

**PENGARUH PEMBELAJARAN MATA KULIAH SEPAKBOLA
TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA
PADA MAHASISWA IKOR UNIMED 2023**

Galih Dwi Yudistira¹, Ardi Nusri², Mesnan³, Rima Mediyana Sari⁴, Puji Ratno⁵

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR Unimed 2023. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode eksperimen dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran, dengan tes teknik dasar sepakbola. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Unimed tahun 2023 sebanyak 92 orang. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan uji paired sample t-test, yaitu data yang dianalisis adalah tes awal dan tes akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan uji hipotesis yang menggunakan uji paired sample t-test dengan nilai $0.000 < 0,05$ terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil teknik dasar sepakbola sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR Unimed 2023.

Kata Kunci: *Pembelajaran Sepakbola, Teknik Dasar Sepakbola*

Abstract: *This research aims to determine the effect of learning football courses on improving basic football techniques among IKOR Unimed 2023 students. The method used in the research is an experimental method with data collection techniques using tests and measurement tests using basic football technique tests. The sample of this study was 92 students of the Sports Science Department of Unimed in 2023. The data analysis technique in this study used the paired sample t-test, namely, the data analyzed were the initial test and the final test. The results of the study showed that based on the hypothesis test using the paired sample t-test with a value of $0.000 < 0.05$ there was a significant difference in the results of basic football techniques before and after treatment was given. It can be concluded that there is an effect of learning football courses on improving basic football techniques in IKOR Unimed 2023 students.*

Keyword: *Football Learning, Basic Football Techniques*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan nilai intrinsik yang lebih luas daripada sekadar penguasaan pengetahuan dan keterampilan. Pendidikan diarahkan untuk mengembangkan potensi manusia secara holistik, termasuk potensi fisik, intelektual, moral dan emosional. Pendidikan diarahkan untuk mengembangkan potensi manusia secara optimal, sehingga mereka dapat mencapai tujuan hidup yang mulia dan berkontribusi positif bagi masyarakat.

¹ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

² Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

³ Prodi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

UU No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pasal 3 yang berbunyi “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. Pendidikan dianggap sebagai proses yang harus mempertimbangkan realitas dan kebutuhan praktis dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pendidikan terdapat beberapa pembelajaran yang dimana pembelajaran tersebut terdiri dari beberapa komponen, yaitu menentukan media, metode, strategi dan pendekatan apa yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran (Bunyamin., 2021).

Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan, kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Pembelajaran merupakan proses perubahan yang disadari dan disengaja, mengacu adanya kegiatan sistemik untuk berubah menjadi lebih baik dari seorang individu (Setiawan., 2017).

Pengembangan seseorang dapat dilakukan melalui pendidikan olahraga salah satunya yaitu olahraga sepakbola. Sepakbola merupakan cabang olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari sebelas pemain, satu penjaga gawang dan sepuluh pemain (Anam., 2019). Menurut Iskandar (2017) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola kian-kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Sepakbola telah menjadi fenomena global dengan penggemar yang tersebar di seluruh dunia. Olahraga ini tidak hanya memiliki daya tarik sebagai sarana rekreasi, tetapi juga sebagai kompetisi yang menghasilkan prestasi tingkat nasional maupun internasional. Melalui sepakbola, mahasiswa juga dapat mengembangkan nilai-nilai seperti kerja sama tim, semangat kompetitif yang sehat, disiplin dan tanggung jawab.

Pada perguruan tinggi, mata kuliah sepakbola dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif untuk mengembangkan keterampilan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa. Namun, masih terdapat kekurangan dalam pemahaman tentang sejauh mana pembelajaran mata kuliah sepakbola dapat berpengaruh terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola mahasiswa. Teknik dasar merupakan satu komponen atau unsur gerakan yang mendasari agar kegiatan olahraga dapat dilakukan yang disesuaikan kondisi manusia, pemecahan tugas gerakan terhadap hasil yang akan dicapai dalam suatu pertandingan. Dalam permainan sepakbola terbagi menjadi beberapa teknik dasar dalam sepakbola (Bahtra., 2022) teknik-teknik dasar sepakbola terdiri dari: *kicking, stopping, dribbling, heading, tackling, throw-in* dan *goal keeping* (Sucipto dkk., 2000).

Salah satu perguruan tinggi yang memiliki program studi yang menawarkan mata kuliah sepakbola adalah Program Studi Ilmu Keolahraan Universitas Negeri Medan (Prodi IKOR Unimed). Mahasiswa di IKOR Unimed angkatan 2023 memiliki potensi yang besar dalam mengembangkan keterampilan teknik dasar sepakbola. Namun, perlu dilakukan penelitian yang mendalam untuk mengevaluasi pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa tersebut.

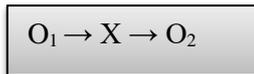
Pada tingkat perguruan tinggi, pembelajaran mata kuliah sepakbola dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mempelajari prinsip-prinsip dasar sepakbola, termasuk teknik menggiring, mengumpan, menendang, dan melakukan kontrol bola. Selain itu, pembelajaran ini juga dapat memberikan pemahaman tentang taktik permainan, prinsip permainan tim, dan keterampilan komunikasi dalam konteks sepakbola.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada mata kuliah praktik, hampir semua mata kuliah praktik hanya melakukan tes akhir saja dan tidak pernah dilakukan adanya tes awal dalam suatu awal perkuliahan. Sehingga pada mata kuliah praktik tersebut tidak bisa mengetahui bagaimana keefektifitasan pembelajaran ataupun tidak bisa mengetahui bagaimana hasil pembelajaran mata kuliah praktik pada mahasiswa dalam suatu perkuliahan. Jika mata kuliah praktik melakukan tes awal dan tes akhir, akan di ketahui bagaimana perkembangan mahasiswa selama perkuliahan tersebut.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian bagaimana pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR Unimed 2023. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR Unimed 2023.

METODE

Pada penelitian ini, Metode yang digunakan adalah eksperimen, yaitu suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat (Jumadin, Sinaga dan Zulaini., 2018). Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa IKOR Unimed Angkatan 2023 dengan jumlah sampel penelitian 92 orang. Mahasiswa yang diambil menggunakan teknik total *sampling*. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu *One-Group Pretest-Posttest Design*.



Gambar Desain Penelitian

Keterangan:

O₁ : Nilai *Pretest* (Sebelum diberi perlakuan)

O₂ : Nilai *Posttest* (Setelah diberi perlakuan)

X : *Treatment*/perlakuan

Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran teknik dasar sepakbola, yaitu 6 tes teknik dasar. Proses pengumpulan data dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu tes awal (*Pretest*) sebelum diberikan perlakuan dan tes akhir (*Posttest*) setelah diberikan perlakuan.

Menurut Notoatmodjo (2012) menyatakan “Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data”. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu, 1) Pena (*Ballpoint*), 2) Formulir tes, 3) Cat putih, 4) Bola, 5) Pencatat Waktu (*Stopwatch*), 6) *Cones*.

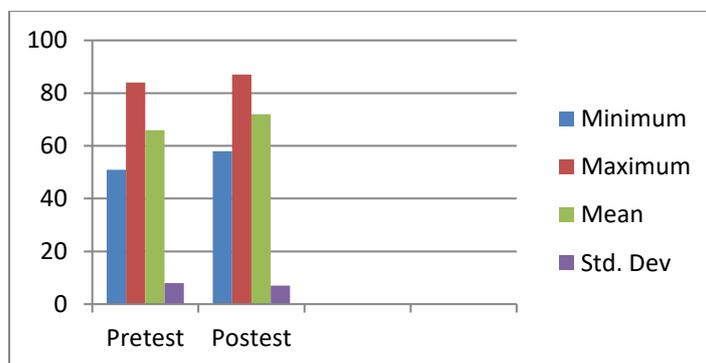
HASIL

Setelah dideskripsikan hasil *pretest* dan *posttest* dari pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR Unimed 2023. Peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola. Untuk itu peneliti melakukan langkah-langkah sebagai berikut:

Tabel Data Statistik Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola
Mahasiswa IKOR Unimed 2023

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pretest</i>	92	51,17	83,67	66,4709	7,61159
<i>Posttest</i>	92	58,33	86,83	72,2716	7,48254

Berdasarkan tabel 1 diketahui hasil *pretest* teknik dasar sepakbola menunjukkan nilai rata-rata sebesar 66,4709, simpangan baku (*Std. Deviation*) sebesar 7,61159, nilai tertinggi sebesar 83,67 dan nilai terendah sebesar 51,17. Sedangkan *posttest* teknik dasar sepakbola menunjukkan nilai rata rata sebesar 72,2716, simpangan baku (*Std. Deviation*) sebesar 7,48254, nilai tertinggi sebesar 86,83 dan nilai terendah sebesar 58,33. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram pada gambar berikut ini:



Gambar Histogram Statistik Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Mahasiswa IKOR Unimed 2023

Uji Normalitas

Tabel Hasil Uji Normalitas

	Hasil <i>kolmogrov-Sminov</i>	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,070	Normal
<i>Posttest</i>	0,070	Normal

Berdasarkan tabel hasil analisis uji normalitas pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil *pretest* berdistribusi normal dan *posttest* berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat dari perolehan *pretest* memiliki hasil nilai yang lebih besar dari taraf signifikan 5 % ($Sig > 0,05$) dan *posttest* memiliki hasil nilai yang lebih besar dari taraf signifikan 5% ($Sig < 0,05$). Dimana hasil *pretest* memiliki nilai signifikan $0.070 > 0.05$ dan *posttest* memiliki nilai signifikan $0.070 > 0.05$. Maka dapat disimpulkan data tersebut menunjukkan berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Tabel Hasil Uji Homogenitas

	Hasil <i>Levene Statistic</i>	Sig	Keterangan
Hasil Teknik Dasar	0,067	0,795	Homogen

Berdasarkan tabel didapatkan nilai signifikansi $0,795 > 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut bersifat homogen.

Uji Hipotesis

Tabel Hasil *Paired Sample T-Test* Statistik

Teknik Dasar Sepakbola	Hasil Analisis		Keterangan
	T	Sig	
	-11,445	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel hasil analisis uji *paired sample t-test* teknik dasar sepakbola diperoleh nilai Sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara teknik dasar sepakbola sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Maka hipotesis yang berbunyi “Ada pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR 2023”, dapat diterima.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR Unimed 2023. Untuk keperluan peneliti maka peneliti menggunakan rancangan *One-Group Pretest-Posttest Design*.

Pada penelitian ini dikatakan bahwa permasalahannya adalah bahwa hampir semua mata kuliah praktik hanya melakukan tes akhir saja dan tidak melakukan tes awal dalam suatu perkuliahan. Berdasarkan dari permasalahan tersebut peneliti memberikan Latihan awal maupun latihan akhir melalui mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola. Latihan diawali dengan *pretest* lalu diberi perlakuan selama 16 kali pertemuan kepada kelompok eksperimen, setelah diberikan perlakuan dilakukan *posttest* di akhir untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan teknik dasar sepakbola secara signifikan atau tidak setelah diberikan perlakuan.

Pembelajaran mata kuliah sepakbola dipengaruhi faktor-faktor lain yang bisa meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola yaitu pemberian motivasi dan disiplin dari pengajar terhadap mahasiswa. Menurut Harefa, dkk (2024) motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu.

teori behaviorisme adalah teori perkembangan perilaku, yang dapat diukur, diamati dan dihasilkan oleh respons pelajar terhadap rangsangan. Tanggapan terhadap rangsangan dapat diperkuat dengan umpan balik positif atau negatif terhadap perilaku kondisi yang diinginkan (Djamaluddin dan Wardana., 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Dhori (2021) dengan judul “Analisis Teori Belajar Behavioristik dalam Proses Belajar Mengajar di SD Negeri 7 Kayuagung”. Berdasarkan dari penelitian ditemukan bahwasanya analisis penerapan teori belajar behavioristik dalam proses belajar mengajar di sekolah menggunakan penguatan, latihan, stimulus, serta motivasi. Sedangkan perubahan perilaku siswa mengarah positif ialah termotivasi dengan baik dalam pembelajaran, sangat interaktif dan aktif, serta daya ingat yang kuat. Berdasarkan komponen tersebut, teori behavioristik sangat akurat dilaksanakan dalam proses pembelajaran saat ini.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil perbedaan secara signifikan antara peningkatan teknik dasar sepakbola sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Dibuktikan dari hasil uji *paired sample t-test* keterampilan teknik dasar sepakbola diperoleh nilai Sig (*2-tailed*) $0,00 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara keterampilan teknik dasar sepakbola sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hal tersebut dikarenakan secara teoritis, pembelajaran mata kuliah sepakbola menggunakan hukum latihan yang terdapat pada teori behaviorisme.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu dengan judul “Pembelajaran *Soccer Like Games* Dalam Meningkatkan Keterampilan Dasar Sepakbola Pada Siswa Di SMPN 1 Karawang” yang diteliti oleh (Hidayat., 2017) dikatakan bahwa pembelajaran *soccer like games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan dasar sepakbola pada siswa SMPN 1 Karawang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan, yaitu adanya pengaruh pembelajaran mata kuliah sepakbola terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada mahasiswa IKOR 2023.

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyarankan kepada beberapa pihak yang terkait sebagai berikut: 1) Bagi mahasiswa yaitu diharapkan dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola dengan mengulangi kembali materi pembelajaran yang telah di praktekkan selama ini. 2) Bagi dosen yaitu diharapkan agar merancang pembelajaran yang menarik dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar mahasiswa. 3) Bagi peneliti berikutnya

yaitu agar penelitian ini dapat menjadi informasi untuk penelitian berikutnya. 4) Bagi peneliti sendiri akan menerapkan pembelajaran ini setelah mengajar nanti.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam Khoiril. 2019. *Permainan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Kelompok Umur 13-14 Tahun*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Bunyamin. 2021. *Belajar dan Pembelajaran Konsep Dasar, Inovasi, dan Teori*. Jakarta Selatan: Upt Uhamka Press.
- Bahtra Ridho. 2022. *Buku Ajar Permainan Sepakbola*. Padang: Sukabina Press.
- Depdiknas. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah
- Djamaluddin Ahdar dan Wardana. 2019. *Belajar dan Pembelajaran 4 Pilar Peningkatan Kompetensi Pedagonis*. Parepare: In CV Kaaffah Learning Center.
- Dhori Muhammad. 2021. Analisis Teori Belajar Behavioristik dalam Proses Belajar Mengajar di SD Negeri 7 Kayuagung. *Journal of Islamic Education*. 1 (1). 110-124.
- Harefa Edward., dkk. 2024. *Buku Ajar Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jambi: Sonpedia Publishing Indonesia.
- Hidayat Teten. 2017. Pembelajaran Soccer Like Games dalam Meningkatkan Ketrampilan Dasar Sepakbola pada Siswa SMPN 1 Karawang. *Jurnal Pendidikan Unsika*. 5 (2). 162–167. <http://journal.unsika.ac.id/index./judika>.
- Iskandar Harris. 2017. *Tim Kesebalasan Sepakbola*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Jumadin., Sinaga, Fajar Apollo., Zulaini. 2018. *Metode Penelitian Ilmu Keolahragaan*.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Setiawan M. Andi. 2017. *Belajar dan Pembelajaran*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Sucipto., Sutiyono Bambang., Thohir Indra M., Nuryadi. 2000. *Sepak Bola*. Departemen pendidikan dan Kebudayaan.