

**PERBANDINGAN METODE DEMONSTRASI DAN METODE
KOMANDO TERHADAP KEMAMPUAN MENENDANG BOLA**

(Jurnal)

**Oleh
ENGGA FRASTYA**



**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
2013**

ABSTRACT

COMPARISON OF METHODS DEMONSTRATION AND METHODS KOMANDO AGAINST CAPABILITY KICKING A BALL

**BY
ENGA FRASTYA**

**Mentor:
Drs. Suranto, M. Kes
Drs. Akor Sitepu, M. Pd**

This study aims to determine the comparative method and the demonstration of the ability of the method komando kicking the ball, and the significant influence of exercise demonstration and komando methods that enhance the ability to kick the ball.

Data capture techniques to test the ability of kicking the ball using the test kicking, in the analysis of data is the data from the initial test and final test, calculate the initial test results and test results using the final kick t-test data analysis, with requirements analysis Normality Test, Test Homogeneity, and hypothesis Testing.

Results of data analysis showed that there were no differences in outcomes between the groups kicking the ball demonstration methods and methods of komando to the acquisition value - $t = -0.127 \geq -t_{table} = -2.017$ at significant level of 0.05 or 95% confidence level. While at the end of the test obtained value $t = 1.446 < +t_{table} = 2.029$, then reject H_0 and accept H_a means the end of the test there are differences in outcomes between the groups kicking the ball demonstration methods and methods of komando. Influence the results of the analysis method demonstration against the results obtained by the amount of the difference in kicking the ball an average of 740 points, an average value of 32.2, standard deviation 15.7 and 245.1 variance value. Based on these data $t = 9.857 > t_{table} = 2.074$ means that there is a significant influence on the results of the demonstration method of kicking the ball.

The conclusion from this study is that it turns out the two types of learning methods are equally significant impact on improved outcomes kicking a ball but the learning outcomes of the demonstration method is more influential than the results of the exercise of komando methods.

Keywords: Method Demonstration, Method Komando, Capabilities Kicking

ABSTRAK

PERBANDINGAN METODE DEMONSTRASI DAN METODE KOMANDO TERHADAP KEMAMPUAN MENENDANG BOLA

OLEH
ENGGA FRASTYA

Pembimbing :
Drs. Suranto, M. Kes
Drs. Akor Sitepu, M. Pd

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan metode demonstrasi dan metode komando terhadap kemampuan menendang bola, dan pengaruh yang signifikan antara latihan metode demonstrasi dan komando sehingga meningkatkan kemampuan menendang bola. Teknik pengambilan data untuk tes kemampuan menendang bola ini menggunakan tes menendang, data yang di analisis adalah data dari hasil tes awal dan tes akhir, menghitung hasil tes awal dan hasil tes akhir menendang menggunakan analisis data uji t, dengan persyaratan analisis Uji Normalitas, Uji Homogenitas, dan Uji Hipotesis.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan hasil menendang bola antara kelompok metode demonstrasi dan metode komando dengan perolehan nilai $-t_{hitung} = -0,127 \geq -t_{tabel} = -2,017$ pada taraf signifikan 0,05 atau taraf kepercayaan 95%. Sedangkan pada tes akhir diperoleh nilai $+t_{hitung} = 1,446 < +t_{tabel} = 2,029$ maka tolak H_0 dan terima H_a artinya pada tes akhir terdapat perbedaan hasil menendang bola antara kelompok metode demonstrasi dan metode komando. Hasil analisis pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil menendang bola diperoleh jumlah selisih rata-rata sebesar 740 poin, nilai rata-rata 32,2, nilai standar deviasi 15,7 dan nilai varians 245,1. Berdasarkan data tersebut $t_{hitung} = 9,857 > t_{tabel} = 2,074$ artinya ada pengaruh yang signifikan metode demonstrasi terhadap hasil menendang bola. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa ternyata kedua jenis metode pembelajaran ini sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil menendang bola tetapi hasil belajar dari metode demonstrasi lebih berpengaruh dibandingkan hasil latihan metode komando.

Kata kunci: Metode Demonstrasi, Metode Komando, Kemampuan Menendang

I. PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari kegiatan pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan para siswa melalui aktivitas jasmani. Melalui pendidikan jasmani dapat di kembangkan kemampuan intelektual, kognitif, hubungan sosial, kesegaran jasmani dan mental. Dengan demikian pendidikan pendidikan jasmani bertujuan mengembangkan anak didik menuju manusia yang sehat jasmani dan rohani.

Kegiatan belajar mengajar dalam pelajaran pendidikan jasmani amat berbeda pelaksanaannya dari pembelajaran mata pelajaran lainnya. Pada dasarnya program pendidikan jasmani memiliki kepentingan yang relatif sama dengan pendidikan lainnya dalam hal pembelajaran. Namun demikian ada satu keiklasan dan keunikan dari pendidikan jasmani yang tidak dimiliki oleh bidang studi lainnya, yaitu dalam hal pengembangan wilayah psikomotor yang biasanya dikaitkan dengan tujuan mengembangkan kebugaran jasmani siswa, pencapaian kemampuan gerakanya dan pencapaian prestasi dalam setiap cabang olahraga.

Dalam mencapai tujuan tersebut, maka pendidikan jasmani dilaksanakan dalam bentuk aktivitas gerakan dalam latihan-latihan olahraga.

Peneliti mencari suatu metode yang tepat sebagai strategi guru dalam menjawab permasalahan tersebut. Pemilihan dan penerapan metode yang tepat setidaknya memungkinkan keberhasilan dan peningkatan prestasi siswa. Melalui perbandingan metode pembelajaran yang diterapkan oleh

peneliti dengan menggunakan metode demonstrasi dan metode komando dalam usaha meningkatkan kemampuanmenendang bola dalam permainan sepak bola diharapkan memiliki perubahan yakni pada kemampuanmenendang bola.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah:

1. Masih kurangnya penerapan metode pembelajaran menendang bola pada siswa.
2. Masih kurang efisien nya waktu yang di gunakan dalam proses belajar menendang bola dengan menggunakan metode belajar yang tidak tepat pada siswa.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dideskripsikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yakni:

1. Adakah pengaruh yang signifikan metode demonstrasiterhadap kemampuanmenendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012?
2. Adakah pengaruh yang signifikan metode komandoterhadap kemampuanmenendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012?
3. Adakah perbedaan yang signifikan antara metode demonstrasidan metode komandoterhadap kemampuanmenendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012?

D. Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, untuk memudahkan penelitian perlu membatasi yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah membandingkan metode demonstrasi dan metode komando terhadap kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, diharapkan hasil penelitian memberikan pengaruh yang signifikan dan dapat melihat perbedaan antara metode demonstrasi dan metode komando terhadap kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini penulis berharap antara lain :

1. Penulis

Ingin mengetahui secara jelas model latihan mana yang lebih baik antara metode demonstrasi dan metode komando terhadap kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012.

2. Siswa

Sebagai pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan menendang bola.

3. Guru

- Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi kepada guru pendidikan jasmani dan siswa sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam meningkatkan prestasi belajar penjas.

- Penelitian ini dapat dijadikan salah satu sumber kepada guru untuk dapat menggunakan metode demonstrasi dan metode komando untuk meningkatkan kemampuan menendang bola.

4. Peneliti lainnya

Sebagai salah satu acuan dalam program dan pelatihan cabang olahraga sepak bola, dan berguna bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang akan dilakukan oleh orang lain.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah:

Obyek penelitian : Perbandingan Metode Demonstrasi dan Metode Komando Terhadap Kemampuan Menendang Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun Pelajaran 2011-2012".
Subyek peneliti : Siswa Kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu
Tempat Penelitian : Di SMP N 5 Belambangan Umpu, Jalan Jenderal Sudirman km 5, kecamatan Belambangan Umpu Kabupaten Way Kanan.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran dalam kurikulum di sekolah. Mata pelajaran ini berorientasi pada pelaksanaan misi pendidikan melalui aktivitas jasmani dan pembiasaan perilaku hidup sehat sehari-hari. Tujuan yang ingin dicapai dalam mata pelajaran ini adalah "membantu peserta didik untuk kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak

dasar dan berbagai aktivitas jasmani.(Syarifudin, 1997:15).

A. Hakikat Sepak Bola

Sepak bola merupakan paling populer di dunia dan olahraga permainan nasional bagi hampir semua Negara Eropa, Amerika Selatan, Asia dan Afrika dan dikenal secara internasional sebagai “ Bola Kaki” olahraga ini seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa saentero dunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan dunia, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama. Daya tarik sepak bola secara umum sebenarnya bukan hanya olahraga ini mudah dimainkan, tetapi karena sepak bola lebih banyak menuntut kemampuan pemain di dibandingkan olahraga lain. Dengan kemampuan yang dimilikinya, seorang pemain dituntut bermain bagus mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi di dalam pertandingan dengan waktu yang terbatas. Mukholid, (2004:24)

Permainan sepak bola seperti halnya dengan cabang olahraga lain juga memerlukan alat dan fasilitas, yaitu sebagai berikut :

a. Lapangan

Lapangan permainan berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 90-120 meter dan lebar 45-90 m. Untuk lebih jelasnya perhatikan gambar di bawah ini:

b. Gawang

Tinggi gawang 2.44, ukuran dari tanah. Lebar gawang 7.32 m diukur dari tiang. Kemudian beri jal/jarring.

c. Bola

Bola harus bulat, bagian luar bola dibuat dari kulit dengan ukuran lingkaran bola tidak lebih dari 71 cm

dan tidak boleh kurang dari 68 cm. berat permukaan tidak lebih dari 453 gram dan tidak boleh kurang dari 369 gram.

d. Perlengkapan lain

Setiap pemain seharusnya menggunakan sepatu bola dan pakaian latihan (kostum), (Mukholid, 2004:32)

B. Metode Komando

Idris, (2008:141) pada umumnya prosedur metode ini mengikuti langkah-langkah seperti berikut:

1. Guru menyiapkan seperangkat kegiatan belajar mengajar yang pada umumnya berkenaan dengan bentuk, tempo, urutan, frekuensi, intensitas, penilaian dan tujuan pengajaran.
2. Guru menetapkan bentuk aba-aba atau komando berupa verbal atau bentuk lambang lainnya, yang termasuk lambang adalah bendera, tepuk tangan, dan pluit.
3. Pada saat guru mendemonstrasikan kegiatan belajarnya baik berupa gerakan maupun aba-abanya, demonstrasi ini dapat dilakukan oleh guru sendiri atau model yang diambil dari siswa yang pandai atau orang lain, guru menyiapkan siswanya untuk menerima aba-aba melakukan gerakan sesuai dengan komando guru. Gerakan dilakukan berulang-ulang.
4. Guru menghentikan pengajaran bila ia menganggap bahwa siswa telah menguasai gerakan yang dimaksud. Contoh bila mengajarkan renang massal, renang konfigurasi dan dayung beregu. Sangat efektif bila ingin membina keseragaman dan keserentakan gerakan sesuai dengan bentuk yang diinginkan guru, mempertinggi disiplin dan kepatuhan.

C. Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi adalah cara penyajian pelajaran dengan memeragakan suatu proses kejadian, metode demonstrasi biasanya diaplikasikan dengan menggunakan alat-alat bantu pengajaran seperti benda-benda miniatur, gambar, perangkat alat-alat laboratorium dan lain-lain. (Cecep, 2005:57).

Kelebihan metode demonstrasi yang diungkapkan oleh Anita, (2007:43) adalah sebagai berikut:

1. Membantu anak didik memahami dengan jelas jalannya suatu proses atau kerja suatu benda.
2. Memudahkan berbagai jenis penjelasan.
3. Kesalahan-kesalahan yang terjadi dari hasil ceramah dapat diperbaiki melalui pengamatan dan contoh konkret, dengan menghadirkan obyek sebenarnya.

Kelemahan metode demonstrasi yang diungkapkan oleh Anita, (2007:43) adalah sebagai berikut:

1. Anak didik terkadang sukar melihat dengan jelas benda yang akan dipertunjukkan.

Sukar dimengerti bila didemonstrasikan oleh guru yang kurang menguasai apa yang didemonstrasikan.

D. Kerangka Pikir

Dari uraian tersebut dapat diketahui bahwa di dalam perbandingan metode demonstrasi dan metode komando digunakan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan menendang bola dalam permainan sepak bola, sehingga dapat melakukan permainan dengan baik.

E. Hipotesis

Menurut Suharsimi Arikunto (1998:67) hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis adalah jawaban yang masih bersifat sementara dan bersifat teoritis. Sukardi, (2003:42)

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah suatu konsep yang berfungsi sebagai jawaban sementara terhadap masalah penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian adalah:

1. Adakah pengaruh yang signifikan metode demonstrasi terhadap kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012
2. Adakah pengaruh yang signifikan metode komando terhadap kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012

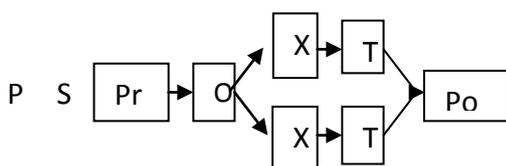
Adakah perbedaan yang signifikan antara metode demonstrasi dan metode komando terhadap kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan suatu cara tertentu yang digunakan untuk meneliti suatu permasalahan sehingga mendapatkan hasil atau tujuan yang diinginkan. Menurut Arikunto (1991:3) penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan. Tujuan penelitian

ini adalah untuk mengetahui perbandingan metode demonstrasi dan metode komando terhadap keterampilan menendang bola dan pengaruh yang signifikan antara latihan metode demonstrasi dan komando sehingga meningkatkan keterampilan menendang bola. Maka metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen perbandingan yaitu untuk mengetahui pengaruh setiap variabel bebas terhadap variabel terikat. Rancangan penelitian yang digunakan “pre-test and post-test design”



Gambar 4. Desain Penelitian sumber Ridwan (2005:141)

Keterangan :

- P : Populasi
 S : Sampel
 OP : Ordinal Pairing
 Pretest : Tes awal kemampuan mengambil bola jauh
 X 1 : Kelas eksperimen dengan T1
 X 2 : Kelas eksperimen dengan T2
 T1 : Latihan metode demonstrasi
 T2 : Latihan metode komando
 Posttest : Tes

B. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu gejala yang bervariasi yang menjadi obyek penelitian (Arikunto, 1991:118). Sedangkan dalam penelitian ini ada dua variabel bebas dan satu variabel terikat.

1. Variabel bebas adalah yang mempengaruhi, yaitu metode demonstrasi (X_1) dan metode komando (X_2).

2. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi, yaitu keterampilan menendang bola (Y).

C. Definisi Operasional Variabel

Untuk menyamakan persepsi mengenai variabel-variabel yang akan diukur dalam penelitian ini, maka perlu dipaparkan definisi operasional variabel sebagai berikut:

1. Perbandingan

Menurut pengertian dasar perbandingan pendidikan adalah berarti menganalisa dua hal atau lebih untuk mencari kesamaan-kesamaan dan perbedaan-perbedaannya, dengan demikian maka studi perbandingan pendidikan ini adalah mengandung pengertian sebagai usaha menganalisa dan mempelajari secara mendalam dua hal atau aspek dari system pendidikan, untuk mencari dan menemukan kesamaan-kesamaan dan perbedaan-perbedaan yang ada dari kedua hal tersebut.

2. Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi adalah cara penyajian pelajaran dengan memeragakan suatu proses kejadian, metode demonstrasi biasanya diaplikasikan dengan menggunakan alat-alat bantu pengajaran seperti benda-benda miniatur, gambar, perangkat alat-alat laboratorium dan lain-lain.

3. Metode Komando

Pendekatan proses pembelajaran dalam metode ini sepenuhnya didominasi guru, gurulah yang membuat tentang bentuk, tempo, urutan, intensitas, penilaian, dan tujuan proses belajar mengajar untuk setiap tahap proses belajar mengajar. Siswa sangat mematuhi perintah guru, secara teoritis bahkan dapat dinyatakan bahwa siswa tidak mempunyai kebebasan untuk

membuat keputusan sehubungan dengan proses belajarnya.

D. Populasi dan Sampel

1) Populasi

Menurut Sukardi (2003:53), populasi adalah semua anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam satu tempat dan secara terencana menjadi target kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian. Populasi dibatasi sebagai jumlah penduduk sedikit mempunyai sifat yang sama atau homogen, sedangkan Suharsimi Arikunto (2006:130), bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian, populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012.

2) Sampel

Dalam suatu proses penelitian, tidak perlu seluruh populasi diteliti akan tetapi dapat dilakukan terhadap sebagian dari jumlah populasi tersebut. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2002:109) menjelaskan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Apabila kurang dari 100, lebih baik diambil semua hingga penelitian merupakan penelitian populasi sebanyak 46 orang siswa (20-25% dari populasi) yang terdiri dari 23 putra dan 23 putri.

E. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes menendang bola ke sasaran (*shotting test*), tes ini dimaksudkan untuk mengukur kemampuan menendang bola anak, tes ini berlaku untuk pelajar, dengan tingkat validitas tes 0,65 dan reabilitas 0,77. (Nurhasan, 1986:112)

Pelaksanaan tes menendang bola ke sasaran (*shotting test*) adalah:

1. Bola diletakkan pada sebuah titik 13 m dari gawang tepat pertengahan gawang.
2. Lakukan menendang bola tadi ke sasaran (*shotting*).
3. Waktu tembakan, diambil pada saat kaki si penembak mengenai bola sampai bola mengenai tembok atau gawang

Skor tembakan, angka pada gawang yang dikenai oleh bola, bila bola mengenai garis-garis antara kotak di dalam gawang maka skor tertinggi yang dicatat sebagai skornya.

a. Tempat Penelitian

Dilaksanakan di tempat SMP N 5 Belambangan umpu

b. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilakukan 6 minggu atau 2 bulan, Sajoto (1988:70) mengatakan dengan memakai frekuensi 3 kali dalam 1 minggu selama latihan dilakukan, dapat meningkat gerak pada latihan tersebut. Program latihan adalah 18 kali pertemuan terdiri dari pertemuan pertama (satu) untuk tes awal, pertemuan ke 2-16 untuk melakukan latihan, dan pertemuan ke-18 untuk tes akhir. Latihan menendang dengan metode demonstrasi dan metode komando.

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Data

Deskripsi data merupakan gambaran jenis data yang diperlukan untuk menganalisa data. Jenis data yang terdiri dari jumlah, rata-rata, standar deviasi dan varians pada masing-masing kelompok eksperimen yaitu kelompok metode demonstrasi dengan metode komando. Jenis data

tersebut digunakan untuk menganalisis normalitas, homogenitas dan uji t perbedaan maupun uji t pengaruh.

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji Liliefors dengan kriteria uji jika nilai $L_{hitung} < L_{tabel}$ maka data berdistribusi normal.

hasil menendang bola pada kelompok metode demonstrasi maupun kelompok metode komando dengan taraf signifikan 0,05 dan taraf kepercayaan 95% memiliki nilai L_{hitung} yang lebih kecil daripada L_{tabel} , Sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data untuk semua variabel adalah normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh informasi apakah kedua kelompok sampel memiliki varians yang homogen atau tidak, dilakukan dengan cara membandingkan varians terbesar dan varians terkecil dari masing-masing kelompok, sehingga diperoleh nilai F_{hitung} dengan kriteria uji, jika nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka kedua data berdistribusi homogen.

2. Pengujian Hipotesis

a. Uji t Perbedaan

Uji t-perbedaan dilakukan untuk mengetahui perbedaan hasil menendang bola siswa Kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun Pelajaran 2011-2012 pada tes awal sehingga pembagian dua kelompok eksperimen mempunyai kemampuan yang hampir sama, sehingga jika pada tes akhir terdapat perbedaan maka hal tersebut akibat dari tindakan yang diberikan pada masing-masing kelompok.

Dengan kaidah pengujian jika $-t_{hitung} \leq -t_{tabel}$ maka H_0 diterima, H_a ditolak. Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pada tes awal terima H_0 bahwa tidak terdapat perbedaan hasil menendang bola antara kelompok metode demonstrasi dan metode komando dengan perolehan nilai $-t_{hitung} = -0,127 \geq -t_{tabel} = -2,017$ pada taraf signifikan 0,05 atau taraf kepercayaan 95%.

Sedangkan pada tes akhir diperoleh nilai $+t_{hitung} = 1,446 < +t_{tabel} = 2,029$ maka tolak H_0 dan terima H_a artinya pada tes akhir terdapat perbedaan hasil menendang bola antara kelompok metode demonstrasi dan metode komando.

b. Uji t Pengaruh

Uji pengaruh adalah untuk mengetahui pengaruh yang diberikan pada kelompok sampel terhadap hasil menendang bola.

Hasil analisis pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil menendang bola diperoleh jumlah selisih rata-rata sebesar 740 poin, nilai rata-rata 32,2, nilai standar deviasi 15,7 dan nilai varians 245,1. Berdasarkan data tersebut diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 9,857 dan nilai t_{tabel} sebesar 2,074. Jika $-t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq +t_{tabel}$ maka H_0 diterima, H_a ditolak.

Ternyata $t_{hitung} = 9,857 > t_{tabel} = 2,074$ artinya ada pengaruh yang signifikan metode demonstrasi terhadap hasil menendang bola.

Hasil analisis metode komando terhadap hasil menendang bola diperoleh jumlah selisih rata-rata 460 poin, nilai rata-rata 20,0 sedangkan nilai standar deviasi 10,4 dan nilai varians 109,1. Berdasarkan data tersebut diperoleh nilai $t_{hitung} = 9,183$ dan nilai $t_{tabel} = 2,074$. Jika $-t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq +t_{tabel}$ maka H_0 diterima, H_a ditolak. Karena $t_{hitung} = 9,183 > t_{tabel} = 2,074$ artinya ada pengaruh yang

signifikan metode komando terhadap hasil menendang bola.

Dari perbandingan hasil selisih rata-rata kedua kelompok yaitu kelompok metode demonstrasi dan kelompok metode komando dapat diketahui bahwa metode demonstrasi menunjukkan nilai uji t yang lebih tinggi daripada metode komando, artinya kedua jenis model pembelajaran ini sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil menendang bola tetapi hasil belajar dari metode demonstrasi lebih berpengaruh dibandingkan hasil latihan metode komando.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa Kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun Pelajaran 2011-2012, sebelum diberikan perlakuan peneliti melakukan tes awal, merangking, membagi menjadi dua kelompok dengan menggunakan *ordinal pairing*. Setelah itu salah satu kelompok tersebut diberi perlakuan dengan metode demonstrasi dan kelompok kedua diberi perlakuan dengan metode komando. Masing-masing kelompok eksperimen diberikan perlakuan selama 18 kali pertemuan (frekuensi 3 kali dalam 1 minggu).

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan terhadap hasil tes awal dan akhir pada masing-masing kelompok diperoleh: Hasil perhitungan statistik untuk membandingkan antara hasil tes awal kedua kelompok digunakan rumus *t-test*. Adapun hasil penghitungan *t-test* untuk tes awal metode demonstrasi dan metode komando adalah tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tes awal menendang bola pada kedua kelompok penelitian. (1) Analisis Perbandingan Hasil Tes Akhir Antara Metode Demonstrasi dan Kelompok

Komando : Hasil tes akhir setelah diadakan perlakuan dapat digunakan sebagai dasar untuk mengetahui perbedaan efek dari perlakuan tersebut. Selanjutnya untuk perbedaan peningkatan menendang bola antara kelompok metode demonstrasi dan metode komando dapat diketahui dengan melakukan perhitungan statistik dengan menggunakan rumus *t-test*. Adapun hasil penghitungan *t-test* untuk tes akhir pada metode demonstrasi dan metode komando lebih besar dari t tabel yang berarti menolak hipotesis nol (H_0). Maka dapat disimpulkan bahwa pada tes akhir terdapat perbedaan yang signifikan hasil menendang bola pada metode demonstrasi dan kelompok komando. (2) Analisis Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Metode Demonstrasi : Setelah kelompok eksperimen mendapat perlakuan dengan metode demonstrasi, selanjutnya untuk membuktikan perubahan diadakan perhitungan statistik dengan menggunakan rumus *t-test*. Adapun hasil penghitungan *t-test* untuk tes awal dan tes akhir pada metode demonstrasi lebih besar dari t tabel yang berarti tolak hipotesis nol (H_0). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tes awal dan tes akhir hasil menendang bola dengan penggunaan metode demonstrasi. Dengan kata lain, terdapat peningkatan atau pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa. (3) Analisis Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Metode Komando : Pada kelompok eksperimen yang dikenai perlakuan berupa metode komando didapat hasil perhitungan *t-test* lebih besar dari t tabel maka tolak H_0 , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tes awal dan tes akhir hasil menendang bola dengan penggunaan metode komando

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012.
2. Terdapat pengaruh metode komando terhadap hasil kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan hasil kemampuan menendang bola pada siswa kelas VIII SMP N 5 Belambangan Umpu Tahun pelajaran 2011-2012 yang diberikan metode demonstrasi dan metode komando.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan maka penulis menyarankan bagi :

1. Bagi sekolah di harapkan dapat melengkapi sarana dan prasarana dalam menunjang proses pembelajaran agar di capai tujuan yang akan di capai menggunakan metode-metode yang tepat Bagi guru pendidikan jasmani bahwa metode komando dan metode demonstrasi dapat menjadi acuan dalam upaya peningkatan kemampuan menendang pada siswa.
2. Bagi Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di harapkan dapat dijadikan salah satu acuan dalam memilih metode pembelajaran yang tepat bagi siswa sekolah menengah.
3. Bagi siswa dengan penelitian ini di harapkan adanya peningkatan

kemampuan menendang bola pada permainan sepak bola di sekolah menengah pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- Lutan Rusli dan Agung Suherman. (2000). *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*, Depdikbud, Jakarta.
- Mukholid, Agus. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Yudhistira : Surakarta.
- Mukholid. (2004). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta : Yudhistira
- Muhajir. 2003. *Pendidikan Jasmani Untuk Kelas 1 SMP*. Bandung: Yudhistira
- Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. (2009). Universitas Lampung : Bandar Lampung.
- Ridwan, (2005). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Penelitian Pemula*, Alfabeta : Bandung.
- Rusli Lutan, (1988). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta : Depdikbud.
- Ruswandi. Irfan. (2012). *Gaya Komando Pembelajaran Penjaskes*.
- Sajoto M. (1988). *Pembinaan dan Peningkatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*, Jakarta : Dahara Prize
- Saputra M Yudha. (2002). *Rencana Mengajar*, Jakarta:Yudhistira.
- Subagio DKK. 2004. *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Materi Pokok, Universitas Terbuka.
- Surayin. (1998). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta : Yudhistira.
- Syarifudin Aip (1997). *Filsafah dan Sejarah Pendidikan Jasmani* : Jakarta
- Unila. (2008). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Lampung*, Bandar Lampung : Universitas Lampung