

## Program pelatihan kohesivitas tim sebagai sarana peningkatan kohesivitas tim pada Cabang Olahraga Beregu

Ali Maksum, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=75617&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### <b>ABSTRAK</b><br>

Bila kita menyimak perjalanan prestasi olahraga Indonesia di tingkat regional maupun internasional, olahraga beregu kurang memiliki catatan yang menggembirakan dibandingkan dengan olahraga perorangan. Pertanyaan yang muncul adalah: apakah kita tidak mempunyai potensi di cabang olahraga beregu? Apakah pembinaan cabang olahraga beregu yang selama ini berjalan kurang efisien dan efektif? Apakah karena memang kita tidak mampu membentuk dan mengembangkan cabang olahraga beregu yang baik sehingga menjadi sebuah tim yang solid dan andal untuk berprestasi? Tujuan penelitian ini adalah ingin mengembangkan program intervensi psikologis yang terwujud dalam bentuk pelatihan yang efektif untuk meningkatkan kohesivitas tim pada cabang olahraga beregu.

<br />

<br />

Penelitian ini didesain menjadi dua tahap. Tahap pertama adalah pengembangan program yang bertujuan untuk menyusun dan mengembangkan paket program pelatihan kohesivitas. Langkah ini dilakukan mengingat belum adanya paket pelatihan kohesivitas tim, terutama di Indonesia, yang secara khusus dikembangkan untuk tim olahraga. Dad studi literatur yang dilakukan ditemukan materi pelatihan yang terdiri dari: (1) kerjasama tim, (2) identitas dan kebanggaan tim, (3) hubungan interpersonal, (4) kepercayaan, (5) tujuan dan norms kelompok, (6) fungsi dan peran pemain dalam tim, dan (7) pengelolaan konflik. Ketujuh materi tersebut kemudian dikembangkan dalam bentuk paket/kurikulum pelatihan kohesivitas yang akan diterapkan pada penelitian tahap kedua selama dua bulan. Tahap ini bertujuan untuk melihat efektivitas program pelatihan yang telah dikembangkan kepada khalayak sasaran. Implementasi program dilakukan dengan pendekatan eksperimen. Sebagai kelompok eksperimen adalah SSB (Sekolah Sepak Bola) Indonesia Raya dan sebagai kelompok kontrolnya adalah SSB Putera Gelora Surabaya. Kedua SSB ini kondisinya relatif sama, baik dari karakteristik siswa maupun pelatihnya.

<br />

<br />

Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen GEQ (Group Environment Questionnaire) yang dikembangkan berdasarkan teori kohesivitas dari Carron (1982). Ujicoba instrumen yang bertujuan menguji validitas dan reliabilitasnya dilakukan terhadap 84 atlet cabang olahraga beregu. Uji validitas yang dilakukan dengan cara mengorelasikan skor setiap butir pernyataan dengan skor total (item-total correlations) menghasilkan

<br />

koefisien korelasi antara .41 sampai dengan .72, sementara uji reliabilitas yang dilakukan dengan metode

Alpha Cronbach didapatkan koefisien antara .70 sampai dengan .82.

<br />

<br />

Pengolahan data dilakukan dengan teknik uji statistik Analisis Kovarian Multivariat (MANCOVA) dengan data pra uji sebagai kovariat. Untuk mendapatkan gambaran yang komprehensif terhadap penelitian yang dilakukan, juga dilakukan wawancara kepada peserta pelatihan dan pengamatan selama proses pelatihan berlangsung.

<br />

<br />

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada dimensi "ketertarikan sosial", peserta dari tim yang mengikuti program pelatihan kohesivitas memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta dari tim yang tidak mengikuti program pelatihan dengan nilai  $F = 26,577$  pada  $p < .01$ . Pada dimensi "ketertarikan tugas" peserta dari tim yang mengikuti program pelatihan kohesivitas tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna dibandingkan dengan peserta dari tim yang tidak mengikuti program pelatihan dengan nilai  $F = 1,734$  pada  $p .196$  atau lebih besar dari  $.05$ . Pada dimensi "keterpaduan sosial" peserta dari tim yang mengikuti program pelatihan kohesivitas memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta dari tim yang tidak mengikuti program pelatihan dengan nilai  $F = 18,255$  pada  $p < .01$ . Pada dimensi "keterpaduan tugas" peserta dari tim yang mengikuti program pelatihan kohesivitas memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta dari tim yang tidak mengikuti program pelatihan dengan nilai  $F = 4,325$  pada  $p < .05$ .

<br />

<br />

Sementara itu, hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa pada semua dimensi GEQ terdapat perbedaan antar kelompok yang sangat bermakna dengan uji  $F$  (Wilks' Lambda) =  $14,644$  pada  $p < .01$ . Artinya, secara keseluruhan peserta dari tim yang mengikuti program pelatihan, kohesivitas timnya lebih baik dibandingkan dengan peserta tim yang tidak mengikuti program pelatihan.

<br />

<br />

Dengan memperhatikan hasil penelitian tersebut, maka cukup beralasan jika pada cabang olahraga beregu, khususnya sepakbola, diberikan intervensi psikologis yang terwujud dalam bentuk pelatihan kohesivitas sebagai sarana meningkatkan tampilan (performance) tim. Pelatihan dilakukan dalam bentuk paket tersendiri maupun terpadu (integrated) dalam serangkaian program pelatihan yang telah tersusun. Secara khusus pelatihan diarahkan pada bagaimana pentingnya melakukan kerjasama dalam tim, perlunya pemahaman setiap pemain terhadap tugas dan fungsinya dalam tim, adanya komunikasi, sikap saling percaya di antara anggota tim, bangga terhadap tim, dan mengembangkan hubungan interpersonal di antara anggota tim.

<br />