

## **PENERAPAN METODE LEARNING COMMUNITY TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN SHOOTING PADA TIM SEPAKBOLA PUTRI KABUPATEN MAJALENGKA**

Indrayogi<sup>1\*</sup>, Bayu Dwi Febrianto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Majalengka, Jln. K.H. Abdul Halim No. 103 Majalengka, Jawa Barat, Indonesia, 45418

<sup>2</sup>Universitas Majalengka, Jln. K.H. Abdul Halim No. 103 Majalengka, Jawa Barat, Indonesia, 45418

\*indrayogi@unma.ac.id

**ABSTRACT.** Based on empirical data, it was found that most of the female soccer players in Majalengka Regency were less able to perform basic shooting techniques well, this was because they had not been given proper training methods and were less varied and effective in reaching all athletes equally, so that the athletes' motivation to improve their abilities was do shooting. The researcher raised a problem about the application of community learning methods to increase the ability of Majalengka female soccer players which aims to apply community learning methods to increase the shooting ability of soccer players in Majalengka district. The samples taken were all athletes of the women's soccer team in Majalengka district, allegedly 24 players. While the method used in this research is a quantitative method with an experimental approach. The instruments used were practical tests and observation sheets. From the analysis of research data which states that this method has an impact on increasing the ability of basic football techniques, especially shooting, because in practice athletes are required to be in the training process. The conclusion is that the application of community learning methods has an effect on increasing the shooting ability of female soccer players in Majalengka district.

**Keywords:** Learning Community; Shooting; Women Football

**ABSTRAK.** Berdasarkan data empiris, menemukan bahwa sebagian besar pemain sepakbola putri Kabupaten Majalengka kurang mampu melakukan teknik dasar shooting dengan baik, hal tersebut dikarenakan belum diberikannya metode latihan yang tepat dan kurang variatif serta efektif menjangkau seluruh atlet secara merata, sehingga kurangnya motivasi atlet dalam meningkatkan kemampuannya dalam melakukan *shooting*. Peneliti mengangkat masalah tentang pengaruh penerapan metode learning community terhadap peningkatan kemampuan shooting pemain sepakbola putri Majalengka yang bertujuan untuk mengetahui penerapan metode *learning community* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* pemain sepakbola putri kabupaten Majalengka. Sampel yang diambil adalah atlet seluruh pemain tim sepakbola putri kabupaten Majalengka yang berjumlah 24 pemain. Sedangkan metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Instrumen yang digunakan adalah test praktek dan lembar observasi. Dari hasil analisis data penelitian menyatakan bahwa metode ini memberikan dampak peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola khususnya *shooting*, karena pada pelaksanaannya atlet dituntut untuk bekerjasama dalam proses latihan. Kesimpulannya yaitu penerapan metode *learning community* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan shooting pemain tim sepakbola putri kabupaten Majalengka.

**Kata Kunci:** Learning Community; Shooting; Sepakbola Putri.

### **Pendahuluan**

*Learning community* adalah salah satu metode atau sebuah bentuk pendekatan dalam hal latihan ataupun latihan yang pada prosesnya menuntut kerjasama antar atlet. Gabelnick,

dkk. (Summers et al., 2005), menyatakan bahwa, ‘*The idea of developing learning communities on campus and in the classroom draws from the general ideas of community and constructivist theories of learning*’. Kemudian metode ini dilakukan dalam latihan sepakbola untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar, khususnya shooting. Teknik dasar ini sangat diperlukan oleh setiap atlet sepakbola karena berpengaruh pada saat pertandingan, guna menciptakan sebuah gol. Terlebih lagi tujuan dari permainan sepakbola itu sendiri yakni mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan serta mencegah lawan memasukan bola ke gawang kita.

Dalam buku *Football Theory*, Jan Tamboer jelaskan untuk menyusun struktur sepakbola yang logis, ada pertanyaan utama yang harus dijawab. Yakni, Apa itu Sepakbola? Sederhana, sepakbola adalah permainan untuk mencari kemenangan. Dimana menurut FIFA *Laws of the Game*, kemenangan ditentukan dengan cara cetak gol lebih banyak daripada kebobolan. (Danurwindo et al., 2017). Untuk melakukan itu pemain sepakbola harus memiliki teknik, taktik, fisik, dan mental yang bagus. Teknik sepakbola akan menuju kepada perbaikan dan kesempurnaan sehingga dapat mencapai prestasi yang maksimal. Taktik tidak dapat dipisahkan dari teknik. Pelaksanaan taktik bersumber dari penguasaan teknik yang ditunjang oleh kemampuan fisik serta kekuatan mental (Candra, 2016).

Pelaksanaan keterampilan sepakbola membutuhkan waktu yang cukup panjang agar terampil dalam bermain bola. Teknik dasar sepakbola berarti pola gerak yang mendasari permainan sepakbola (Indrayogi, 2020). Ini memberikan arti bahwa permainan sepakbola dituntut untuk setiap pemain agar memiliki teknik dasar yang baik, karena sebagai dasar untuk peningkatan prestasi sepakbola itu sendiri. *Model Coaching* (CM) adalah cara yang berguna untuk mengkonseptualisasikan variabel yang harus dipertimbangkan dalam merancang lingkungan belajar yang optimal bagi para Pembina. CM mengidentifikasi pengetahuan konseptual dan operasional dari pembinaan dan dikembangkan di sekitar enam komponen berikut: (a) kompetisi, (b) pelatihan, (c) organisasi, (d) karakteristik pribadi pelatih, (e) karakteristik atlet, dan (f) faktor kontekstual” (Robinson, 2018).

Dalam beberapa tahun terakhir, beberapa peneliti telah bekerja untuk membuat konsep berbagai situasi di mana pelatih belajar bagaimana melatih (Nelson, et. Al., 2006). Merangsang diskusi dengan mengajukan tiga situasi pembelajaran: formal, non-formal,

dan informal ”(Camiré et al., 2014). Keterampilan itu dapat diperoleh secara implisit, tanpa pelajar berniat untuk belajar atau tanpa pelajar menyadari apa yang dipelajari, sudah mapan. Psikologi kognitif, misalnya, telah mengumpulkan banyak bukti bahwa manusia dewasa dapat secara implisit mempelajari struktur rangsangan (seringkali sewenang-wenang), seperti urutan huruf atau simbol yang dihasilkan oleh tata bahasa buatan [1] atau urutan lokasi spasial dalam waktu reaksi serial tugas [2] (Steenbergen et al., 2010).

Tim sepakbola putri Kabupaten Majalengka merupakan tim yang baru dibentuk belum lama oleh Asosiasi Sepakbola Kabupaten Majalengka, yang bertujuan untuk menyiapkan atlet-atlet putri dalam cabang sepakbola yang siap memberikan prestasi bagi kabupaten Majalengka khususnya dan Indonesia umumnya. Berdasar dari hasil pantauan peneliti, kondisi keterampilan para pemain ini masih rendah, terlebih dalam teknik dasar shooting. Sehingga peneliti mempunyai pemikiran bagaimana untuk meningkatkan kemampuan *shooting* tersebut dengan menggunakan pendekatan *learning community*.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan menggunakan pendekatan eksperimen. Desain penelitian yang digunakan disebut dengan *one group pre-test post-test design*, Dengan demikian, hasil perlakuan akan lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan (*treatment*).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola putri Kabupaten Majalengka yang berjumlah 24 atlet. Adapun sampel yang diambil secara keseluruhan (*total sampling*) yaitu seluruh atlet yang berjumlah 24 orang. Sampling ini dimaksudkan untuk menjangkau informasi sebanyak-banyaknya. Sumber data terdiri dari: 1) Studi Pustaka, yaitu sumber data yang diambil dari berbagai referensi di antaranya buku pendidikan umum, pendidikan jasmani dan kesehatan, serta berbagai referensi dan data lainnya yang bersifat teoritis dan relevan dengan keperluan penelitian, 2) Studi Empirik, yaitu sumber data yang diperoleh langsung dari tempat penelitian.

Agar mendapatkan informasi dan data yang tepat dan sesuai dengan permasalahan penelitian, perlu ditentukan instrumen penelitian sebagai alat atau cara dalam pengumpulan data. Dengan teknik pengumpulan data melalui prosedur yang sesuai dengan ketentuan, maka akan diperoleh data yang benar. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mendapatkan data yang diperlukan adalah dengan menggunakan:

1) *Test*, yang dalam penelitian ini adalah test kemampuan teknik dasar shooting sepakbola. Test ini terdiri dari pretest dan posttest. *Pre-test* dilakukan sebelum menerapkan metode *learning community*, dengan tujuan untuk mengukur tingkat kemampuan awal *shooting* atlet pada permainan sepakbola. Sedangkan posttest dilaksanakan setelah menerapkan metode latihan *learning community* untuk mengetahui peningkatan kemampuan *shooting* atlet pada permainan sepakbola, 2) Observasi, yaitu peneliti melakukan pengamatan langsung melalui lembar observasi terhadap proses kegiatan penelitian yang membantu peneliti dalam mendapatkan data yang diperlukan, 3) Dokumentasi, yaitu peneliti melakukan analisis terhadap dokumen-dokumen yang didapat dari beberapa sumber atau informan penelitian yang turut membantu pelaksanaan penelitian.

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu data yang diperoleh dari tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*). Nilai dari tes awal dan tes akhir tersebut dianalisis dengan cara: 1) Uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji homogenitas data. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah skor variable yang diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak. Sedangkan uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi dengan varian yang sama atau tidak, 2) Dalam penelitian ini, data dianalisis dengan menggunakan uji t, yaitu untuk melihat perbedaan antara kondisi awal, yang dalam hal ini adalah kemampuan awal atlet dalam melakukan teknik dasar *shooting*, dan kondisi akhir, yang dalam hal ini adalah kemampuan akhir atlet dalam melakukan teknik dasar *shooting* setelah diterapkannya metode *learning community*.

### **Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil observasi sikap atlet yang bertujuan untuk mengetahui respon atlet dalam mengikuti kegiatan latihan, dapat terlihat mereka cukup bersemangat dan antusias dalam melaksanakan tahap demi tahap proses latihan sepakbola. Berikut hasil observasi sikap atlet.

Berdasarkan diagram 1, dapat kita lihat partisipasi atlet selama proses latihan berlangsung. Dari tabel tersebut juga dapat kita lihat bahwa penerapan metode latihan *learning community* mampu memotivasi dan membangun kerjasama tim dalam pencapaian tujuan latihan. Selain itu, pemberdayaan beberapa atlet yang dinilai cakap dalam melakukan *shooting* untuk kemudian ditugaskan mengajari, membimbing, dan melatih teman-temannya yang belum cakap dalam melakukan *shooting* dinilai cukup mampu

mengapresiasi kemampuannya sehingga kepercayaan dirinya pun meningkat. Kepercayaan diri atlet yang diajari, dibimbing, dan dilatih oleh temannya sendiri pun menunjukkan peningkatan. Hal tersebut dikarenakan mereka lebih terbuka untuk koreksi dan evaluasi kemampuannya sendiri.

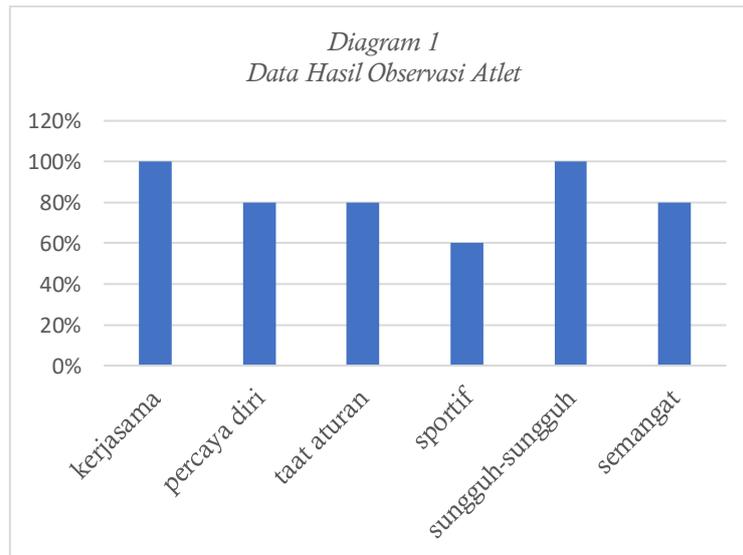


Diagram 1. Data observasi atlet

Selama kegiatan berlangsung, semangat mereka dalam mengikuti kegiatan cukup terlihat. Mereka tampak fokus dan sungguh-sungguh dalam upayanya meningkatkan kemampuan shooting pada permainan sepak bola. Mereka bersungguh-sungguh dalam melaksanakan tugas. Mereka pun cukup sportif dan mentaati aturan yang berlaku selama kegiatan. Hal tersebut membuktikan bahwa penerapan metode latihan *learning community* berdampak kepada perkembangan perilaku positif atlet.

Berdasarkan tabel 1, kita dapat mengetahui bahwa terdapat 24 atlet yang mengikuti *Test*, dan pada test awal (*pre-test*) skor terkecil adalah 3 dan tertinggi adalah 6. Skor rata-rata atlet adalah 4.08. Sedangkan pada hasil test akhir (*post-test*) skor terkecil adalah 5 dan tertinggi adalah 7. Skor rata-rata atlet adalah 6.17. Hal tersebut membuktikan adanya peningkatan kemampuan shooting atlet pada permainan sepakbola sebelum dan sesudah diterapkannya metode latihan *learning community*. Hal tersebut dapat dijadikan sebagai modal awal bagi peningkatan prestasi selanjutnya dalam bidang sepakbola.

Tabel 1. Data Hasil Penelitian setelah Diurutkan

Kode Atlet	Test Awal ( <i>Pre-test</i> )	Test Akhir ( <i>Post-test</i> )
	Skor	Skor
1	5	7
2	4	7
3	4	7
4	5	7
5	5	7
6	4	6
7	4	6
8	3	6
9	4	6
10	4	6
11	3	5
12	6	7
13	5	7
14	5	6
15	3	5
16	4	5
17	3	5
18	3	6
19	4	6
20	4	7
21	5	6
22	3	7
23	4	5
24	4	6
<b>Jumlah</b>	<b>94</b>	<b>148</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>4.08</b>	<b>6.17</b>

Dasar analisis yang digunakan dalam mengambil keputusan apakah distribusi data mengikuti distribusi normal atau tidak yaitu jika nilai signifikansi lebih besar dari 5% (0,05) maka data tersebut berdistribusi normal. Untuk lebih jelasnya terdapat pada tabel 2.

Table 2. Uji Kenormalan Data Sampel  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre-test	Post-test
N		24	24
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	4,27	6,33
	Std. Deviation	,884	,724
	Absolute	,219	,288
Most Extreme Differences	Positive	,219	,211
	Negative	-,197	-,288
Test Statistic		,219	,288
Asymp. Sig. (2-tailed)		,052 <sup>c</sup>	,072 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa thitung hasil test awal (pre-test) dan test akhir (post-test) lebih besar dari 5%, artinya data berdistribusi normal. Berdasarkan *output*

SPSS diatas diketahui bahwa nilai signifikansi  $0.599 > 0.05$  artinya variabel test akhir (post-test) berdasarkan variabel test awal (*pre-test*) mempunyai varian yang sama. Pengujian hipotesis (uji t) dimaksudkan untuk menyelidiki apakah ada pengaruh dalam pemberian perlakuan berupa penerapan metode latihan *learning community* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* atlet sepakbola putri Kabupaten Majalengka dengan melihat adanya perbedaan rata-rata perhitungan antara tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*).

Table 3. Uji Hipotesis

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	3,732	,660		5,656	,000
Pre-test	,610	,152	,745	4,021	,001

a. Dependent Variable: Post-test

Dari hasil output diperoleh nilai thitung 4.021 sedangkan nilai ttabel sebesar 1.753. Maka dapat di ketahui thitung ( $4.021 > 1.753$ ) atau dengan kata lain hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, kesimpulannya yaitu penerapan metode *learning community* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan *shooting* atlet sepakbola Putri Kabupaten Majalengka.

Jika tim memiliki keterampilan untuk mempertahankan penguasaan bola, mereka memiliki peluang lebih besar untuk menciptakan peluang menembak, tetapi rasio konversi tembakan ke gawang lebih rendah pada penguasaan bola yang lebih panjang. Apakah lebih baik, kemudian, menggunakan urutan passing pendek (permainan langsung), mengingat rasio konversi yang lebih baik dari tembakan ke gawang atau kepemilikan yang lebih lama karena ada lebih banyak kemungkinan (Hughes & Franks, 2005). “Kekuatan dan pengembangan kekuatan dicapai melalui pelatihan latihan ketahanan yang merupakan bagian integral dari rencana pengkondisian fisik sepak bola modern” (Draganidis et al., 2013). Pengaruh melakukan latihan intensitas tinggi melalui latihan khusus sepak bola, seperti permainan kecil, juga telah diteliti (Iaia et al., 2009). Secara khusus, studi tentang pemain sepak bola termuda yang dipilih untuk akademi profesional atau program pengembangan bakat diperlukan, karena hanya dengan cara ini, kesimpulan dapat ditarik tentang kemungkinan peningkatan fungsi kognitif dan / atau struktur otak dan fungsi sebagai hasil dari pelatihan dan pengalaman sepak bola. (Verburgh et al., 2016).

Dalam upaya mempersiapkan pelatih untuk peran penting mereka dalam pengaturan olahraga, banyak negara telah mengembangkan program pendidikan atau

sertifikasi pelatih mereka sendiri. Badan perwakilan nasional atau federasi internasional di negara-negara ini sekarang dapat bergabung dengan Dewan Internasional untuk Pendidikan Pelatih, yang “percaya bahwa kolaborasi dan pertukaran internasional dapat mempercepat perubahan positif di bidang pengembangan kepelatihan dan membantu para pelatih ini memberikan kesempatan kepada para atlet di seluruh dunia untuk mengejar keunggulan (Lemyre et al., 2007).

### **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa proses latihan dengan menerapkan metode latihan *learning community* terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan *shooting* atlet sepakbola putri Kabupaten Majalengka. Dengan strategi teman mengajari teman tersebut diharapkan tidak ada kecanggungan dalam prosesnya, sehingga atlet lebih terbuka dalam menyadari dan sekaligus memperbaiki dirinya. Selama proses tersebut, pelatih berperan sebagai fasilitator dan motivator, serta mengarahkan proses latihan.

### **Daftar Pustaka**

- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2014). Examining how model youth sport coaches learn to facilitate positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 1–17. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726975>
- Candra, A. (2016). Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Imageri Terhadap Akurasi Tendangan Ke Gawang. *Journal Sport Area*, 1(1), 1–10. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1\(1\).371](https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1(1).371)
- Danurwindo, Putera, G., & Sidik, B. (2017). Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia. 1–11.
- Draganidis, D., Chatzinikolaou, A., Jamurtas, A. Z., Carlos Barbero, J., Tsoukas, D., Theodorou, A. S., Margonis, K., Michailidis, Y., Avloniti, A., Theodorou, A., Kambas, A., & Fatouros, I. (2013). The time-frame of acute resistance exercise effects on football skill performance: The impact of exercise intensity. *Journal of Sports Sciences*, 31(7), 714–722. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.746725>
- Hughes, M., & Franks, I. (2005). Analysis of passing sequences, shots and goals in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 23(5), 509–514. <https://doi.org/10.1080/02640410410001716779>
- Indrayogi. (2020). Pengaruh Latihan Soccer Like Games terhadap Peningkatan Keterampilan Passing dalam Permainan Sepakbola. *Journal RESPECS*, 2(2), 73–84.
- Iaia, M. F., Rampinini, E., & Bangsbo, J. (2009). High-intensity training in football. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 4(3), 291–306. <https://doi.org/10.1123/ijsp.4.3.291>
- Lemyre, F., Trudel, P., & Durand-Bush, N. (2007). How youth-sport coaches learn to coach. *Sport Psychologist*, 21(2), 191–209. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.2.191>
- Robinson, P. E. (2018). The development of coaching. *Foundations of Sports Coaching*, 1(3), 7–15. <https://doi.org/10.4324/9781315796253-3>



- Steenbergen, B., Van Der Kamp, J., Verneau, M., Jongbloed-Pereboom, M., & Masters, R. S. W. (2010). Implicit and explicit learning: Applications from basic research to sports for individuals with impaired movement dynamics. *Disability and Rehabilitation*, 32(18), 1509–1516. <https://doi.org/10.3109/09638288.2010.497035>
- Summers, J. J., Beretvas, S. N., Svinicki, M. D., & Gorin, J. S. (2005). Evaluating collaborative learning and community. *Journal of Experimental Education*, 73(3), 165–188. <https://doi.org/10.3200/JEXE.73.3.165-188>
- Verburgh, L., Scherder, E. J. A., van Lange, P. A. M., & Oosterlaan, J. (2016). The key to success in elite athletes? Explicit and implicit motor learning in youth elite and non-elite soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 34(18), 1782–1790. <https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1137344>