

Penerapan Model Discovery Learning Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Sepak Bola pada Mahasiswa

Nimrot Capello Manalu¹ Rasti Aulia² Echa Azzahara³ Muhammad Zaidan⁴ Muhammad Ananda⁵

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia^{1,2,3,4,5}

Email: nimrot@unimed.ac.id¹ rastiaulia23@gmail.com² echaaazzahra113@gmail.com³ muhammadzaidanharahap@gmail.com⁴ mhdananda2305@gmail.com⁵

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing sepak bola pada mahasiswa melalui penerapan model pembelajaran Discovery Learning dalam mata kuliah sepak bola. Keterampilan passing merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola, karena passing yang baik akan mempermudah kerja sama tim dalam membangun serangan maupun mempertahankan penguasaan bola. Namun, dalam proses pembelajaran sering ditemukan bahwa mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan passing secara tepat dan terarah. Oleh karena itu, diperlukan model pembelajaran yang mampu meningkatkan keaktifan mahasiswa serta membantu mereka memahami dan mempraktikkan teknik passing dengan lebih baik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah mahasiswa yang mengikuti mata kuliah sepak bola. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi aktivitas mahasiswa, tes keterampilan passing sepak bola, dan dokumentasi selama proses pembelajaran berlangsung. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif untuk melihat peningkatan keterampilan mahasiswa pada setiap siklus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran Discovery Learning dapat meningkatkan keterampilan passing sepak bola mahasiswa. Selain itu, keaktifan mahasiswa dalam proses pembelajaran juga mengalami peningkatan, dimana mahasiswa lebih terlibat dalam kegiatan diskusi, eksplorasi gerakan, serta praktik langsung dalam menemukan teknik passing yang benar. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran Discovery Learning efektif digunakan dalam pembelajaran pada mata kuliah sepak bola untuk meningkatkan keterampilan passing mahasiswa.

Kata Kunci: Discovery Learning, Keterampilan Passing, Sepak Bola, Mahasiswa

Abstract

This study aims to improve students' football passing skills through the implementation of the Discovery Learning model in the football course. Passing skill is one of the fundamental techniques in football because accurate passing facilitates teamwork in building attacks and maintaining ball possession during the game. However, in the learning process it is often found that students still experience difficulties in performing accurate and well-directed passes. Therefore, an appropriate learning model is needed to increase students' participation and help them understand and practice proper passing techniques. This research employed Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles. Each cycle consisted of planning, action, observation, and reflection stages. The subjects of this research were university students who took the football course. Data were collected through observation of student activities, football passing skill tests, and documentation during the learning process. The collected data were analyzed using descriptive analysis to determine the improvement of students' skills in each cycle. The results of the study indicate that the implementation of the Discovery Learning model can improve students' football passing skills. In addition, students' participation in the learning process also increased, as students became more involved in discussions, movement exploration, and direct practice in discovering the correct passing techniques. Therefore, it can be concluded that the Discovery Learning model is effective in football course learning to improve students' passing skills.

Keywords: Discovery Learning, Passing Skills, Football, Students



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan banyak dipelajari dalam kegiatan pembelajaran olahraga di berbagai jenjang pendidikan, termasuk di perguruan tinggi. Dalam proses pembelajaran pada mata kuliah sepak bola, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memahami konsep dan peraturan permainan, tetapi juga diharapkan mampu menguasai berbagai teknik dasar yang menjadi dasar dalam permainan. Penguasaan teknik dasar yang baik akan membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan bermain serta mendukung kerja sama tim dalam pertandingan. Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola adalah passing. Passing merupakan teknik mengoper bola kepada rekan satu tim dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola serta membangun serangan secara efektif. Ketepatan dan kekuatan passing sangat menentukan keberhasilan suatu tim dalam mengatur alur permainan. Menurut Danny Mielke, passing merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola karena menjadi dasar dalam membangun kerja sama antar pemain dan menjaga kelancaran permainan. Namun, dalam pelaksanaan pembelajaran mata kuliah sepak bola sering ditemukan bahwa masih terdapat mahasiswa yang belum mampu melakukan teknik passing dengan baik. Beberapa mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan passing secara tepat, baik dari segi arah, kekuatan, maupun ketepatan sasaran. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pemahaman terhadap teknik dasar passing yang benar, kurangnya latihan yang terarah, serta penggunaan model pembelajaran yang masih bersifat konvensional dan berpusat pada dosen. Proses pembelajaran yang kurang melibatkan mahasiswa secara aktif dapat menyebabkan mahasiswa kurang memahami dan menguasai teknik yang dipelajari secara optimal.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan penerapan model pembelajaran yang mampu meningkatkan keaktifan serta keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran. Salah satu model pembelajaran yang dapat digunakan adalah Discovery Learning. Model Discovery Learning merupakan model pembelajaran yang menekankan pada proses penemuan konsep oleh peserta didik melalui kegiatan eksplorasi, pengamatan, serta pengalaman belajar secara langsung. Menurut Jerome Bruner, Discovery Learning adalah suatu proses pembelajaran yang memungkinkan peserta didik untuk menemukan konsep atau prinsip melalui kegiatan berpikir aktif dan pengalaman belajar secara mandiri. Melalui penerapan model Discovery Learning, mahasiswa diharapkan dapat lebih aktif dalam proses pembelajaran, khususnya dalam memahami dan mempraktikkan teknik dasar passing sepak bola. Mahasiswa tidak hanya menerima penjelasan dari dosen, tetapi juga terlibat langsung dalam kegiatan eksplorasi gerakan, diskusi, serta praktik yang memungkinkan mereka menemukan sendiri teknik yang tepat dalam melakukan passing. Dengan demikian, proses pembelajaran menjadi lebih aktif, kreatif, dan bermakna bagi mahasiswa. Berdasarkan uraian tersebut, penerapan model pembelajaran Discovery Learning diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif dalam meningkatkan keterampilan passing sepak bola mahasiswa dalam proses pembelajaran pada mata kuliah sepak bola. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui penerapan model Discovery Learning dalam meningkatkan keterampilan passing sepak bola pada mahasiswa.

Kajian Pustaka

Pembelajaran Sepak Bola

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan. Dalam pembelajaran sepak bola, mahasiswa diharapkan mampu memahami aturan permainan serta menguasai berbagai teknik dasar yang diperlukan dalam permainan. Menurut Danny Mielke, sepak bola merupakan permainan tim yang menuntut kerja sama antar pemain serta penguasaan teknik dasar yang baik agar permainan dapat berjalan dengan efektif. Oleh karena itu, dalam proses pembelajaran sepak bola diperlukan latihan yang terarah dan metode pembelajaran yang mampu meningkatkan keterampilan mahasiswa.

Teknik Dasar Passing Sepak Bola

Passing merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola. Passing digunakan untuk mengoper bola kepada rekan satu tim dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola serta membangun pola serangan dalam permainan. Menurut Luxbacher, passing merupakan teknik dasar yang digunakan untuk memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain secara tepat dan terarah. Ketepatan dalam melakukan passing sangat berpengaruh terhadap kelancaran permainan serta keberhasilan tim dalam membangun serangan. Dalam proses pembelajaran sepak bola, penguasaan teknik passing perlu dilatih secara berulang agar mahasiswa mampu melakukan operan bola dengan baik, baik dari segi arah, kekuatan, maupun ketepatan sasaran.

Model Pembelajaran Discovery Learning

Model pembelajaran Discovery Learning merupakan salah satu model pembelajaran yang menekankan pada proses penemuan konsep oleh peserta didik melalui kegiatan eksplorasi dan pengalaman belajar secara langsung. Model ini mendorong peserta didik untuk aktif dalam mencari dan menemukan informasi sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna. Menurut Jerome Bruner, Discovery Learning adalah model pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menemukan sendiri konsep atau prinsip melalui proses berpikir aktif dan pengalaman belajar secara langsung. Dengan demikian, peserta didik tidak hanya menerima informasi dari pendidik, tetapi juga terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Dalam penerapannya, model Discovery Learning biasanya terdiri dari beberapa tahap, yaitu stimulation (pemberian rangsangan), problem statement (identifikasi masalah), data collection (pengumpulan data), data processing (pengolahan data), verification (pembuktian), dan generalization (penarikan kesimpulan).

Hubungan Discovery Learning dengan Keterampilan Passing Sepak Bola

Penerapan model Discovery Learning dalam pembelajaran olahraga dapat membantu mahasiswa untuk lebih aktif dalam memahami serta mempraktikkan teknik yang dipelajari. Melalui kegiatan eksplorasi gerakan, diskusi, serta praktik langsung, mahasiswa dapat menemukan sendiri teknik yang tepat dalam melakukan passing sepak bola. Dengan keterlibatan mahasiswa secara aktif dalam proses pembelajaran, diharapkan keterampilan passing sepak bola dapat meningkat secara bertahap. Selain itu, model pembelajaran ini juga dapat meningkatkan motivasi belajar serta partisipasi mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran pada mata kuliah sepak bola.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing sepak bola mahasiswa melalui penerapan model pembelajaran Discovery Learning pada mata kuliah sepak bola. Penelitian tindakan kelas merupakan suatu penelitian yang dilakukan secara sistematis untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran di kelas. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti mata kuliah sepak bola. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dimana setiap siklus terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun rencana pembelajaran yang menerapkan model Discovery Learning pada materi teknik dasar passing sepak bola. Pada tahap pelaksanaan tindakan, kegiatan pembelajaran dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Selanjutnya pada tahap observasi, peneliti melakukan pengamatan terhadap aktivitas mahasiswa serta keterampilan mahasiswa dalam melakukan passing sepak bola selama proses pembelajaran berlangsung. Tahap terakhir adalah refleksi, yaitu melakukan evaluasi terhadap hasil yang diperoleh pada setiap siklus untuk mengetahui kekurangan yang masih terdapat dalam proses pembelajaran sehingga dapat dilakukan perbaikan pada siklus berikutnya. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui observasi, tes keterampilan passing sepak bola, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengetahui aktivitas mahasiswa selama proses pembelajaran berlangsung. Tes keterampilan digunakan untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam melakukan passing sepak bola, sedangkan dokumentasi digunakan untuk mendukung data penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif, yaitu dengan membandingkan hasil keterampilan passing mahasiswa pada setiap siklus untuk melihat adanya peningkatan keterampilan setelah diterapkannya model pembelajaran Discovery Learning. Dengan demikian, dapat diketahui sejauh mana penerapan model pembelajaran tersebut mampu meningkatkan keterampilan passing sepak bola pada mahasiswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa yang mengikuti mata kuliah sepak bola dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan passing sepak bola melalui penerapan model pembelajaran Discovery Learning. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dimana setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Pada tahap pra-tindakan, dilakukan observasi awal terhadap kemampuan mahasiswa dalam melakukan teknik dasar passing. Berdasarkan hasil pengamatan awal, masih banyak mahasiswa yang belum mampu melakukan passing dengan baik dan tepat sasaran. Beberapa mahasiswa masih kurang memahami teknik dasar passing, seperti posisi kaki tumpu, perkenaan kaki dengan bola, serta arah dan kekuatan operan. Selain itu, tingkat keaktifan mahasiswa dalam proses pembelajaran juga masih tergolong rendah karena pembelajaran yang dilakukan sebelumnya masih cenderung berpusat pada dosen. Pada siklus I, pembelajaran dilaksanakan dengan menerapkan langkah-langkah model Discovery Learning. Pada tahap awal, dosen memberikan stimulus berupa penjelasan singkat dan demonstrasi mengenai teknik dasar passing sepak bola. Selanjutnya mahasiswa diminta mengidentifikasi permasalahan yang sering terjadi saat melakukan passing. Setelah itu mahasiswa melakukan latihan passing secara berkelompok untuk mengumpulkan pengalaman dan data mengenai teknik yang benar. Dalam kegiatan ini mahasiswa diberi kesempatan untuk mencoba berbagai cara melakukan passing serta mendiskusikan hasil latihan bersama kelompoknya. Berdasarkan hasil observasi pada siklus I, terlihat bahwa keaktifan mahasiswa mulai meningkat dibandingkan dengan kondisi awal. Mahasiswa mulai terlibat dalam diskusi kelompok serta mencoba memperbaiki teknik passing

yang dilakukan. Namun, masih terdapat beberapa mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengontrol arah dan kekuatan passing. Hasil tes keterampilan passing pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mahasiswa dibandingkan dengan kondisi awal, tetapi peningkatan tersebut masih belum optimal sehingga perlu dilakukan perbaikan pada siklus berikutnya.

Pada siklus II, proses pembelajaran dilaksanakan dengan memperbaiki beberapa kekurangan yang ditemukan pada siklus I. Dosen memberikan arahan yang lebih jelas mengenai teknik dasar passing serta memberikan contoh gerakan yang benar. Selain itu, latihan passing dilakukan dengan variasi yang lebih terarah, seperti latihan passing berpasangan dan latihan passing dalam kelompok kecil. Mahasiswa juga diberi kesempatan untuk melakukan refleksi terhadap kesalahan yang dilakukan pada latihan sebelumnya. Hasil observasi pada siklus II menunjukkan bahwa keaktifan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran mengalami peningkatan yang signifikan. Mahasiswa terlihat lebih percaya diri dalam melakukan latihan passing serta lebih aktif dalam berdiskusi dan bekerja sama dengan teman kelompoknya. Hasil tes keterampilan passing pada siklus II juga menunjukkan peningkatan yang lebih baik dibandingkan dengan siklus I, dimana sebagian besar mahasiswa telah mampu melakukan passing dengan arah dan kekuatan yang lebih tepat.

Pembahasan

Peningkatan keterampilan passing sepak bola mahasiswa yang terjadi pada setiap siklus menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran Discovery Learning memberikan pengaruh positif terhadap proses pembelajaran pada mata kuliah sepak bola. Melalui model pembelajaran ini, mahasiswa tidak hanya menerima informasi dari dosen, tetapi juga terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran melalui kegiatan eksplorasi, diskusi, dan praktik secara langsung. Proses pembelajaran yang melibatkan mahasiswa secara aktif dapat membantu mahasiswa untuk memahami teknik dasar passing dengan lebih baik. Mahasiswa dapat menemukan sendiri kesalahan yang terjadi saat melakukan passing serta mencari solusi untuk memperbaiki teknik tersebut melalui latihan dan diskusi dengan teman kelompoknya. Hal ini sejalan dengan pendapat Jerome Bruner yang menyatakan bahwa Discovery Learning merupakan model pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk menemukan konsep atau prinsip melalui proses berpikir aktif dan pengalaman belajar secara langsung. Selain itu, penerapan model Discovery Learning juga mampu meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. Mahasiswa menjadi lebih tertarik dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran karena mereka dilibatkan secara langsung dalam kegiatan pembelajaran. Dengan adanya kegiatan latihan yang bervariasi serta diskusi kelompok, mahasiswa dapat saling bertukar pengalaman dan membantu satu sama lain dalam memperbaiki teknik passing. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa penerapan model pembelajaran Discovery Learning tidak hanya mampu meningkatkan keterampilan passing sepak bola mahasiswa, tetapi juga mampu meningkatkan keaktifan dan partisipasi mahasiswa dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, model pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif yang efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran pada mata kuliah sepak bola.

Hasil Observasi Aktivitas Mahasiswa

Tabel 1. Aktivitas Mahasiswa pada Pembelajaran Passing Sepak Bola

No.	Aspek yang Diamati	Siklus I (%)	Siklus II (%)
1.	Perhatian mahasiswa terhadap penjelasan dosen	72	90
2.	Keaktifan mahasiswa bertanya/diskusi	65	86
3.	Partisipasi latihan passing	68	88

4.	Kerja sama kelompok	70	89
5.	Kemampuan mempraktikkan passing	66	87
Rata-rata		68,2	88

Peningkatan Keterampilan Passing Mahasiswa

Tabel 2. Hasil Keterampilan Passing Sepak Bola Mahasiswa

Tahap Penelitian	Jumlah Mahasiswa	Mahasiswa Tuntas	Mahasiswa Tidak Tuntas	Nilai Rata-Rata	Persentase Ketuntasan
Pra-Siklus	28	11	17	65	39%
Siklus I	28	18	10	73	64%
Siklus II	28	25	3	86	89%

Distribusi Nilai Mahasiswa

Tabel 3. Distribusi Nilai Keterampilan Passing Sepak Bola Mahasiswa

Kategori Nilai	Rentang Nilai	Jumlah Mahasiswa	Persentase (%)
Sangat Baik	86 – 100	12	43%
Baik	76 – 85	13	46%
Cukup	66 – 75	3	11%
Kurang	< 66	0	0%
Total	0 – 100	28	100%

Grafik Peningkatan Keterampilan Passing



Gambar 1. Peningkatan Nilai Rata-rata Keterampilan Passing Mahasiswa

Pra-Siklus = 65

Siklus I = 73

Siklus II = 86

Interpretasi: Terlihat peningkatan yang konsisten, menunjukkan bahwa penerapan model Discovery Learning efektif dalam meningkatkan keterampilan passing mahasiswa.

KESIMPULAN

1. Penerapan model pembelajaran Discovery Learning efektif meningkatkan keterampilan passing sepak bola mahasiswa.
2. Nilai rata-rata meningkat dari 65 (pra-siklus) → 73 (siklus I) → 86 (siklus II), dan ketuntasan dari 39% → 64% → 89%.
3. Model ini juga meningkatkan keaktifan mahasiswa dalam proses pembelajaran.



Saran

1. Dosen dapat menggunakan Discovery Learning untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sepak bola.
2. Mahasiswa diharapkan lebih aktif berlatih mandiri.
3. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian pada teknik lain seperti dribbling, shooting, dan controlling.

DAFTAR PUSTAKA

- Bruner, J. S. (1961). *The act of discovery*. Harvard Educational Review, 31(1), 21–32.
- Luxbacher, J. A. (2011). *Soccer steps to success*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mielke, D. (2007). *Basic soccer skills*. United States: Sports Publishing.
- Nildi, E., & Hadinata, R. (2025). Penerapan model pembelajaran Discovery Learning untuk meningkatkan hasil belajar dribbling sepak bola pada siswa SMA. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 14(1), 54–67. <https://doi.org/10.22437/csp.v14i1.38786>
- Novianingsih, B. (2022). Metode Discovery Learning untuk meningkatkan keaktifan peserta didik dalam pembelajaran olahraga. *Jurnal Riset Daerah*, 22(2), 4218–4227. <https://doi.org/10.64730/jrdbantul.v22i2.73>
- Sanjaya, W. (2010). *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D (21st ed.)*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo. (2021). Penerapan model Discovery Learning untuk meningkatkan hasil belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan di SD Negeri Neglasari. *EDUKHA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 109–122. <https://doi.org/10.32832/edukha.v2i1.4808>