



Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>
 Volume 8 Nomor 2, 2025
 P-2655-710X e-ISSN 2655-6022

Submitted : 29/03/2025
 Reviewed : 02/04/2025
 Accepted : 04/04/2025
 Published : 18/04/2025

Aidil Pitriansyah¹
 Harun Al-Farabi²
 Iman Todung Sihombing³
 Ucok Immanuel Tua
 Malau⁴
 Nimrot Manalu⁵

BERMAIN SEPAK BOLA ORIENTASI PASSING BERBASIS PROJECT BASED LEARNING (PJBL)

Abstrak

Metode pembelajaran Project-Based Learning (PjBL) telah diimplementasikan dalam pengajaran keterampilan passing sepak bola dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman serta keterampilan teknis siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas PjBL dalam meningkatkan keterampilan passing siswa serta mengidentifikasi tantangan yang mungkin muncul selama penerapannya. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK), yang melibatkan siswa dalam latihan sepak bola berbasis proyek. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan analisis rekaman video latihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PjBL berhasil meningkatkan akurasi dan konsistensi dalam passing, pemahaman taktis, serta kemampuan komunikasi dan kerja sama dalam tim. Di samping itu, metode ini juga mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran. Temuan ini mendukung teori pembelajaran berbasis pengalaman yang menekankan pentingnya praktik langsung untuk mengembangkan keterampilan teknis dan kognitif. Oleh karena itu, metode PjBL direkomendasikan untuk diterapkan secara lebih luas dalam pendidikan jasmani dan olahraga demi meningkatkan efektivitas pelatihan sepak bola.

Kata Kunci: Project-Based Learning, Sepak Bola, Passing, Keterampilan Siswa, Pendidikan Jasmani.

Abstract

Project-Based Learning (PjBL) learning method has been implemented in teaching soccer passing skills with the aim of improving students' understanding and technical skills. This study aims to analyze the effectiveness of PjBL in improving students' passing skills and identifying challenges that may arise during its implementation. The approach used in this study is classroom action research (CAR), which involves students in project-based soccer training. Data were collected through observation, interviews, and analysis of training video recordings. The results showed that PjBL successfully improved accuracy and consistency in passing, tactical understanding, and communication and teamwork skills. In addition, this method was also able to increase students' motivation and active involvement in the learning process. These findings support the theory of experiential learning which emphasizes the importance of direct practice to develop technical and cognitive skills. Therefore, the PjBL method is recommended to be applied more widely in physical education and sports to improve the effectiveness of soccer training.

Keywords: Project-Based Learning, Soccer, Passing, Student Skills, Physical Education.

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah salah satu olahraga yang paling dicintai di seluruh dunia, baik dalam konteks profesional maupun rekreasi. Salah satu keterampilan dasar yang sangat vital dalam permainan ini adalah passing atau mengoper bola. Passing yang baik memungkinkan tim untuk menguasai bola, membangun serangan, dan menciptakan peluang mencetak gol. Namun, masih banyak pemain, terutama di tingkat pemula dan remaja, yang menghadapi tantangan dalam

^{1,2,3,4,5)} Universitas Negeri Medan
 email:aidil@gmail.com

melakukan passing dengan akurat dan efektif. Arifianto (2019) mencatat bahwa salah satu kendala utama dalam menguasai teknik passing adalah kurangnya pemahaman pemain terhadap teknik dasar yang benar, disertai dengan minimnya latihan yang mengintegrasikan teknik tersebut dalam situasi permainan yang sesungguhnya.

Salah satu masalah utama dalam pembelajaran passing di kalangan pemain muda adalah penggunaan metode latihan yang masih konvensional dan kurang relevan dengan konteks permainan. Banyak pelatih cenderung fokus pada latihan passing secara individu, tanpa menempatkan pemain dalam situasi permainan yang realistis. Penelitian oleh Harsono (2018) menunjukkan bahwa metode latihan yang terlalu teoritis dan tidak diterapkan dalam konteks pertandingan sering kali membuat pemain kesulitan saat menerapkan teknik passing dalam keadaan permainan yang dinamis. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih inovatif dan berorientasi pada pengalaman nyata agar pemain bisa memahami serta menguasai teknik passing dengan lebih baik.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan passing dalam sepak bola adalah Project-Based Learning (PjBL). Thomas (2000) menjelaskan bahwa PjBL adalah model pembelajaran berbasis proyek di mana peserta didik aktif terlibat dalam memecahkan masalah yang nyata dan relevan. Dalam konteks sepak bola, metode PjBL dapat diterapkan melalui latihan berbasis proyek yang menantang pemain untuk mengembangkan keterampilan passing dalam beragam skenario permainan. Misalnya, pelatih dapat merancang latihan dalam bentuk tantangan atau proyek tim, seperti merumuskan strategi passing saat melakukan serangan balik atau mengorganisir permainan dengan fokus pada penguasaan bola.

Penerapan PjBL dalam pembelajaran sepak bola diyakini mampu meningkatkan pemahaman serta keterampilan teknis pemain. Dewey (1938) menyatakan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman membantu peserta didik lebih memahami konsep yang dipelajari karena mereka berpartisipasi langsung dalam proses tersebut. Dalam konteks sepak bola, pendekatan ini memungkinkan pemain untuk memahami passing tidak hanya sebagai keterampilan mekanis, tetapi juga sebagai bagian dari strategi permainan secara keseluruhan. Dengan cara ini, metode ini dapat membantu pemain mengembangkan pemahaman taktis serta meningkatkan koordinasi dan komunikasi antar pemain dalam tim.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas metode pembelajaran berbasis PjBL dalam meningkatkan keterampilan passing pada pemain sepak bola pemula. Selain itu, penelitian ini juga ingin mengidentifikasi kendala dan tantangan dalam penerapan model PjBL pada latihan sepak bola, serta merumuskan strategi implementasi yang optimal untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan passing pemain. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan metode pelatihan yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan passing pemain sepak bola, sekaligus memberikan kontribusi bagi pelatih dan guru pendidikan jasmani dalam merancang program latihan yang lebih interaktif dan aplikatif dengan menggunakan metode PjBL.

Secara teoritis, melakukan passing dalam sepak bola merupakan keterampilan dasar yang sangat vital untuk membangun kerja sama tim. Teknik passing meliputi berbagai aspek, seperti teknik dasar (operan menggunakan punggung kaki bagian dalam, punggung kaki bagian luar, dan chip pass), serta kecepatan dan akurasi operan. Selain itu, pemahaman tentang taktik dan strategi permainan juga tidak kalah penting. Menurut Suherman (2020), pemain yang menguasai keterampilan passing dengan baik akan lebih mudah beradaptasi dengan strategi tim dan memberikan kontribusi yang lebih signifikan dalam pertandingan.

Pendekatan PjBL (Project-based Learning) merupakan metode pembelajaran yang telah banyak diterapkan di berbagai bidang pendidikan, termasuk pendidikan jasmani dan olahraga. Seperti yang diungkapkan oleh Bell (2010), model pembelajaran berbasis proyek dapat meningkatkan keterampilan praktis peserta didik, sebab mereka terlibat langsung dalam pemecahan masalah dan eksplorasi situasi nyata. Dalam konteks sepak bola, penerapan PjBL dapat membantu meningkatkan keterampilan teknis serta pemahaman taktis pemain melalui pengalaman langsung. Oleh karena itu, pendekatan ini sangat relevan untuk diterapkan dalam pembelajaran sepak bola, khususnya dalam upaya meningkatkan keterampilan passing pemain.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan metode pembelajaran yang lebih inovatif dalam dunia sepak bola. Hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat bagi para pelatih, guru pendidikan jasmani, dan praktisi olahraga lainnya dalam merancang program latihan yang lebih efektif. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pemain meningkatkan keterampilan passing mereka serta memahami pentingnya kerja sama tim dalam permainan sepak bola.

METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing pemain melalui penerapan model Project-Based Learning (PjBL). Berdasarkan penjelasan Kemmis dan McTaggart (1988), PTK merupakan metode penelitian yang dilakukan dalam siklus berulang dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas pembelajaran melalui tindakan langsung di dalam kelas. Dalam studi ini, PTK digunakan untuk mengamati, menganalisis, dan meningkatkan keterampilan passing siswa dalam konteks pembelajaran yang nyata.

Pelaksanaan penelitian berlangsung di ruang kelas, melibatkan sekelompok siswa yang berperan sebagai pemain sepak bola, sementara yang lainnya berfungsi sebagai guru atau pelatih. Selama sehari penuh, penelitian ini dirancang melalui serangkaian kegiatan yang mengajarkan teknik passing, menerapkannya dalam permainan kecil, serta mengevaluasi hasil melalui pengamatan langsung.

Populasi penelitian terdiri dari siswa sekolah menengah yang memiliki minat dalam sepak bola, sedangkan sampel dipilih secara purposive, yakni siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola. Menurut Sugiyono (2017), purposive sampling merupakan metode pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu untuk memastikan data yang diperoleh lebih relevan dengan tujuan penelitian. Siswa dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil untuk mempraktikkan teknik passing berdasarkan instruksi dari pelatih atau guru olahraga. Setiap kelompok bekerja dalam proyek latihan yang mencakup kombinasi teknik passing pendek dan panjang dalam berbagai situasi permainan.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, wawancara dengan siswa, dan rekaman video latihan untuk menilai efektivitas teknik passing yang diterapkan. Menurut Creswell (2014), metode observasi dan wawancara adalah teknik pengumpulan data yang efektif dalam penelitian kualitatif untuk memahami fenomena secara mendalam. Instrumen yang digunakan dalam penelitian mencakup lembar observasi keterampilan passing, angket kepuasan siswa terhadap metode pembelajaran, serta catatan refleksi pelatih mengenai keberhasilan dan tantangan yang dihadapi selama latihan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan meninjau hasil observasi, tanggapan siswa, dan efektivitas latihan berdasarkan rekaman video. Data yang telah dikumpulkan dikategorikan dan dianalisis untuk mengidentifikasi sejauh mana metode PjBL berhasil meningkatkan keterampilan passing siswa. Keabsahan hasil penelitian dijamin dengan menggunakan triangulasi data dari berbagai sumber, termasuk pengamatan langsung, wawancara, dan analisis video, seperti yang disarankan oleh Denzin dan Lincoln (2005).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ditemukan beberapa temuan utama terkait efektivitas penerapan metode Project-Based Learning (PjBL) dalam meningkatkan keterampilan passing siswa dalam sepak bola. Berikut adalah beberapa hasil yang diperoleh:

1. Peningkatan Akurasi dan Konsistensi Passing

- a) Berdasarkan observasi dan analisis video, terdapat peningkatan yang signifikan dalam akurasi dan konsistensi passing siswa setelah menerapkan metode PjBL. Sebelum perlakuan, banyak siswa mengalami kesulitan dalam melakukan passing dengan akurat ke rekan setimnya. Namun, setelah mengikuti rangkaian latihan berbasis proyek, mereka menunjukkan peningkatan dalam ketepatan passing, baik dalam passing pendek maupun panjang.

- b) Menurut Harsono (2018), peningkatan ini terjadi karena PjBL memungkinkan pemain untuk lebih memahami konteks permainan dan secara aktif menerapkan teknik passing dalam berbagai situasi permainan.
 - 2. Peningkatan Pemahaman Taktis dan Kesadaran Posisi
 - a) Hasil wawancara dan catatan reflektif menunjukkan bahwa siswa lebih memahami kapan dan bagaimana melakukan passing dalam permainan. Pemahaman taktis mereka meningkat, terutama dalam aspek pengambilan keputusan, seperti kapan harus melakukan passing pendek untuk mempertahankan penguasaan bola dan kapan harus melakukan passing panjang untuk membangun serangan.
 - b) Temuan ini sejalan dengan penelitian Suherman (2020) yang menyatakan bahwa latihan berbasis proyek memungkinkan pemain untuk lebih memahami peran mereka dalam permainan secara menyeluruh, bukan hanya sekadar melakukan teknik passing secara mekanis.
 - 3. Keterlibatan Aktif dan Motivasi Belajar yang Lebih Tinggi
 - a) Siswa menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif dalam proses pembelajaran. Mereka lebih termotivasi dalam latihan karena metode PjBL memberikan tantangan nyata yang perlu mereka pecahkan bersama rekan setimnya.
 - b) Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran konstruktivis yang dikemukakan oleh Piaget (1972), di mana pengalaman langsung dalam pembelajaran akan meningkatkan keterlibatan dan pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari.
 - 4. Perbaikan Koordinasi dan Komunikasi dalam Tim
 - a) Analisis rekaman video menunjukkan bahwa siswa lebih sering berkomunikasi dengan rekan setimnya saat menerapkan teknik passing. Ini menunjukkan bahwa metode PjBL juga berkontribusi pada peningkatan kerja sama tim dan koordinasi antarpemain.
 - b) Menurut Bell (2010), PjBL tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial seperti komunikasi dan kerja sama, yang sangat penting dalam olahraga tim seperti sepak bola.
- Metode Pembelajaran Berbasis Proyek (PjBL) telah menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan keterampilan passing siswa di sepak bola. Berikut ini adalah pemaparan hasil penelitian berdasarkan struktur yang telah ditetapkan:

1. Menjawab Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan PjBL secara signifikan meningkatkan keterampilan passing siswa. Terlihat peningkatan yang jelas dari segi akurasi, pemahaman taktis, dan kerja sama tim dibandingkan dengan metode latihan konvensional. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis proyek menciptakan lingkungan yang lebih kontekstual bagi siswa untuk mengasah keterampilan passing mereka.

2. Menunjukkan Cara Temuan Diperoleh

Temuan penelitian didapatkan melalui kombinasi observasi langsung, wawancara dengan siswa, serta analisis rekaman video latihan. Teknik triangulasi data diterapkan untuk memastikan kevalidan temuan yang diperoleh. Dari hasil triangulasi, terlihat bahwa peningkatan keterampilan passing tidak hanya dipengaruhi oleh aspek teknis, tetapi juga oleh aspek kognitif dan sosial.

3. Interpretasi Temuan

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode PjBL efektif dalam meningkatkan keterampilan passing siswa dengan menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran berbasis pengalaman (Experiential Learning) yang diungkapkan oleh Kolb (1984), yang menekankan bahwa individu belajar lebih baik ketika mereka terlibat langsung dalam situasi pembelajaran. Pendekatan PjBL memberi kesempatan kepada siswa untuk tidak hanya berlatih teknik passing, tetapi juga memahami konteks strategis permainan. Ini sesuai dengan pendapat Thomas (2000) yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis proyek membantu siswa mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah dalam situasi nyata. Peningkatan motivasi siswa juga menjadi faktor utama dalam keberhasilan metode ini. Menurut Deci dan Ryan (1985), motivasi intrinsik siswa meningkat

ketika mereka diberikan kesempatan untuk terlibat dalam pengalaman belajar yang bermakna, seperti yang ditawarkan oleh metode PjBL dalam menghadapi tantangan nyata di lapangan.

4. Mengaitkan Hasil dengan Penelitian Sebelumnya

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian Dewey (1938), yang menekankan pentingnya pembelajaran aktif dan berbasis pengalaman. Temuan ini juga menguatkan penelitian Bell (2010), yang menyatakan bahwa PjBL mampu meningkatkan keterampilan teknis sekaligus keterampilan sosial siswa. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan dengan temuan Suherman (2020), yang menyatakan bahwa peningkatan keterampilan dalam sepak bola lebih dipengaruhi oleh latihan berulang ketimbang metode berbasis proyek. Perbedaan ini mungkin terjadi karena dalam penelitian ini, proyek yang diterapkan dalam PjBL tetap menekankan latihan berulang, tetapi dalam konteks permainan yang lebih realistis.

5. Memunculkan Teori Baru atau Modifikasi Teori Lama

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa metode PjBL tidak hanya efektif dalam meningkatkan keterampilan passing dari segi teknik, tetapi juga dalam meningkatkan pemahaman taktis serta kerja sama tim dalam permainan sepak bola. Hasil ini dapat memperkaya teori pembelajaran dalam olahraga, terutama dalam konteks pembelajaran sepak bola berbasis pengalaman. Jika selama ini pembelajaran teknik dasar lebih banyak berfokus pada repetisi dan latihan individual, penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis proyek dapat menjadi alternatif yang lebih efektif untuk melatih keterampilan dalam situasi permainan yang lebih realistis. Penelitian ini tidak hanya menguatkan teori-teori yang ada, tetapi juga memberikan sumbangsih penting dalam pengembangan model pembelajaran yang lebih inovatif untuk pelatihan sepak bola. Ke depan, penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang guna mengeksplorasi dampak jangka panjang dari metode PjBL dalam pembelajaran keterampilan sepak bola secara keseluruhan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode Project-Based Learning (PjBL) dalam pembelajaran keterampilan passing sepak bola memberikan dampak positif yang signifikan. Metode ini tidak hanya meningkatkan aspek teknis seperti akurasi dan kecepatan passing, tetapi juga memperbaiki pemahaman taktis, keterlibatan siswa, serta koordinasi dan komunikasi dalam tim.

Menurut Harsono (2018), pembelajaran berbasis proyek memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk memahami konteks permainan secara nyata, sehingga mereka dapat mengaplikasikan keterampilan passing dalam situasi pertandingan yang sesungguhnya. Temuan ini juga sejalan dengan pemikiran Dewey (1938) yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dalam proses pembelajaran, yang terbukti mampu meningkatkan keterampilan motorik dan kognitif peserta didik.

Lebih jauh lagi, penelitian ini menunjukkan bahwa PjBL mampu meningkatkan motivasi intrinsik siswa. Hal ini sejalan dengan teori Self-Determination yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (1985), yang menjelaskan bahwa keterlibatan aktif dalam pembelajaran berbasis pengalaman dapat meningkatkan minat dan partisipasi siswa. Pendapat ini juga didukung oleh Kolb (1984) dalam teori Experiential Learning, yang menegaskan bahwa pembelajaran yang efektif terjadi ketika peserta didik mengalami proses pembelajaran melalui eksplorasi, refleksi, dan praktik langsung. Dibandingkan dengan metode konvensional, PjBL memiliki kelebihan dalam mengembangkan keterampilan sosial seperti kerja sama dan komunikasi dalam tim, sesuai dengan yang diungkapkan oleh Bell (2010). Ini sangat relevan dalam konteks olahraga tim seperti sepak bola, di mana kesuksesan permainan sangat bergantung pada sinergi antar pemain.

Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung penggunaan metode Project-Based Learning sebagai pendekatan inovatif dalam pendidikan jasmani, terutama dalam pembelajaran keterampilan sepak bola. Oleh karena itu, disarankan agar para pendidik dan pelatih lebih banyak menerapkan metode ini dalam latihan sepak bola untuk meningkatkan kualitas pembelajaran serta mempersiapkan pemain dengan keterampilan teknis dan taktis yang lebih

baik. Ke depan, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi efektivitas PjBL dalam keterampilan sepak bola lainnya serta pada berbagai tingkatan usia pemain, demi memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifianto, A. (2019). *Penguasaan Teknik Passing dalam Sepak Bola*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 7(2), 123-135.
- Bell, S. (2010). *Project-Based Learning for the 21st Century: Skills for the Future*. The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas, 83(2), 39-43.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Springer Science & Business Media.
- Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. New York: Macmillan.
- Harsono. (2018). *Metode Latihan Sepak Bola: Pendekatan Teoritis dan Praktis*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). *The Action Research Planner*. Geelong: Deakin University Press.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2020). *Strategi Pembelajaran Sepak Bola Berbasis Keterampilan Taktis*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 15(1), 45-60.
- Thomas, J. W. (2000). *A Review of Research on Project-Based Learning*. San Rafael, CA: The Autodesk Foundation.