

PENERAPAN DISCOVERY LEARNING DALAM BERMAIN SEPAK BOLA UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENCETAK GOL

Nimrot Manalu¹, Togu Sijabat¹, Jevan Novtriman Hia¹, Tri Suci Aritonang¹, Vina Nabila¹

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Medan

Email: nimrot@unimed.ac.id, togusijabat85@gmail.com, novtrimanhia@gmail.com,
trisuciaritonang@gmail.com, vinanabila462@gmail.com

Article History

Received: March 10, 2025

Revision: Apr 12, 2025

Accepted: May 27, 2025

Published: June 01, 2025

Sejarah Artikel

Diterima: 10 Maret 2025

Direvisi: 12 April 2025

Diterima: 27 May 2025

Disetujui: 01 Juni 2025

ABSTRACT

Orientation in soccer learning with the Discovery Learning approach aims to develop students' ability to score goals, not only in terms of physical, but also in terms of tactical and strategic understanding. This study uses a descriptive qualitative research method, which focuses on collecting narrative data to provide a deeper understanding of the phenomenon being studied. The results of this study, namely playing soccer with a goal-scoring orientation based on Discovery Learning means implementing a learning approach where players find strategies and techniques for scoring goals through exploration, experience, and reflection.

Keywords: discovery learning, soccer, goal-scoring orientation, tactical understanding, learning strategy

ABSTRAK

Orientasi dalam pembelajaran sepak bola dengan pendekatan Discovery Learning bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik dalam mencetak gol, bukan hanya dari segi fisik, tetapi juga dari segi pemahaman taktis dan strategi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, yang berfokus pada pengumpulan data naratif untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena yang diteliti. Hasil penelitian ini, yaitu bermain sepak bola dengan orientasi mencetak gol berbasis Discovery Learning berarti menerapkan pendekatan pembelajaran di mana pemain menemukan strategi dan teknik mencetak gol melalui eksplorasi, pengalaman, dan refleksi.

Kata Kunci: discovery learning, sepak bola, orientasi mencetak gol, pemahaman taktis, strategi pembelajaran

©2025; *How to Cite:* Manalu, N., Sijabat, T., Hia, J. N., Aritonang, T. S., & Nabila, V. (2025). PENERAPAN DISCOVERY LEARNING DALAM BERMAIN SEPAK BOLA UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENCETAK GOL. *JURNAL KELUARGA SEHAT SEJAHTERA*, 23(1), 131–137. <https://doi.org/10.24114/jkss.v23i1.64707>

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang populer saat ini.

Permainan sepak bola sudah dikenal cukup lama, dan merupakan salah satu permainan rakyat yang sangat digemari dan sudah memasyarakat, baik masyarakat perkotaan

maupun masyarakat pedesaan, mulai dari anak-anak kecil, remaja, sampai orang tua sangat menggemarnya (Dwijayanto et al., 2024; Lestari & Sihombing, 2025; Siahaan & Sundhari, 2019b, 2019a). Bermain sepak bola adalah salah satu aktivitas olahraga yang sangat populer di dunia, baik sebagai hiburan, rekreasi, maupun kompetisi. Sepak bola tidak hanya melibatkan keterampilan fisik, tetapi juga taktik dan strategi yang kompleks untuk mencapai tujuan utama dalam permainan, yaitu mencetak gol (Ruslan & Nurjamal, 2019). Proses mencetak gol dalam sepak bola bukan hanya mengandalkan kekuatan fisik, tetapi juga pemahaman dan penerapan teknik serta taktik yang tepat (Agustina, 2020; Arridho et al., 2021). Salah satu kunci keberhasilan dalam sepak bola adalah kemampuan pemain untuk bergerak, berkoordinasi, dan berkomunikasi dengan rekan satu tim untuk menciptakan peluang dan akhirnya mencetak gol (Sufi, 2023).

Pendidikan olahraga, khususnya sepak bola, dapat dikembangkan dengan pendekatan yang lebih berorientasi pada pengembangan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah, salah satunya melalui penerapan Discovery Learning. Discovery Learning adalah pendekatan pembelajaran yang berfokus pada penemuan melalui pengalaman langsung. Dalam konteks sepak bola, metode ini memungkinkan siswa atau pemain untuk memecahkan masalah yang muncul dalam permainan secara mandiri atau bersama tim, sehingga mereka lebih memahami konsep-konsep dasar dalam sepak bola, termasuk teknik mencetak gol, posisi pemain, dan bagaimana merancang strategi serangan yang efektif (Martir et al., 2024; Solihah, 2023; Sudrajat et al., 2017).

Orientasi dalam pembelajaran sepak bola dengan pendekatan Discovery Learning bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik dalam mencetak gol, bukan hanya dari segi fisik, tetapi juga dari segi pemahaman taktis dan strategi. Melalui metode ini, siswa atau pemain diajak untuk menggali dan menemukan sendiri berbagai

teknik dan taktik yang diperlukan dalam permainan sepak bola. Pendekatan ini juga mendorong siswa untuk lebih aktif dalam mencari solusi atas tantangan yang dihadapi di lapangan, sehingga dapat meningkatkan keterampilan sepak bola mereka secara menyeluruh. Saat orientasi untuk mencetak gol maka pemain harus proaktif, progresif, konstruktif (Mawardinu et al., 2025; Weda & Kurniawan, 2022).

Model pembelajaran discovery learning sangatlah cocok dengan materi pembelajaran yang menuntut kreatifitas, eksplorasi dalam pencarian ide-ide menulis, struktur penulisan sehingga materi pelajaranpun akan dipahami dengan benar dan sempurna sehingga sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan (Sunaryo, 2021). Dengan demikian, pembelajaran sepak bola berbasis Discovery Learning tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknis, tetapi juga membangun pemahaman yang lebih dalam mengenai dinamika permainan sepak bola, terutama dalam hal orientasi mencetak gol.

Sepakbola dimulai dari abad ke 2-3 sebelum masehi di tiongkok, sedangkan di Indonesia dimulai dari tahun 1930-an pada era kolonial belanda (Weda & Kurniawan, 2022). sepak bola merupakan cabang olahraga dengan menggunakan bola pada umumnya yang terbuat dari kulit dan di mainkan oleh dua tim yang dimana masing-masing beranggotakan 11 pemain. Menurut (Munir et al., 2022) sepak bola merupakan cabang olahraga yang terbentuk dalam permainan sehingga terdapat berbagai macam unsur keterampilan-keterampilan dalam bermain sepak bola. Dari hasil pengertian dari beberapa peneliti tersebut dapat disimpulkan bahwasannya permainan sepak bola merupakan permainan yang dimainkan oleh 2 regu dan tiap-tiap regu terdiri dari 11 pemain, dimana dalam permainan tersebut bertujuan untuk dapat mencetak gol sebanyak-banyaknya (Kirom, 2019).

Sepak bola merupakan olahraga yang menggunakan bola yang pada umumnya

terbuat dari bahan kulit. Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik, pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu syarat yang harus dimiliki oleh para pemain. Keberhasilan suatu tim dalam setiap pertandingan ditentukan oleh penguasaan teknik dasar, oleh karena itu tanpa menguasai dasar-dasar teknik dan keterampilan sepakbola dengan baik untuk selanjutnya tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain sepakbola, tidak dapat melakukan pola-pola permainan atau pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan. Menurut Robert Koger (dalam Lestari & Sihombing, 2025), bahwa teknik dasar permainan sepakbola adalah : 1. Mengoper (passing), 2. Menghentikan dan menerima bola (stopping), 3. Menyundul bola (heading) 4. Mengoper bola (passing), 5. Melakukan lemparan kedalam (throw-in).

Pendidikan olahraga, khususnya sepak bola, dapat dikembangkan dengan pendekatan yang lebih berorientasi pada pengembangan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah, salah satunya melalui penerapan *Discovery Learning*. Pendekatan *Discovery Learning* berfokus pada penemuan melalui pengalaman langsung, memungkinkan siswa atau pemain memecahkan masalah dalam permainan secara mandiri atau bersama tim, sehingga lebih memahami konsep dasar dalam sepak bola, termasuk teknik mencetak gol, posisi pemain, dan strategi serangan efektif. Model pembelajaran *discovery learning* sangatlah cocok dengan materi pembelajaran yang menuntut kreatifitas, eksplorasi dalam pencarian ide-ide menulis, struktur penulisan sehingga materi pelajaranpun akan dipahami dengan benar dan sempurna sehingga sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan (Sunaryo, 2021).

Meskipun *Discovery Learning* menjanjikan dalam meningkatkan kemampuan mencetak gol, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami bagaimana pendekatan ini dapat diterapkan secara efektif

dalam konteks pembelajaran sepak bola. Penelitian sebelumnya mungkin belum sepenuhnya menggali bagaimana pemain sepak bola dapat meningkatkan keterampilan mencetak gol melalui penerapan *Discovery Learning*, serta bagaimana pengalaman mereka dalam metode pembelajaran ini mempengaruhi pemahaman mereka tentang teknik dan taktik dalam mencetak gol.

Menurut Syah (Fahturahman et al., 2023), ada enam langkah utama dalam mempraktekkan model pembelajaran *discovery*: 1) Perasaan: Ketika siswa diberi kesempatan untuk memilih dari setiap rencana masalah yang masuk akal yang berkaitan dengan mata pelajaran, satu dipilih dan dibentuk sebagai spekulasi (solusi masalah tidak tetap), dan 2) Proklamasi masalah masalah (penjelasan/ID masalah), di mana siswa diberi kesempatan untuk mengidentifikasi rencana masalah apa pun yang terkait dengan topik tersebut, (3) Penanganan informasi, yaitu cara yang paling umum untuk menangani informasi dan data yang telah dikumpulkan oleh siswa, dan (4) pengumpulan informasi, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengumpulkan data sebanyak-banyaknya untuk membuktikan kebenaran hipotesis. Siswa melalui percakapan, potongan-potongan pengetahuan, dan lainnya. kemudian dijelaskan, (5) Periksa, khususnya lengkapi penilaian yang hati-hati untuk menunjukkan apakah hipotesis yang ditentukan sebelumnya terkait dengan hasil penanganan data, (6) Hipotesis, sampai pada resolusi yang dapat digunakan sebagai ide umum dan berlaku untuk kejadian komparatif atau masalah sebagai aturan umum, menghasilkan hasil setelah penegasan.

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan bagaimana pendekatan *Discovery Learning* dapat diimplementasikan dalam pembelajaran sepak bola untuk meningkatkan kemampuan mencetak gol. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggali dan mendeskripsikan penerapan pendekatan *Discovery*

Learning dalam konteks pembelajaran sepak bola, dengan fokus utama pada peningkatan keterampilan dan pemahaman peserta didik dalam mencetak gol. Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada fokusnya pada penerapan *Discovery Learning* dalam konteks spesifik mencetak gol dalam sepak bola, serta penggunaan metode penelitian kualitatif deskriptif untuk memahami pengalaman subjektif peserta didik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif deskriptif yang sesuai untuk menjawab pertanyaan mengenai bagaimana penerapan pendekatan *Discovery Learning* dalam pembelajaran sepak bola dapat meningkatkan kemampuan mencetak gol. Desain ini memungkinkan peneliti untuk menggali dan mendeskripsikan secara mendalam proses pembelajaran serta pengalaman subjektif peserta didik selama mengikuti metode *Discovery Learning*, tanpa bertujuan untuk menguji hipotesis atau melakukan generalisasi statistik (Sugiyono, 2019).

Populasi penelitian terdiri dari pemain sepak bola yang mengikuti pelatihan dengan pendekatan *Discovery Learning*, serta pelatih yang memfasilitasi proses pembelajaran tersebut. Sampel penelitian diambil secara purposive, yaitu memilih subjek yang dianggap memiliki pengalaman dan informasi relevan terkait penerapan metode *Discovery Learning* dalam konteks peningkatan kemampuan mencetak gol. Pendekatan ini dipilih agar data yang diperoleh benar-benar menggambarkan fenomena yang diteliti.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan dengan pemain, pelatih, dan pihak terkait lainnya untuk menggali pemahaman mereka tentang proses pembelajaran, pengalaman selama latihan,

serta pandangan terhadap efektivitas metode *Discovery Learning*. Observasi dilakukan secara langsung pada sesi latihan untuk mencatat interaksi, aktivitas, dan penerapan langkah-langkah *Discovery Learning* dalam konteks pengembangan keterampilan mencetak gol. Dokumentasi meliputi catatan lapangan, rekaman video, dan bahan pendukung lain yang relevan dengan proses pembelajaran.

Instrumen pengumpulan data berupa pedoman wawancara dan lembar observasi yang telah dikembangkan berdasarkan teori dan langkah-langkah *Discovery Learning*. Instrumen ini dirancang agar dapat menangkap aspek-aspek penting dari proses pembelajaran dan pengalaman peserta didik secara menyeluruh.

Data yang terkumpul dianalisis dengan teknik analisis deskriptif kualitatif, yaitu dengan mengorganisasi, mengkategorikan, dan menginterpretasi data naratif untuk menemukan pola, tema, dan makna yang berkaitan dengan penerapan *Discovery Learning* dalam pembelajaran sepak bola. Proses analisis dilakukan secara sistematis dan berurutan, mulai dari reduksi data, penyajian data, hingga penarikan kesimpulan, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas dan mendalam mengenai fenomena yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan bahwa penerapan pendekatan *Discovery Learning* dalam pembelajaran sepak bola secara signifikan berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan peserta didik untuk mencetak gol. Melalui proses eksplorasi, pengalaman langsung, dan refleksi, para pemain mampu menemukan strategi dan teknik mencetak gol yang efektif secara mandiri maupun dalam kerja sama tim. Data yang diperoleh dari observasi dan wawancara menunjukkan bahwa pemain tidak hanya mengandalkan kekuatan fisik, tetapi juga mengembangkan

pemahaman taktis dan strategi permainan yang lebih mendalam.

Selama sesi latihan, pelatih memberikan stimulasi berupa masalah atau situasi permainan yang merangsang rasa ingin tahu dan kreativitas pemain. Pemain kemudian mengidentifikasi masalah, mengumpulkan data melalui praktik dan diskusi, serta mengolah informasi tersebut untuk

menemukan solusi yang sesuai. Proses ini mendorong pemain untuk aktif berpikir kritis dan mengambil keputusan cepat dalam situasi permainan nyata.

Tabel 1 berikut merangkum hasil pengamatan terhadap peningkatan keterampilan mencetak gol pada peserta didik sebelum dan sesudah penerapan metode *Discovery Learning*.

| Peserta Didik | Skor Kemampuan Mencetak Gol Sebelum | Skor Kemampuan Mencetak Gol Sesudah |
|---------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| A | 65 | 82 |
| B | 70 | 85 |
| C | 60 | 78 |
| D | 68 | 80 |
| E | 72 | 88 |
| Rata-rata | 67 | 82.6 |

Tabel 1. Peningkatan Kemampuan Mencetak Gol Peserta Didik

Dari tabel tersebut, terlihat adanya peningkatan rata-rata skor kemampuan mencetak gol sebesar 15,6 poin setelah penerapan pendekatan *Discovery Learning*. Hal ini menunjukkan efektivitas metode tersebut dalam membantu pemain mengembangkan keterampilan teknis dan pemahaman strategi mencetak gol.

Selain itu, hasil wawancara mengungkapkan bahwa para pemain merasa lebih percaya diri dan proaktif dalam mengambil peluang mencetak gol. Mereka juga melaporkan bahwa proses pembelajaran yang interaktif dan berbasis penemuan membuat mereka lebih mudah memahami konsep permainan dan meningkatkan motivasi belajar (Supriadi & Ghani, 2024).

Peningkatan kemampuan mencetak gol yang signifikan pada peserta didik setelah penerapan *Discovery Learning* menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang berfokus pada penemuan melalui pengalaman

langsung sangat efektif dalam konteks pembelajaran sepak bola. Melalui proses stimulasi, identifikasi masalah, pengumpulan data, pembuktian, dan generalisasi, peserta didik tidak hanya mempelajari teknik mencetak gol secara pasif, tetapi secara aktif menemukan dan mengembangkan strategi serta teknik yang efektif sesuai dengan kemampuan mereka.

Hasil ini mendukung pertanyaan penelitian tentang bagaimana pendekatan *Discovery Learning* dapat diimplementasikan dalam pembelajaran sepak bola untuk meningkatkan kemampuan mencetak gol. Temuan menunjukkan bahwa ketika pemain diberi kesempatan untuk mengeksplorasi dan menemukan solusi secara mandiri, mereka mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang konsep-konsep dalam sepak bola, khususnya dalam hal orientasi mencetak gol.

Pembandingan dengan Penelitian Lain

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Sunaryo (2021) yang menyatakan bahwa model pembelajaran *discovery learning* sangat cocok dengan materi pembelajaran yang menuntut kreativitas dan eksplorasi. Dalam konteks sepak bola, kreativitas dan eksplorasi merupakan elemen penting dalam mengembangkan kemampuan mencetak gol. Penelitian ini juga memperkuat pendapat Hosnan dalam (Asmal, 2023) yang mengemukakan bahwa *discovery learning* bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa secara aktif dengan menemukan jawaban sendiri, sehingga hasil pembelajaran tersimpan dengan baik dalam ingatan mereka.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung temuan Weda & Kurniawan (2022) yang menekankan bahwa dalam orientasi mencetak gol, pemain harus proaktif, progresif, dan konstruktif. Pendekatan *Discovery Learning* dalam penelitian ini terbukti mendorong peserta didik untuk lebih proaktif dalam mencari peluang mencetak gol dan progresif dalam mengembangkan strategi permainan.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa pendekatan *Discovery Learning* dapat diintegrasikan ke dalam program pelatihan sepak bola untuk meningkatkan kemampuan mencetak gol. Pelatih dan pendidik olahraga dapat mengadopsi langkah-langkah *Discovery Learning* seperti stimulasi, identifikasi masalah, pengumpulan data, pembuktian, generalisasi, dan aplikasi dalam merancang sesi latihan yang lebih efektif.

Secara teoretis, penelitian ini memperkaya pemahaman tentang bagaimana teori pembelajaran konstruktivis dapat diterapkan dalam konteks pendidikan jasmani dan olahraga (Siregar et al., 2024). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta

didik dapat menghasilkan peningkatan keterampilan yang signifikan dalam olahraga, khususnya sepak bola.

Limitasi Penelitian

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang positif, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan jumlah sampel yang terbatas, sehingga hasil penelitian mungkin tidak dapat digeneralisasi untuk populasi yang lebih luas. Kedua, penelitian ini berfokus pada kemampuan mencetak gol, sementara ada banyak aspek lain dalam permainan sepak bola yang juga penting untuk dikembangkan. Ketiga, penelitian ini dilakukan dalam jangka waktu tertentu, sehingga efek jangka panjang dari pendekatan *Discovery Learning* terhadap kemampuan mencetak gol belum dapat dipastikan.

Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan hasil dan keterbatasan penelitian ini, beberapa saran untuk penelitian selanjutnya adalah:

1. Melakukan penelitian dengan metode campuran (mixed methods) yang menggabungkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang efektivitas *Discovery Learning* dalam pembelajaran sepak bola.
2. Memperluas fokus penelitian untuk mencakup aspek-aspek lain dalam permainan sepak bola, seperti kemampuan bertahan, transisi, atau kerja sama tim.
3. Melakukan penelitian longitudinal untuk mengevaluasi efek jangka panjang dari pendekatan *Discovery Learning*

- Learning* terhadap perkembangan keterampilan sepak bola.
4. Mengeksplorasi bagaimana pendekatan *Discovery Learning* dapat disesuaikan untuk berbagai kelompok usia dan tingkat kemampuan dalam pembelajaran sepak bola.
 5. Menyelidiki bagaimana teknologi dan alat bantu visual dapat diintegrasikan dengan pendekatan *Discovery Learning* untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran sepak bola.

SIMPULAN

Discovery Learning adalah model pembelajaran yang menekankan pada proses menemukan konsep atau prinsip secara mandiri oleh peserta didik melalui pengalaman langsung. Sintaks (langkah-langkah) dalam model Discovery Learning biasanya terdiri dari enam tahap utama, yaitu stimulasi (stimulation), identifikasi masalah (problem statement), pengumpulan data (data collection), pembuktian (data processing), generalization dan aplikasi (application). Orientasi mencetak gol adalah konsep dalam sepak bola yang merujuk pada pola pikir, strategi, dan keterampilan yang berfokus pada menciptakan peluang dan mencetak gol. Pemain dengan orientasi mencetak gol memiliki tujuan utama untuk menemukan cara terbaik agar bola masuk ke gawang lawan, baik melalui tembakan langsung, kerja sama tim, atau pergerakan tanpa bola. Discovery Learning dalam sepak bola mengacu pada metode pembelajaran yang mendorong pemain untuk menemukan teknik, strategi, dan solusi permainan secara mandiri melalui pengalaman langsung. Model ini sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman taktis, keterampilan individu, dan kreativitas di lapangan.

DAFTAR RUJUKAN