

**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR KOMANDO TERHADAP
KEMAMPUANGERAK DASAR MENENDANG BOLA MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM PADA PERMAINANSEPAK BOLA SISWA SMP NEGERI 5
TONDANO**

Aditya Bulow^{1*}, Beatrix J. Podung², A. R. J. Sengkey

^{1,2,3} Universitas Negeri Manado, Indonesia

Korespondensi penulis: adityabulow0304@gmail.com

Abstract

This study aims to investigate the effect of command teaching style on the ability to kick a ball using the inside of the foot in junior high school students. The research method used is a quasi-experimental design with one group pretest-posttest. The sample consisted of 30 eighth-grade students from SMP Negeri 5 Tondano selected through purposive sampling. Data were collected using pretest and posttest instruments and analyzed using descriptive statistics and paired sample t-test. The results showed a significant increase in posttest scores compared to pretest scores, indicating the effectiveness of the command teaching style in improving the technical ability of kicking a ball with the inside foot. The findings support the application of structured and directive teaching approaches in physical education, particularly in learning fundamental motor skills. This study highlights the relevance of teacher-centered methods for skill acquisition and offers practical implications for physical education practitioners.

Keywords: *command style, kicking skill, motor learning, physical education, soccer*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar komando terhadap kemampuan menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada siswa sekolah menengah pertama. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan desain one group pretest-posttest. Sampel terdiri atas 30 siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tondano yang dipilih secara purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui tes pretest dan posttest, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji t sampel berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor posttest yang signifikan dibandingkan dengan skor pretest, yang mengindikasikan efektivitas gaya mengajar komando dalam meningkatkan keterampilan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam. Temuan ini mendukung penerapan pendekatan pembelajaran yang terstruktur dan terarah dalam pendidikan jasmani, khususnya dalam pembelajaran keterampilan motorik dasar. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan berpusat pada guru dalam proses pembelajaran keterampilan dan memberikan implikasi praktis bagi para pendidik jasmani.

Kata kunci: gaya komando, keterampilan menendang, pembelajaran motorik, pendidikan jasmani, sepak bola

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam pengembangan fisik dan karakter peserta didik. Melalui aktivitas olahraga yang terstruktur, siswa tidak hanya belajar keterampilan motorik, tetapi juga nilai-nilai seperti sportivitas, kerja sama, dan disiplin. Salah satu bentuk pendidikan jasmani yang menonjol adalah pembelajaran permainan bola besar, termasuk sepak bola, yang banyak diminati oleh siswa karena bersifat dinamis, kompetitif, dan melibatkan kerja sama tim (Wicaksono & Hidayat, 2021). Dalam proses pembelajaran keterampilan motorik, gaya mengajar guru menjadi komponen krusial yang memengaruhi keberhasilan siswa. Gaya mengajar komando merupakan salah satu pendekatan yang menempatkan guru sebagai pusat kendali proses pembelajaran. Dengan pendekatan ini, guru memberikan instruksi langsung, mendemonstrasikan gerakan, dan mengawasi setiap tahap pelaksanaan tugas motorik oleh siswa (Nurhadi & Setiawan, 2022). Hal ini sangat relevan dalam penguasaan teknik dasar seperti menendang bola menggunakan kaki bagian dalam, yang membutuhkan presisi posisi tubuh, koordinasi gerak, dan pengulangan sistematis.

Teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah keterampilan dasar dalam sepak bola yang penting untuk mengoper bola dengan akurat. Namun, hasil observasi awal di SMP Negeri 5 Tondano menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik ini secara benar. Banyak siswa belum mampu menempatkan kaki tumpu dengan tepat, menjaga keseimbangan tubuh, dan mengayunkan kaki tendang secara optimal. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi pembelajaran yang lebih terstruktur dan efektif.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa gaya mengajar komando berpengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan motorik dalam berbagai cabang olahraga, termasuk sepak bola dan voli (Dewi, 2021; Ardiansyah & Nursalim, 2024). Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh gaya ini terhadap teknik menendang bola pada tingkat sekolah menengah pertama masih terbatas. Gap inilah yang menjadi dasar dilakukannya penelitian ini. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh gaya mengajar komando terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam dalam permainan sepak bola. Hasil studi ini

diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap praktik pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, khususnya dalam penerapan strategi mengajar yang efektif dan aplikatif.

2. KAJIAN TEORITIS

Pendidikan Jasmani dan Pembelajaran Motorik

Pendidikan jasmani merupakan komponen penting dalam pengembangan fisik, psikis, dan sosial siswa. Tujuan pendidikan jasmani tidak hanya mencakup penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga pembentukan nilai dan sikap positif terhadap aktivitas fisik sepanjang hayat. Kegiatan dalam pendidikan jasmani, seperti permainan bola besar, sangat bergantung pada penguasaan keterampilan motorik dasar yang menjadi fondasi untuk keterampilan lanjutan (Sucipto et al., 2000).

Keterampilan motorik dasar merupakan serangkaian gerakan yang melibatkan koordinasi otot besar yang berfungsi sebagai dasar untuk pengembangan keterampilan olahraga tertentu, termasuk teknik menendang dalam sepak bola. Proses belajar keterampilan motorik membutuhkan pendekatan sistematis dan praktik berulang yang terstruktur. Dalam konteks ini, pendekatan gaya mengajar yang tepat dapat mempercepat penguasaan gerak dasar dan meningkatkan efektivitas pembelajaran (Yulianto, 2020).

Gaya Mengajar Komando

Gaya mengajar komando merupakan salah satu pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat terpusat pada guru (teacher-centered). Dalam gaya ini, guru memberikan instruksi secara langsung, mendemonstrasikan teknik gerakan, dan mengatur alur kegiatan pembelajaran dengan kontrol penuh. Peserta didik mengikuti perintah guru secara tepat tanpa adanya modifikasi atau kreativitas gerakan (Mosston & Ashworth, 2008 dalam Wicaksono & Hidayat, 2021).

Kelebihan gaya mengajar komando terletak pada efisiensi waktu, ketepatan teknik gerakan, dan kemudahan dalam pengendalian kelas, terutama saat siswa belajar keterampilan motorik yang memerlukan akurasi tinggi. Teknik dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam merupakan jenis keterampilan yang cocok diajarkan melalui pendekatan ini karena melibatkan komponen teknik yang spesifik, seperti posisi tubuh, ayunan kaki, dan letak kaki tumpu (Rahman, 2018).

Teknik Menendang Bola dengan Kaki Bagian Dalam

Menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang berfungsi untuk mengoper bola dengan jarak pendek hingga menengah secara akurat. Gerakan ini membutuhkan koordinasi antara mata, kaki, dan posisi

tubuh yang seimbang. Ketepatan dalam mengarahkan kaki bagian dalam pada bola sangat menentukan hasil akhir dari tendangan tersebut (Putri & Suryana, 2023).

Kesalahan umum yang terjadi dalam teknik ini meliputi posisi kaki tumpu yang terlalu jauh, arah pandangan yang tidak fokus ke bola, serta kurangnya dorongan tubuh ke depan saat menendang. Oleh karena itu, pelatihan teknik ini memerlukan metode pembelajaran yang dapat memberikan koreksi langsung dan demonstrasi gerakan yang jelas, seperti yang disediakan dalam gaya mengajar komando (Nurhadi & Setiawan, 2022).

Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa gaya mengajar komando memberikan dampak positif terhadap hasil belajar keterampilan olahraga. Wicaksono dan Hidayat (2021) menemukan bahwa penggunaan gaya komando meningkatkan kemampuan passing siswa sekolah dasar dalam sepak bola secara signifikan. Sementara itu, Dewi (2021) mencatat peningkatan teknik lompat jauh pada siswa sekolah menengah setelah diterapkannya metode ini. Penelitian Ardiansyah dan Nursalim (2024) juga menunjukkan bahwa gaya mengajar komando efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa di sekolah dasar.

Namun, meskipun banyak penelitian menunjukkan efektivitas gaya ini, masih sedikit studi yang secara spesifik menguji pengaruhnya terhadap keterampilan menendang bola dengan kaki bagian dalam pada siswa SMP. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat dan melengkapi literatur yang ada dengan fokus kontekstual yang lebih spesifik.

Landasan Konseptual

Berdasarkan teori dan temuan sebelumnya, dapat dipahami bahwa keterampilan motorik dasar seperti menendang bola dapat ditingkatkan melalui pendekatan pembelajaran yang terstruktur dan terarah. Gaya mengajar komando menyediakan kondisi tersebut melalui instruksi langsung, demonstrasi yang jelas, dan kontrol penuh dari guru terhadap jalannya pembelajaran. Oleh karena itu, secara konseptual, gaya mengajar ini diyakini mampu meningkatkan kualitas teknik menendang bola pada siswa, terutama jika diterapkan dalam konteks pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah pertama.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi experimental design). Desain yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest

Design, di mana satu kelompok siswa diberikan perlakuan (treatment) berupa penerapan gaya mengajar komando, dan hasilnya dibandingkan antara sebelum dan sesudah perlakuan.

Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tondano tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling dengan mempertimbangkan kesesuaian karakteristik subjek terhadap fokus penelitian, yaitu kemampuan dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan menendang bola adalah tes keterampilan teknik dasar sepak bola yang telah dikembangkan dan digunakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya (Sucipto et al., 2000; Hasyim, 2020). Instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil nilai validitas $\geq 0,78$ dan reliabilitas (Alpha Cronbach) sebesar 0,82, yang menunjukkan bahwa instrumen tergolong valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian ini.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pretest dan posttest menggunakan instrumen yang sama. Data dianalisis menggunakan uji-t sampel berpasangan (paired sample t-test) untuk melihat perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah perlakuan. Pengolahan data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS versi 25.

Model penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut: X adalah variabel bebas, yaitu gaya mengajar komando yang diberikan oleh guru selama proses pembelajaran. Y adalah variabel terikat, yaitu kemampuan gerak dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam. Perbedaan skor antara pretest dan posttest pada variabel Y digunakan untuk mengetahui pengaruh dari variabel X.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Proses Pengumpulan Data dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Tondano selama bulan April hingga Mei 2024. Data dikumpulkan melalui dua tahap pengukuran, yaitu pretest dan posttest, yang dilakukan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan berupa gaya mengajar komando dalam pembelajaran keterampilan menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

4.2 Hasil Analisis Data

4.2.1 Statistik Deskriptif

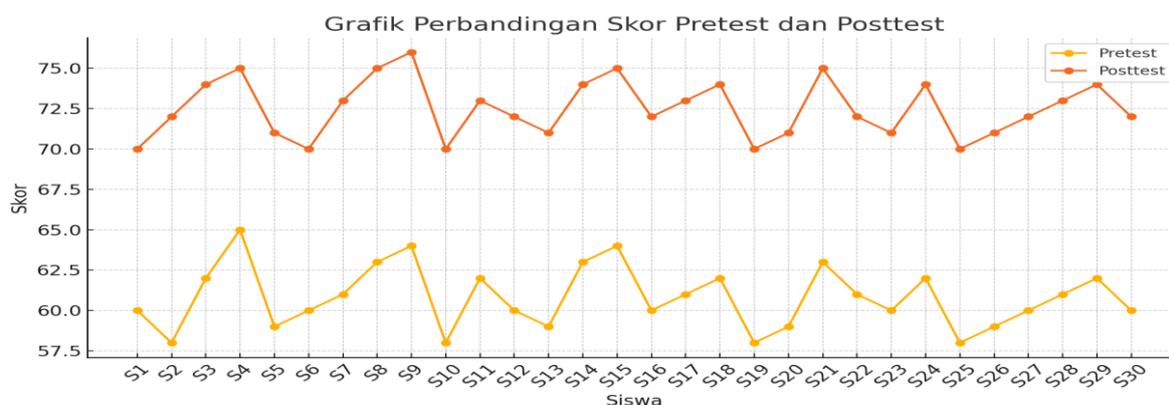
Hasil analisis deskriptif terhadap skor pretest dan posttest dapat dilihat pada Tabel 1.

| Statistik | Pretest | Posttest |
|-----------------|---------|----------|
| N | 30 | 30 |
| Rata-rata | 60,8 | 72,5 |
| Minimum | 58 | 70 |
| Maksimum | 65 | 76 |
| Standar Deviasi | 1,94 | 1,80 |

Data pada Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor dari 60,8 (pretest) menjadi 72,5 (posttest) setelah perlakuan diberikan. Rentang skor juga mengalami pergeseran ke arah yang lebih tinggi, yang mengindikasikan peningkatan kemampuan teknis siswa dalam menendang bola.

4.2.2 Visualisasi Perbandingan Skor

Gambar 1. Grafik Perbandingan Skor Pretest dan Posttest



Grafik menunjukkan bahwa semua siswa mengalami peningkatan skor setelah diberikan perlakuan berupa gaya mengajar komando. Skor pretest mayoritas berada di kisaran 58–65, sementara skor posttest meningkat ke rentang 70–76. Pola ini mengindikasikan dampak positif dari perlakuan yang diberikan terhadap penguasaan keterampilan menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor yang signifikan pada keterampilan menendang bola setelah peserta didik menerima perlakuan melalui gaya mengajar komando. Rata-rata skor pretest sebesar 60,8 meningkat menjadi 72,5 pada posttest. Kenaikan ini

mencerminkan adanya perbaikan yang nyata dalam penguasaan teknik menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

Peningkatan ini dapat diinterpretasikan sebagai efek langsung dari penerapan gaya mengajar komando, di mana guru berperan sebagai pusat kendali penuh dalam proses pembelajaran. Gaya ini memungkinkan siswa untuk menerima instruksi yang jelas, demonstrasi langsung, serta umpan balik segera atas kesalahan yang terjadi. Hal ini sangat penting dalam penguasaan keterampilan teknik dasar seperti menendang bola, yang memerlukan presisi gerak dan koordinasi motorik halus.

Temuan ini selaras dengan hasil penelitian oleh Wicaksono dan Hidayat (2021), yang menemukan bahwa siswa mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan passing setelah dilatih dengan pendekatan komando. Penelitian oleh Nurhadi dan Setiawan (2022) juga mendukung bahwa gaya komando secara efektif meningkatkan keterampilan motorik karena pembelajaran menjadi lebih terstruktur dan terkontrol. Selain itu, hasil ini mengafirmasi pandangan Mosston & Ashworth (2008), yang menekankan bahwa gaya mengajar komando sangat tepat digunakan pada tahap awal pembelajaran teknik dasar, terutama saat ketepatan dan konsistensi gerakan menjadi prioritas.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar komando menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif untuk pengembangan keterampilan motorik melalui instruksi yang eksplisit, kontrol waktu yang efisien, serta pengulangan terstruktur. Hal ini membantu siswa membentuk pola gerakan yang benar dan mengurangi kesalahan teknis yang umum terjadi dalam fase awal pembelajaran teknik sepak bola.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar komando memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan dasar menendang bola menggunakan kaki bagian dalam pada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tondano. Peningkatan skor posttest yang signifikan menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam membentuk pola gerak yang benar dan mengurangi kesalahan teknis siswa dalam melakukan tendangan. Gaya komando yang menekankan instruksi langsung, demonstrasi, dan kontrol penuh dari guru terbukti mampu menciptakan pembelajaran yang terstruktur dan sistematis, terutama dalam pengajaran teknik dasar olahraga seperti sepak bola. Melalui temuan ini, penulis merekomendasikan kepada para guru pendidikan jasmani untuk menerapkan gaya mengajar komando secara strategis, khususnya dalam pengajaran teknik-teknik dasar yang membutuhkan akurasi dan pengulangan, seperti passing, shooting, dan kontrol bola.

Meskipun demikian, guru juga diharapkan mampu menyesuaikan gaya mengajar dengan tingkat keterampilan dan karakteristik peserta didik, serta tidak menjadikannya sebagai satu-satunya pendekatan dalam setiap situasi pembelajaran. Integrasi dengan gaya mengajar lainnya seperti resiprokal atau inklusi dapat dipertimbangkan pada tahap pengembangan keterampilan lanjutan.

DAFTAR REFERENSI

- Ardiansyah, B., & Nursalim, A. (2024). Pengaruh model pembelajaran dan gaya mengajar terhadap kemampuan motorik siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 6(1), 23–31. <https://doi.org/10.33369/jpjo.v6i1.2345>.
- Bachtiar, S. (2018). Pengaruh gaya mengajar komando terhadap hasil belajar dribbling menggunakan punggung kaki pada permainan futsal di SMPN 6 Kota Sukabumi. *Jurnal Ilmiah Olahraga*, 3(2), 101–108.
- Dewi, S. P. (2021). Efektivitas gaya komando dalam pembelajaran lompat jauh bagi siswa sekolah menengah. *Jurnal Ilmiah Olahraga*, 9(2), 76–83. <https://jurnal.unesa.ac.id/olahraga2021>.
- Hasyim, M. (2020). Penerapan gaya mengajar komando untuk meningkatkan teknik dasar sepak bola pada anak usia dini. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 8(3), 101–108. <https://doi.org/10.24176/jok.v8i3.2020.has>.
- Matakupun, J. (2009). *Strategi belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta: Dinas Pendidikan dan Pengajaran.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education* (6th ed.). Pearson Education.
- Nurhadi, T., & Setiawan, D. (2022). Efektivitas gaya mengajar komando dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(1), 45–53. <https://doi.org/10.26740/jpok.v10n1.p45-53>.
- Prabowo, E. (2010). Hasil pembelajaran dribbling-shooting sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(1), 56–61.
- Putri, R., & Suryana, D. (2023). Perbandingan gaya mengajar komando dan resiprokal dalam pembelajaran sepak bola di SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 11(2), 132–140. <https://journal.uny.ac.id/keolahragaan2023>.
- Rahman, M. A. (2018). Pengaruh latihan tendangan menggunakan kaki dalam dan punggung kaki terhadap accuracy shooting ke gawang. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta.

- Santosa, A., & Handayani, S. (2021). Analisis efektivitas metode demonstrasi dalam pembelajaran teknik dasar sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 8(1), 19–27. <https://doi.org/10.21831/jpjk.v8i1.38790>
- Siregar, H., & Mulyana, T. (2020). Studi komparatif pengaruh gaya mengajar terhadap hasil belajar keterampilan passing sepak bola. *Prosiding Seminar Nasional Olahraga 2020*, 122–130. <https://proceedings.upi.edu/olahraga2020>.
- Sucipto, D., dkk. (2000). *Sepak bola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sukardi, A. (2022). Strategi pembelajaran teknik dasar olahraga di masa pasca-pandemi. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif*, 4(1), 44–53. <https://jurnal.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/jpja/article/view/1133>.
- Suryadi, B., & Nugroho, A. (2021). Hubungan gaya mengajar dan minat belajar terhadap hasil belajar sepak bola. *Jurnal Sport Science*, 9(3), 231–239. <https://doi.org/10.24843/jss.v9i3.2021>.
- Wahyuni, T., & Fitriana, R. (2020). Pengaruh metode pembelajaran langsung terhadap keterampilan bermain sepak bola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(2), 71–78. <https://doi.org/10.21009/jik.v9i2.2020>.
- Wicaksono, A., & Hidayat, A. (2021). Pengaruh gaya mengajar komando terhadap hasil belajar passing sepak bola di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2), 87–94. <https://jurnal.unimed.ac.id/2021/wicaksono-gaya-komand>.
- Yulianto, T. (2020). Pendekatan gaya mengajar dalam pendidikan jasmani: Kajian teoritis dan praktis. *Jurnal Pendidikan Fisik dan Olahraga*, 5(4), 112–119. <https://repository.upi.edu/yulianto-komando2020.pdf>.
- Zulkarnaen, R., & Permana, A. (2022). Implementasi model pembelajaran taktis dalam permainan sepak bola. *Jurnal Sport Education*, 6(1), 12–19. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/sporteducation>.
- Zulkarnain, I. (2023). Efektivitas metode command style dalam olahraga prestasi siswa sekolah dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 11(1), 90–98. <https://doi.org/10.21831/jk.v11i1.2023.zul>