



<https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/JKP>

Pengaruh *Circuit Games* Terhadap Peningkatan Kerja sama Tim Pada Atlet Karate Majenang

Rizki Aditya Rachmawan¹, Mohamad Rezha², Asep Ridwan Kurniawan³, Gani Kardani⁴

^{1, 2, 3, 4} Pendidikan Jasmani, Universitas Galuh, Ciamis, Indonesia

Email koresponden: rezhamohamad@gmail.com

ABSTRACT

The research to be carried out has a goal by the formulation of the problem set, namely "To find out whether the *outdoor education circuit games* can have a significant influence on increasing the teamwork of Majenang karate athletes". In this study, the author used experimental research methods to determine the effect of *circuit games* on increasing teamwork in Majenang karate athletes. This study used a population of Majenang karate athletes with a population of 20 people aged 14-16 years. The sample used by the age group of 14-16 years was selected which was suitable to be used as a research sample of 20 people. The results of the identification of problems show that Majenang Karate athletes tend to be individual and lack teamwork development. One of the factors that cause such individual characteristics is that most match numbers followed are individual numbers. However, research shows that the use of circuit games in Majenang Regency Karate training has a significant effect on improving teamwork. This is proven by the increase in teamwork that occurs in a shorter time. Therefore, the use of circuit games has a positive impact on increasing teamwork and providing various benefits for Majenang Karate athletes.

Keywords: influence, circuit games, improvement, teamwork, karate athlete, majenang

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian yang akan dilakukan adalah "Untuk mengetahui apakah pendidikan permainan sirkuit luar ruangan dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kerja sama tim pada atlet karate Majenang", yang sejalan dengan rumusan masalah yang telah ditetapkan. Alasan dilakukannya penelitian ini adalah untuk memutuskan apakah perluasan kolaborasi para pesaing karate Majenang dipengaruhi oleh permainan sirkuit yang menggunakan teknik penelitian percobaan. Penelitian ini melibatkan dua puluh atlet karate Majenang yang berusia antara 14 dan 16 tahun. Dua puluh orang, dengan rentang usia 14 hingga 16 tahun, dipilih sebagai tes ulasan yang memenuhi syarat. Bukti nyata dari masalah ini menunjukkan bahwa atlet Karate Majenang pada umumnya akan mandiri dan membutuhkan kemampuan kolaborasi. Sebagian besar nomor pertandingan yang diikuti adalah nomor individu, yang merupakan salah satu variabel yang menambah kualitas orang tersebut. Namun penelitian menunjukkan bahwa penggunaan permainan sirkuit dalam latihan Karate dalam Peraturan Majenang secara terus menerus berpengaruh terhadap perkembangan kerja sama. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya kerja sama tim yang terjadi dalam waktu yang lebih singkat. Oleh karena itu, para pesaing Majenang Karate mendapatkan keuntungan dengan memanfaatkan permainan sirkuit untuk meningkatkan kerja sama dan mendapatkan banyak keuntungan.

Kata Kunci: Pengaruh, Circuit Games, Peningkatan, Kerja sama Tim, Atlet Karate, Majenang

Rachmawan, R.A, Rezha, M., Kurniawan, A.R., Kardani, G. (2023). Pengaruh Circuit Games Terhadap Peningkatan Kerja sama Tim Pada Atlet Karate Majenang. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1), 57-64.

Sejarah Artikel:

Submit: Pebruari 2023, Revisions: Maret 2023, Accepted: April 2023.

PENDAHULUAN

Salah satu mata pelajaran yang berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan sumber daya manusia di bidang olahraga adalah pelatihan yang sebenarnya, adalah sekolah yang sebenarnya. Program pendidikan pelatihan esensial dan pilihan secara eksplisit diarahkan dalam Pasal 42 Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Persekolahan Umum, yang juga menjadikan persekolahan aktual sebagai mata pelajaran wajib di sekolah (Indonesia, 2003). Jadi, kami memahami bahwa pelatihan aktual mengambil bagian penting dalam siklus instruktif.

Pendidikan jasmani mencakup 3 ranah pendidikan secara menyeluruh yaitu mengembangkan emosional, psikomotor serta sosial (Magdalena et al., 2020). Dalam kurikulum 2013 Pendidikan Jasmani memiliki banyak tujuan salah-satunya untuk mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan. Juga mengembangkan sikap positif serta memelihara kebugaran jasmani. Waktu luang yang dimiliki diharapkan bisa diisi dengan melakukan kegiatan aktivitas fisik. Dari tujuan penjas yang sudah diakui oleh semua orang ini, maka guru penjas dituntut untuk mampu mengelola pembelajaran agar tujuan pembelajaran tidak hanya berfokus pada 3 ranah penilaian saja namun juga untuk membantu pemenuhan kebutuhan bergerak setiap siswa.

Penelitian ini akan mengembangkan pembelajaran pada *circuit games* terhadap kerja sama tim. Karena itu, mulai merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi pembelajaran *circuit games* yang dapat memberikan kerja sama tim. Namun pada umumnya pendidikan jasmani harus dimulai dari gerak dasar menuju pembelajaran tingkat lanjut. Pembelajaran *sircuit games* pada atlet karate yang sistematis, apabila dilakukan berulang dengan anggota tim yang sama akan bertambah kuantitas dan kualitasnya terhadap kerja sama tim maka peluang mencapai tujuan pembelajaran pada *circuit games* mudah-mudahan berjalan dengan lancar dalam penelitian ini.

Model pembelajaran *circuit games* karena konsep model pembelajaran permainan sirkuit pada dasarnya sejalan dengan prinsip Developmentally Appropriate Practice (DAP), yang dikembangkan akan lebih sesuai dengan karakteristik siswa atau atlet karate. (Hutapea et al., 2021) yang mengutamakan pada pembelajaran individual serta memberikan kepercayaan kepada anak untuk membangun sendiri pengetahuan melalui interaksi sosial dan fisik yang dilakukan (Barqy, 2015). Model pembelajaran *circuit games* menekankan pada kerjasama tim yang menyenangkan dan mengenal lingkungan yang adaptif dengan karakteristik siswa.

Selanjutnya adalah yang berhubungan dengan variabel terikatnya yaitu kerja sama tim. Kerja sama merupakan kebutuhan mendasar dalam sebuah tim. Kerja sama tim merupakan gabungan kekuatan atau ide setiap anggota tim dengan mengerahkan kelebihanannya untuk target yang akan dicapai. Dengan kerja sama tim yang terjalin dengan baik, memberikan dorongan bagi setiap individu untuk memaksimalkan kapasitas diri dan melahirkan ide yang cemerlang (Bachtiar, 2004).

Kemampuan sekelompok anggota secara kerja sama tim dalam rangka pencapaian target yang diinginkan disebut kerja sama.

Tim merupakan himpunan dari beberapa orang yang memiliki tujuan yang sama. Anggota tim senantiasa berkoordinasi agar tujuan bersama tersebut bisa tercapai. Kolaborasi yang dibangun dengan kesadaran akan prestasi dan kinerja sangat erat kaitannya dengan setiap tim atau individu (Tampubolon, 2020). Solusi berbeda yang tidak dapat diselesaikan sendiri akan muncul ketika orang bekerja sama. Keunggulan yang dapat diandalkan dalam partisipasi dalam kolaborasi adalah pengembangan pengaturan yang berbeda dalam energi kooperatif dari orang yang berbeda yang merupakan individu dari kooperatif.

METODE PENELITIAN

Untuk mengetahui dampak permainan sirkuit dalam memperluas kerja sama dalam pertandingan karate Majenang, dalam ulasan ini pencipta menggunakan teknik pemeriksaan eksplorasi dengan Rencana *Pretest-Posttest Pre-Trial One-Gathering Pretest-Posttest* (Rustiawan et al., 2021). Populasi yang digunakan terdiri dari 20 atlet karate Majenang yang berusia antara 14 dan 16 tahun. Dua puluh orang, yang mewakili rentang usia 14 hingga 16 tahun, dipilih sebagai sampel penelitian yang layak. Faktor bebas dalam penelitian ini adalah permainan sirkuit sedangkan variabel terikatnya adalah kolaborasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS 22. Hasil penelitian ini merupakan pemaparan dari hasil yang didapatkan dari lapangan. Data dijelaskan secara deskriptif seperti deskripsi data pada tabel 1. Selanjutnya data di analisis uji normalitas, homogenitas serta uji t. Uji t yang digunakan yaitu *paired sample t-test*.

1. Deskripsi Data

Pada tabel 1 memaparkan mengenai deskripsi pada tes awal dan tes akhir.

Tabel 1.
Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir
Kelompok *Circuit Games*

Kelompok Sampel	N	Rata-Rata	Standar Deviasi	Varians	Skor Terendah	Skor Tertinggi
Tes Awal Kel. <i>Circuit Games</i>	18	6.47	1.12	1.26	5	9
Tes Akhir B. Kel. <i>Circuit Games</i>	18	5.52	1.06	1.14	4	8

Menurut tabel 1, skor tes awal rata-rata kelompok permainan sirkuit adalah 6,47 menit, dengan standar deviasi 1,12 dan varians 1,26. Waktu tercepat adalah 9 menit, dan waktu

tercepat adalah 5 menit. Skor tes akhir grup permainan sirkuit rata-rata adalah 5,52, dengan standar deviasi 1,06 dan varians 1,14. Waktu terpendek adalah empat menit, dan waktu terlama adalah delapan menit.

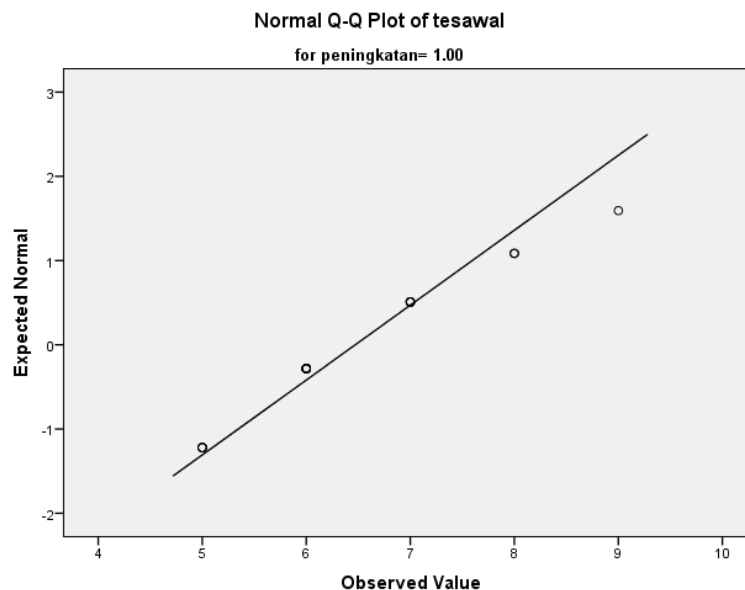
2. Hasil Uji Normalitas

Tabel 2 menjelaskan mengenai nilai normalitas setiap data. Uji normalitas ini tentunya dilakukan pada setiap tes, tes awal dan tes akhir. Berikut penjelasannya dalam bentuk tabel.

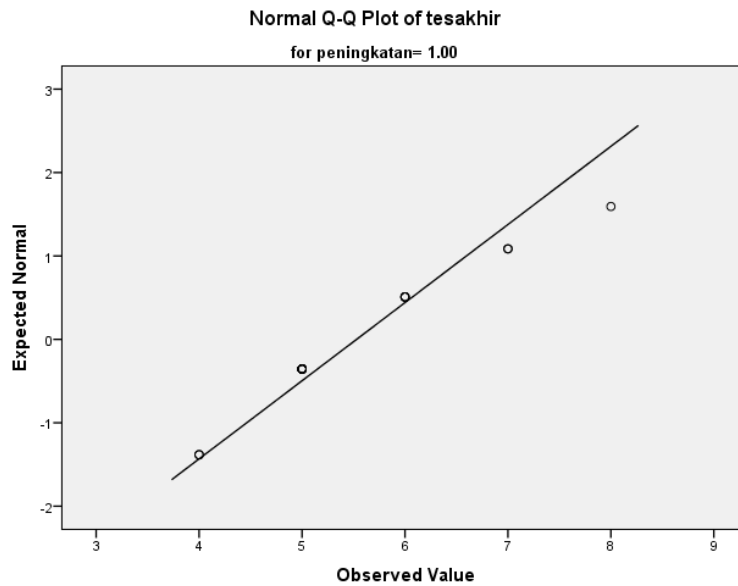
Tabel 2.
Uji Normalitas Tes awal dan Tes akhir
Kelompok *Circuit Games*

Kelompok	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistik	df	Sig
Tes Awal K. <i>Circuit games</i>	0.06	17	0.65
Tes Akhir K. <i>Circuit games</i>	0.10	17	0.53

Berdasarkan kriteria keputusan dan uji kenormalan dari tabel 2 diketahui bahwa data tes dihitung dengan waktu dalam menit antara tes awal dan tes akhir kelompok *circuit games* berdistribusi normal karena seluruh hasil penghitungan lebih besar dari 0,05. Untuk lebih jelas penulis mencantumkan grafik tes awal dan tes akhir kedua kelompok di bawah ini.



Grafik 1. Hasil Uji Normalitas Tes Awal Kelompok *Circuit games*



Grafik 2. Hasil Uji Normalitas Tes Akhir Kelompok *Circuit games*

Melihat hasil dari grafik tersebut sudah jelas terlihat bahwa data uji hasil tes awal dan tes akhir kelompok *circuit game* tersebar di sekitar garis diagonal, maka dapat disimpulkan bahwa data ini bersifat normal (Prawira, 2012)

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pertama yang dilakukan yaitu Menurut Priyatno (2012), uji-t mengolah data rata-rata hasil pre dan postes dari kedua kelompok penelitian dengan menggunakan uji-t sampel berpasangan. Pengujian dilakukan pada kedua sisi, dengan nilai probabilitas (Sig.) selanjutnya dk dipartisi masing-masing 2.

Tabel 3.
Paired Sample t-test Kelompok

		Rata-rata	Std. Deviasi	t	dk	Sig. (2-tailed)	Ket
<i>Circuit games</i>	Tes awal dan tes akhir	0.94	0.23	17.00	17	0.000	Signifikan

Menyusun Hipotesis:

1. Ho = Tidak ada perbedaan besar dalam kelompok permainan sirkuit antara pre-test dan *post-test* untuk meningkatkan kerja sama dalam pertandingan Karate di Kabupaten Majenang.

2. H_a = Hasil kelompok permainan sirkuit menunjukkan perbedaan yang signifikan pada *pre-Test* dan *post-test* untuk meningkatkan kerja sama antar atlet Karate Kabupaten Majenang.

H_0 ditolak jika H_0 diterima jika signifikansinya lebih besar atau sama dengan 0,05, sedangkan signifikansinya lebih kecil atau sama dengan 0,05. H_0 ditolak karena tingkat signifikansinya rendah (0,000 < 0,05). Di bawah Peraturan Majenang, hal ini sebenarnya dimaksudkan untuk meningkatkan kerja sama dalam pertandingan Karate dengan memperluas permainan sirkuit.

Pembahasan

Secara empiris, permainan sirkuit kelompok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kerja sama, seperti yang ditunjukkan oleh hasil pengolahan dan analisis data dari atlet Karate Kabupaten Majenang. Adanya peningkatan kerja sama tim dalam bentuk waktu yang paling kecil atau cepat dikarenakan beberapa faktor yang mendukung adalah sebagai berikut :

1. Kerja sama yang terjalin di antara individu setiap anggota tim sangat diperlukan untuk menunjang tercapainya tujuan bersama. Dengan senantiasa berkoordinasi dengan baik, setiap individu mendapatkan kesempatan untuk mengemukakan ide cemerlang yang dimiliki.
2. Adanya pertemuan kegiatan *circuit games* yang dilaksanakan sebanyak 3 kali dalam seminggu, memungkinkan setiap kelompok mengetahui permainan *circuit games* tersebut seperti strategi yang akan dilakukan untuk pertemuan selanjutnya, Adanya penempatan anggota kelompok pada posisi di dalam permainan *circuit games*, serta adanya refleksi otomatis karena adanya pengulangan kegiatan *circuit games* tanpa harus meraba-raba terlebih dahulu seperti pertemuan pertama.
3. Pelaksanaan *circuit games* didasarkan pada asumsi bahwa seorang siswa akan dapat mengembangkan kekuatan, kecepatan, *power*, daya tahan, kelincahan yang terbentuk menjadi total fitness dengan cara :
 - a. Mengulangi kegiatan sebanyak mungkin dalam jangka waktu tertentu.
 - b. Melakukan latihan dalam waktu yang singkat.
4. Keuntungan *circuit games* adalah sebagai berikut :
 - a. Komponen kondisi fisik meningkat dalam waktu yang bersamaan juga lebih singkat.
 - b. Setiap siswa diberikan kesempatan untuk mengembangkan kemampuan diri masing-masing.

- c. Setiap siswa diberikan kesempatan untuk melakukan perbaikan atau koreksi baginya ataupun bagi tim secara keseluruhan.
- d. Waktu yang diperlukan relatif singkat dan bisa melibatkan banyak orang dalam waktu yang sama.

KESIMPULAN

Berdasarkan berdasarkan identifikasi masalah bahwa Karakteristik atlet Karate Majenang cenderung bersifat individual, belum terlihat kerja sama tim tumbuh dari para atlet Karate Majenang, serta salah satu alasan karakter individu ada pada atlet Karate Majenang karena banyak nomor yang diikuti dalam pertandingan adalah nomor perorangan baik komite maupun kata. Selanjutnya berdasarkan pembahasan di atas bahwa adanya pengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kerja sama tim dalam bentuk waktu yang paling kecil pada atlet Karate Kabupaten Majenang. Dengan demikian, penggunaan circuit games dalam latihan Karate Kabupaten Majenang memiliki dampak positif dalam meningkatkan kerja sama tim dan memberikan berbagai keuntungan bagi para atlet.

REKOMENDASI

Studi ini dapat menawarkan saran-saran berikut:

1. Sebaiknya instruktur karate harus dapat meningkatkan kerja sama tim pada anak didiknya dengan mencoba menggunakan dan menerapkan metode *circuit games*.
2. Cabang olahraga beladiri karate merupakan cabang olahraga individu namun bukan berarti kekompakan tidak penting, bahkan sebaliknya bahwa kerja sama tim perlu ditingkatkan seperti pada latihan bersama, empati diantara atlet ketika tertimpa masalah.
3. Untuk penelitian lanjutan, yang hampir sama dengan penelitian ini disarankan agar menambah variabel terikat maupun variabel bebasnya dengan tujuan agar jelas hasil yang didapat dari dampak *circuit games*.
4. Disarankan pengkajian circuit games dalam penelitian lanjutan ini lebih dalam lagi agar wawasan pengetahuan dari pengaruh circuit games tidak hanya sebatas pada peningkatan kerja sama tim saja namun dapat memunculkan hal-hal yang baru.

DAFTAR PUSTAKA

Barqy, A. A. A.-. (2015). Strategi kepemimpinan dalam meningkatkan kinerja pegawai di kementerian agama kota malang [UIN Maulana Malik Ibrahim Malang]. In *Pusat Perpustakaan*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/3530/1/13710037.pdf>

- Hutapea, R. P., Simatupang, N., & Kasih, I. (2021). Game Development Is Developmentally Appropriate. *Physical Education, Health and Recreation*, 5(2), 179–185. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/pjkr.v5i2.27573>
- Indonesia, P. R. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003* (Issue 1).
- Magdalena, I., Fajriyati Islami, N., Rasid, E. A., & Diasty, N. T. (2020). Tiga Ranah Taksonomi Bloom Dalam Pendidikan. *EDISI: Jurnal Edukasi Dan Sains*, 2(1), 132–139. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/edisi>
- Rustiawan, H., Taufik, A. R., & Sudrazat, A. (2021). Analisis Kondisi Fisik Pemain Spartan Basketball Club. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 8(1), 1–14. <https://doi.org/10.25157/wa.v8i1.4565>
- Tampubolon, M. P. (2020). Change Management Manajemen Perubahan : Individu, Tim Kerja Organisasi. In *Bogor; Mitra Wacana Media*.
- Sugiyono (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung:Alfabeta
- Sukmadinata (2004). *Kurikulum dan Pembelajaran Kompetensi*. Bandung : Yayasan Kesuma Karya.