura-kura kaki bagian dalam.
- Permainan ini dapat dimainkan 2 atau lebih pemain.
- Permainan dimulai ketika peluit dibunyikan dan berakhir apabila waktu yang ditentukan selesai dan diakhiri dengan bunyi peluit.
- Dalam melakukan *shooting* harus datar dan hasil pantulan melalui garis gatas.
- Permainan berikut selesai dengan dibatasi waktu yang ditentukan dalam melakukan *shooting*.
- Pemenang dalam permainan ini ditentukan banyaknya *shooting* yang sah sampai permainan selesai. *Shooting* yang sah yaitu *shooting* menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan hasil pantulannya melampaui garis batas. Dalam satu kali pantul dan melampaui garis batas dapat 1 poin dan apabila keluar area permainan tidak mendapatkan poin.

Cara Bermain : - Pemain pada awal permainan di area *shooting*.
- Ketika peluit dibunyikan dan waktu berjalan, pemain melakukan

shooting dengan memantulkan bola ke tembok pada di atas garis dan hasil pantulan sampai garis batas *shooting* dan langsung diterima pemain berikutnya.

- *Shooting* terus dilakukan sesuai pola tersebut sampai ada bunyi peluit sebagai tanda permainan selesai.

Area Permainan :



Gambar 3.27 Area Permainan Shooting Pantul 1

Keterangan:

: Pemain
: Bola
: *Passing* datar
: Batas *shooting*
: Tembok

Gambar 3.28 Batas Shooting Pada Tembok

C. Rangkuman

Dalam buku ini yang dikembangkan terdapat tiga jenis modifikasi permainan sepakbola yaitu permainan sentuh, permainan target dan permainan pantul. Dalam ketiga jenis modifikasi permainan sepakbola tersebut terdapat materi teknik dasar *passing*, *dribbling*, *controlling* dan *shooting*.

DAFTAR PUSTAKA

Bahagia, Y. & Suherman, A. 2000. Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta:Depdiknas.

Danurwindo, dkk. 2017. Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia. Jakarta Selatan:PSSI.

Depdiknas .2006. *Permendiknas No 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi*. Jakarta : Depdiknas.

Mayke S. Tedjasaputra. 2001. Bermain,Mainan,dan Permainan untuk Pendidikan Usia Dini. Jakarta: Gramedia.

Montolulu, dkk. 2007. *Bermain Permainan Anak*. Jakarta:Universitas Terbuka.

Rahayu, Ega Trisna. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta cv.

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta.Litera.

Scheunemann, S. T., dkk. 2012. *Kurikulum Sepakbola Indonesia: Untuk Usia Dini (U5 – U12) Usia Muda (U13 – U20) & Senior*. Jakarta Selatan: PSSI.

Muhammad Soleh Fudin, M.Pd.
Lulus S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Nusantara PGRI Kediri, lulus S2 Pendidikan Olahraga IKIP Budi Utomo Malang. Saat ini penulis merupakan dosen tetap Program Studi Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Trenggalek, Jabatan Fungsional Asisten Ahli. Penulis fokus penelitian dan pengembangan bidang pendidikan jasmani dan olahraga. Penulis aktif mempublikasikan karya ilmiah pada jurnal penelitian nasional .

Khamim Hariyadi, M.Pd.
Lulus S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Nusantara PGRI Kediri, lulus S2 Pendidikan Olahraga IKIP Budi Utomo Malang. Saat ini penulis merupakan dosen tetap Program Studi Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Trenggalek, Jabatan Fungsional Asisten Ahli. Penulis fokus padabidang pengembangan dan implementasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penulis aktif mempublikasikan karya ilmiah pada jurnal penelitian nasional.

ISBN 978-602-0731-75-9

REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN
CIPTAAN

Dalam rangka pelindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan	:	EC00202047335, 8 November 2020
Pencipta		
Nama	:	**Muhammad Soleh Fudin, M.Pd. dan Khamim Haryadi, M.Pd.**
Alamat	:	Dusun Krajan RT.01 RW.01 Ds. Jambu Kec.Tugu, Trenggalek, Jawa Timur, 66352
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Pemegang Hak Cipta		
Nama	:	**UPPMH STKIP PGRI Trenggalek**
Alamat	:	Jl. Supriyadi, No. 22, Trenggalek, Trenggalek, Jawa Timur, 66319
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Jenis Ciptaan	:	**Buku**
Judul Ciptaan	:	**Modifikasi Permainan Sepakbola Untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Tingkat Sekolah Dasar**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia	:	8 November 2020, di Trenggalek
Jangka waktu pelindungan	:	Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.
Nomor pencatatan	:	000215165

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001