

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Menggiring Dan Mengumpan Sepak Bola Melalui Model Kooperatif Tipe Students Teams Achievement Division (STAD) Pada Kelas VII.6 SMPN 10 PADANG

Yogi Fernandes Yanroza¹, Mardepi Saputra², Aldo Naza Putra³, Weny Sasmitha⁴

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Email yogifernandes05@gmail.com¹, mardepisaputra@fik.unp.ac.id², aldoaquino87@fik.unp.ac.id³,

wenysasmitha@fik.unp.ac.id⁴

<https://doi.org/10.24036/JPDO.9.1.2026.40>

Kata Kunci : Hasil Belajar, Menggiring, Mengumpan, Sepak Bola, Model Kooperatif STAD, Pendidikan Jasmani

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar materi menggiring dan mengumpan sepak bola melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe Student Teams Achievement Division (STAD) pada siswa kelas VII.6 SMPN 10 Padang tahun pelajaran 2025/2026. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 30 siswa kelas VII.6. Data dikumpulkan melalui tes keterampilan psikomotor berupa teknik menggiring dan mengumpan bola. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar pada aspek keterampilan mengumpan dari 20% pada siklus I menjadi 67% pada siklus II, dengan peningkatan sebesar 47%. Pada aspek keterampilan menggiring, ketuntasan belajar meningkat dari 47% pada siklus I menjadi 67% pada siklus II, dengan peningkatan sebesar 20%. Nilai rata-rata keterampilan mengumpan juga meningkat dari 70,67 pada siklus I menjadi 78,33 pada siklus II. Penerapan model STAD terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar dan keaktifan siswa melalui pendekatan bermain yang menekankan kerja sama kelompok. Kendala yang dihadapi meliputi pemahaman siswa terhadap instruksi psikomotor, namun secara keseluruhan penelitian berjalan lancar. Penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat menjadi alternatif efektif untuk meningkatkan hasil belajar sepak bola pada siswa SMP.

Keywords : *Learning Outcomes, Dribbling, Passing, Football, STAD Cooperative Model, Physical Education*

Abstract : This study aims to improve learning outcomes in soccer dribbling and passing through the implementation of the Student Teams Achievement Division (STAD) cooperative learning model for grade VII.6 students at SMPN 10 Padang in the 2025/2026 academic year. This study is a Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles, each consisting of planning, implementation, observation, and reflection. The subjects were 30 grade VII.6 students. Data were collected through psychomotor skills tests, including dribbling and passing techniques. The results showed an increase in learning completion in passing skills from 20% in cycle I to 67% in cycle II, a 47% increase. In dribbling skills, learning completion increased from 47% in cycle I to 67% in cycle II, a 20% increase. The average passing skill score also increased from 70.67 in Cycle I to 78.33 in Cycle II. The STAD implementation model proved effective in improving student learning outcomes and engagement through a play-based approach that emphasizes group cooperation. Challenges encountered included students' understanding of psychomotor instructions, but overall, the study proceeded smoothly. This research demonstrates that the STAD cooperative learning model can be an effective alternative for improving soccer learning outcomes in junior high school students

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan olahraga mempunyai peran yang strategis untuk pembentukan kebugaran jasmani dan pembentukan moral peserta didik. Hal ini menjadikan kedudukan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai “alat” pendidikan sekaligus sebagai pembudayaan.

Mengingat kedua istilah tersebut mempunyai makna yang erat sebagai proses pengalihan dan penanaman nilai-nilai moral. Proses ini merupakan sebuah pra syarat yang memungkinkan manusia untuk mampu mempertahankan kelangsungan hidupnya sebagai manusia.

Pendidikan jasmani bagian integral dari pendidikan secara total yang berkontribusi pada perkembangan individual melalui media alamiah aktivitas jasmani gerak insani. Pendidikan jasmani adalah urutan pengalaman belajar yang direncanakan secara seksama, dirancang untuk memenuhi perkembangan dan pertumbuhan, dan kebutuhan perilaku setiap siswa.

Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh dan memerlukan waktu jangka panjang, maka dapat dirumuskan kedalam beberapa tujuan jangka pendek, dengan tidak melupakan tujuan hakiki yang ingin dicapai.

Pendidikan jasmani mempunyai tujuan pendidikan sebagai perkembangan organ-organ tubuh untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, perkembangan neuro muscular, perkembangan mental emosional, perkembangan sosial dan perkembangan intelektual.

Pendidikan Jasmani dan Olahraga merupakan bagian dari kurikulum standar Lembaga Pendidikan Dasar dan Menengah.

Dengan pengelolaan yang tepat, maka pengaruhnya bagi pertumbuhan dan perkembangan Jasmani, Rohani dan Sosial Peserta didik tidak pernah diragukan. Sayangnya Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Lembaga-lembaga

Pendidikan belum dapat memposisikan dirinya pada tempat yang

strategis pada dunia pendidikan, bahkan masih sering di abaikan; misalnya pada masa-masa menjelang ujian akhir sesuatu jenjang Pendidikan.

Maka Pendidikan Jasmani dan Olahraga dihapuskan dengan alasan agar para siswa dalam belajarnya untuk menghadapi ujian akhir “tidak terganggu”.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan mengembangkan keterampilan fisik, pengetahuan, dan sikap positif terhadap aktivitas fisik.

Salah satu tantangan dalam pembelajaran PJOK adalah rendahnya hasil belajar siswa, terutama dalam teknik dasar seperti menggiring dan mengumpan bola dalam permainan sepak bola.

Untuk mengatasi masalah ini, penelitian yang dilakukan oleh Yogi Fernandes Yanroza di kelas VII.6 SMPN 10 Padang menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *Students Teams Achievement Division* (STAD) sebagai solusi alternatif.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya aktivitas dan motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi menggiring dan mengumpan sepak bola. Banyak siswa yang kurang antusias, sering menyalin tugas teman, dan enggan memperbaiki teknik gerakan mereka.

Selain itu, metode pengajaran yang kurang variatif dan sarana prasarana yang terbatas juga menjadi faktor penghambat. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan hasil belajar mereka.

Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD

Model STAD adalah pendekatan pembelajaran kooperatif yang melibatkan kerja kelompok untuk mencapai tujuan pembelajaran bersama. Model ini terdiri dari lima komponen utama: penyampaian materi, kerja kelompok, tes individu, perhitungan skor perkembangan individu, dan pemberian penghargaan kelompok.

Dalam penelitian ini, siswa dikelompokkan secara heterogen berdasarkan kemampuan, jenis kelamin, dan latar belakang sosial untuk mendorong kolaborasi dan saling membantu.

STAD dirancang untuk meningkatkan motivasi siswa melalui dinamika kelompok, di mana siswa yang lebih mahir membantu teman yang masih kesulitan. Pendekatan ini juga memungkinkan siswa untuk belajar dari satu sama lain, sehingga meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka.

Peningkatan kualitas pembelajaran ditandai dengan semakin meningkatnya hasil belajar yang dicapai peserta didik dalam proses pembelajaran.

Tetapi, kenyataan yang dialami oleh Guru Pendidikan Olahraga di SMPN 10 Padang, hasil belajar Penjas masih belum sempurna dan sering menjadi kendala dalam menentukan keberhasilan peserta didik.

Salah satu penyebab rendahnya hasil belajar pada mata pelajaran pendidikan olahraga adalah masih rendahnya aktivitas peserta didik dalam proses pembelajaran karena kurang keingintahuan peserta didik terhadap olahraga yang mereka laksanakan dan tidak terlalu sering ditayangkan di media.

Bagi peserta didik olahraga yang mempunyai daya tarik bagi mereka adalah olahraga yang ringan dan tanpa batasan dari pendidik maupun bagi peraturannya.

Pengalaman penulis mengajar pendidikan olahraga di kelas VII.6 yang jumlahnya 30 Orang yang terdiri dari putra sebanyak 14 orang dan putri 16 orang, masih banyak peserta didik yang masih belum memahami apa itu menggiring dan mengumpan sepak bola, ketika proses

Pembelajaran berlangsung diperkirakan peserta didik yang memperhatikan guru yang memberikan materi pelajaran dan yang aktif mengikuti proses pembelajaran sekitar 60%,

kegiatan peserta didik lainnya melirik kiri kanan, membuat gaduh, ngobrol dengan teman, serta menunggu guru membiarkan beraktifitas tanpa batasan dan ada juga peserta didik yang sama sekali tidak mau tahu

tentang apa yang kita sampaikan.

Bila guru bertanya tentang materi pelajaran yang baru saja diterangkan hanya sedikit sekali peserta didik yang mau dan mampu menjawab dengan benar, bahkan peserta didik yang mengacungkan tangan untuk menjawab pertanyaan guru juga sedikit.

Jika ada peserta didik yang menjawab pertanyaan guru dan ternyata jawaban tersebut kurang tepat maka peserta didik lain sering menertawakan bahkan ada yang mengeluarkan nada cemooh.

Apabila peserta didik diminta untuk mengoreksi gerakan dari materi pembelajaran, jarang sekali peserta didik mau untuk memperbaiki gerak tersebut. Bila peserta didik diberitugas rumah, hanya sebagian kecil yang mampu mengerjakan dengan benar, karena bagi mereka pembelajaran penjas hanya praktek dan langsung kelapangan.

Sebagian besar peserta didik hanya menyalin atau menyontek tugas temannya di sekolah. Untuk dapat menyontek tugas temannya tersebut peserta didik sudah berada jauh sebelum jam pelajaran dimulai ataupun peserta didik menyalin semua tugas-tugas temannya disaat jam pelajaran lain padahal tugas temannya itu belum tentu benar.

Apabila kondisi seperti ini dibiarkan, akan mengakibatkan pelajaran penjas semakin terasa sulit untuk dipahami peserta didik dan bisa menimbulkan kejenuhan bagi peserta didik.

Berdasarkan hasil tanya jawab penulis dengan beberapa orang peserta didik selama mengajar di SMPN 10 Padang, ternyata peserta didik yang mampu dengan cepat menyerap materi pelajaran adalah mereka yang belajar di rumah sebelum proses pembelajaran di sekolah berlangsung.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus, masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII.6 SMPN 10 Padang, dengan fokus pada pembelajaran teknik menggiring dan

mengumpan bola.

Siklus 1

a. Perencanaan (*planning*)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa, dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan. Penelitian tindakan kelas yang ideal sebetulnya dilakukan secara berpasangan antara pihak yang melakukan tindakan dan pihak yang mengamati proses jalannya tindakan.

Istilah untuk cara ini adalah penelitian kolaborasi. Cara ini dikatakan ideal karena adanya upaya untuk mengurangi unsur subjektivitas pengamat serta mutu kecermatan amatan yang dilakukan.

Dengan mudah dapat diterima bahwa pengamatan yang diarahkan pada diri sendiri biasanya kurang teliti dibanding dengan pengamatan yang dilakukan terhadap hal-hal yang berada di luar diri, karena adanya unsur subjektivitas yang berpengaruh, yaitu cenderung mengunggulkan dirinya.

Apabila pengamatan dilakukan oleh orang lain, pengamatanya lebih cermat dan hasilnya akan lebih objektif. Dalam tahap penyusunan rancangan ini peneliti menentukan titik atau fokus peristiwa yang perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diamati.

Kemudian membuat sebuah instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung. jika pelaksanaan harus melakukan kesepakatan antara keduanya.

Dikarenakan pelaksanaan guru peneliti adalah pihak yang paling berkepentingan untuk meningkatkan kinerja, maka pemilihan strategi pembelajaran disesuaikan dengan selera dan kepentingan guru peneliti, agar pelaksanaan tindakan dapat terjadi secara wajar, realitas, dan dapat dikelola dengan mudah.

b. Tindakan (*Acting*)

Tahap ke-2 dari penelitian tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan kelas, hal yang perlu diingat adalah bahwa dalam tahap ke-2

ini pelaksanaan guru harus ingat dan berusaha menaati apa yang sudah dirumuskan dalam rancangan.

Tetapi harus pula berlaku wajar, tidak dibuat-buat. Dalam refleksi, keterkaitan antara pelaksanaan dengan perencanaan perlu diperhatikan secara seksama agar sinkron dengan maksud semula.

c. Pengamatan (*Observing*)

Tahap ke-3, yaitu kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat. Sebetulnya sedikit kurang tepat kalau pengamatan ini dipisahkan dengan pelaksanaan tindakan karena seharusnya pengamatan dilakukan pada waktu tindakan sedang dilakukan.

Jadi keduanya berlangsung dalam waktu yang sama. Sebutan tahap ke-2 diberikan untuk memberikan peluang kepada guru pelaksana yang juga berstatus sebagai pengamat.

d. Refleksi(*refleching*)

Tahap ke-4 merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Istilah *refleksi* berasal dari kata bahasa inggris *reflection*, yang diterjemahkan dalam bahasa indonesia *pemantulan*.

Kegiatan refleksi ini sangat tepat dilakukan ketika guru pelaksana sudah selesai melakukan tindakan, kemudian berhadapan dengan peneliti untuk mendiskusikan implementasi rancangan tindakan.

Istilah refleksi di sini sama dengan “memantul, seperti halnya memancar dan menatap kena kaca.” Dalam hal ini, guru pelaksana sedang memantulkan pengalamannya pada peneliti yang baru saja mengamati kegiatannya dalam tindakan.

Inilah inti dari penelitian tindakan, yaitu ketika guru pelaku tindakan siap mengatakan kepada peneliti pengamat tentang hal-hal yang dirasakan sudah berjalan baik dan bagian mana yang belum.

Dengan kata lain, guru pelaksana sedang melakukan evaluasi diri. Apabila guru pelaksana juga berstatus sebagai pengamat, yaitu mengamati apa yang ia lakukan, maka refleksi dilakukan terhadap diri sendiri.

Dengan kata lain, guru tersebut melihat dirinya kembali melakukan “dialog” untuk menemukan hal-hal yang sudah dirasakan

memuaskan hati karena sudah sesuai dengan rancangan dan secara cermat mengenali hal-hal yang masih perlu diperbaiki.

Siklus II

a. Perencanaan (planning)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa, dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan. Penelitian tindakan kelas yang ideal sebetulnya dilakukan secara berpasangan antara pihak yang melakukan tindakan dan pihak yang mengamati proses jalannya tindakan.

Istilah untuk cara ini adalah penelitian kolaborasi. Cara ini dikatakan ideal karena adanya upaya untuk mengurangi unsur subjektivitas pengamat serta mutu kecermatan amatan yang dilakukan.

Dengan mudah dapat diterima bahwa pengamatan yang diarahkan pada diri sendiri biasanya kurang teliti dibanding dengan pengamatan yang dilakukan terhadap hal-hal yang berada di luar diri, karena adanya unsur subjektivitas yang berpengaruh.

Yaitu cenderung mengunggulkan dirinya. Apabila pengamatan dilakukan oleh orang lain, pengamatnya lebih cermat dan hasilnya akan lebih objektif dalam tahap penyusunan rancangan ini peneliti menentukan titik atau fokus peristiwa yang perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diamati.

Kemudian membuat sebuah instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung. Jika pelaksanaan harus melakukan kesepakatan antara keduanya. Dikarenakan pelaksanaan guru peneliti adalah pihak yang paling berkepentingan untuk meningkatkan kinerja.

Maka pemilihan strategi pembelajaran disesuaikan dengan selera dan kepentingan guru peneliti, agar pelaksanaan tindakan dapat terjadi secara wajar, realitas, dan dapat dikelola dengan mudah.

b. Tindakan (acting)

Tahap ke-2 dari penelitian tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan

implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan kelas. Hal yang perlu diingat adalah bahwa dalam tahap ke-2 ini pelaksanaan guru harus ingat dan berusaha menaati apa yang sudah dirumuskan dalam rancangan.

Tetapi harus pula berlaku wajar, tidak dibuat-buat. Dalam refleksi, keterkaitan antara pelaksanaan dengan perencanaan perlu diperhatikan secara seksama agar sinkron dengan maksud semula.

Ketika mengajukan laporan penelitiannya, peneliti tidak melaporkan seperti apa perencanaan yang dibuat karena langsung melaporkan pelaksanaan. Oleh karena itu, bentuk dan isi laporannya harus sudah lengkap menggambarkan semua kegiatan yang dilakukan, mulai dari persiapan sampai penyelesaian.

Banyak di antara karya tulis yang diajukan oleh guru tidak dapat dinilai atau diterima oleh tim penilai karena isi laporannya tidak lengkap. Pada umumnya penulis merasa sudah menjelaskan tahapan.

Metode yang dilaksanakan dalam tindakan, padahal baru disinggung dalam kajian pustaka saja, dan belum dijelaskan secara rinci bagaimana keterlaksanaanya ketika tindakan terjadi.

c. Pengamatan (observing)

Tahap ke-3, yaitu kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat. Sebetulnya sedikit kurang tepat kalau pengamatan ini dipisahkan dengan pelaksanaan tindakan karena seharusnya pengamatan dilakukan pada waktu tindakan sedang dilakukan.

Jadi keduanya berlangsung dalam waktu yang sama. Sebutan tahap ke-2 diberikan untuk memberikan peluang kepada guru pelaksana yang juga berstatus sebagai pengamat. Ketika guru tersebut sedang melakukan tindakan, karena hatinya menyatu dengan kegiatan, tentu tidak sempat menganalisis peristiwanya ketika sedang terjadi.

Oleh karena itu, kepada guru pelaksana yang berstatus sebagai pengamat agar melakukan "pengamatan balik" terhadap apa yang terjadi ketika tindakan berlangsung. Sambil melakukan pengamatan balik ini, guru

pelaksana mencatat sedikit demi sedikit apa yang terjadi agar memperoleh data yang akurat untuk perbaikan siklus berikutnya.

d. Refleksi (reflecting)

Tahap ke-4 merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Istilah *refleksi* berasal dari kata bahasa inggris *reflection*, yang diterjemahkan dalam bahasa indonesia *pemantulan*.

Kegiatan refleksi ini sangat tepat dilakukan ketika guru pelaksana sudah selesai melakukan tindakan, kemudian berhadapan dengan peneliti untuk mendiskusikan implementasi rancangan tindakan.

Istilah refleksi di sini sama dengan “memantul, seperti halnya memancar dan menatap kena kaca.” Dalam hal ini, guru pelaksana sedang memantulkan pengalamannya pada peneliti yang baru saja mengamati kegiatannya dalam tindakan.

Inilah inti dari penelitian tindakan, yaitu ketika guru pelaku tindakan siap mengatakan kepada peneliti pengamat tentang hal-hal yang dirasakan sudah berjalan baik dan bagian mana yang belum.

Dengan kata lain, guru pelaksana sedang melakukan evaluasi diri. Apabila guru pelaksana juga berstatus sebagai pengamat, yaitu mengamati apa yang ia lakukan, maka refleksi dilakukan terhadap diri sendiri.

Dengan kata lain, guru tersebut melihat dirinya kembali melakukan “dialog” untuk menemukan hal-hal yang sudah dirasakan memuaskan hati karena sudah sesuai dengan rancangan dan secara cermat mengenali hal-hal yang masih perlu diperbaiki.

Data dikumpulkan melalui tes keterampilan (psikomotor) dan observasi, dengan alat ukur berupa tes menggiring (dribbling) dan mengumpan (passing).

1. Tes Mengumpan



Gambar1. Pelaksanaan tes mengumpan

Sumber: dokumentasi penelitian

Siswa melakukan tes ini mendapatkan 10x

pasing mengenai target, yang mana target Tengah poinnya 3, target samping dalam poinnya 2. Dan samping luar poinnya 1.

2. Tes Menggiring



Gambar2. Pelaksanaan tes menggiring :
Sumber dokumentasi penelitian

Siswa melakukan tes menggiring dengan menggunakan waktu atau stopwatch, sehingga pada aba-aba mulai siswa langsung melakukan menggiring melewati kun secepat mungkin, jika ada siswa melepaskan bola Ketika menggiring maka siswa tersebut mengulang di tempat terlepas nya bola, dan yang akan diambil waktu terbaik nya saja atau waktu tercepat.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam hasil belajar siswa. Pada siklus I, ketuntasan belajar aspek keterampilan mencapai 47%, dengan rata-rata nilai kelas 70,67.

Namun, hanya 6 dari 30 siswa yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 75. Pada siklus II, ketuntasan belajar meningkat menjadi 67%, dengan rata-rata nilai kelas 79,24. Sebanyak 20 siswa mencapai KKM, menunjukkan peningkatan sebesar 20% dari siklus I.

Tabel 1. Siklus I Mengumpan

Jumlah Siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
30	75	87	67	70,67	6	24

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dari hasil belajar aspek keterampilan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan bermain tingkat ketuntasan sebanyak 6 peserta didik atau 20%, sedangkan yang tidak tuntas sebanyak 24 peserta didik atau 80%.

Peserta didik yang belum tuntas pada aspek keterampilan siklus I dikarenakan belum maksimal dalam melaksanakan teknik dasar sepak bola dalam pendekatan bermain. Berdasarkan hasil siklus I

Dapat disimpulkan bahwa tingkat ketuntasan aspek keterampilan masih rendah karena belum memenuhi kriteria ketuntasan belajar minimal yaitu masih dibawah 75%.

Tabel 2. Siklus 1 Menggiring

Jumlah Siswa	Kategori Nilai Sangat Baik	Kategori Nilai Kurang	Nilai Rerata Kelas	Nilai dibawah Rerata Kelas	Nilai diatas Rerata Kelas
30	10.7	28.23	19.24	16	14

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan data nilai 30 peserta didik, rentangan nilai dikategorikan dengan mempertimbangkan bahwa semakin kecil nilai semakin baik hasilnya, dengan rata-rata kelas sebesar 19,24. Kategori Sangat Baik (10.7 - 15.08) mencakup 5 peserta didik (16,67%), menunjukkan performa Sangat Baik. Kategori Baik (15.08 - <19.46) terdiri dari 9 peserta didik (30%), mencerminkan hasil yang solid.

Kategori Cukup (19.46 - <23.84) memiliki 11 peserta didik (36,67%), menandakan performa rata-rata yang masih memadai. Sementara itu, kategori Kurang (23.84 - 28.23) mencakup 5 peserta didik (16,67%),

Mengindikasikan perlunya peningkatan. Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik berada di kisaran Cukup hingga Baik, dengan rata-rata kelas mendekati batas bawah kategori Cukup.

Tabel 3. Siklus II Mengumpan

Jumlah Siswa	KKM	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Nilai Rata-rata	Tuntas	Belum Tuntas
30	75	90	67	78,33	20	10

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dari hasil belajar aspek keterampilan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan bermain tingkat ketuntasan sebanyak 20 peserta didik atau 67%, sedangkan yang tidak tuntas sebanyak 10 peserta didik atau 33%

Peserta didik yang belum tuntas pada aspek keterampilan siklus II dikarenakan belum maksimal dalam melaksanakan teknik dasar sepak bola dalam pendekatan bermainberdasarkan hasil belajar.

Aspek keterampilan pada siklus II tersebut dapat disimpulkan mengalami

peningkatan dari siklus I. Nilai rata-rata pada siklus II juga mengalami peningkatan menjadi 78,33%.

Tabel 4. Siklus II Menggiring

Jumlah Siswa	Kategori Nilai Sangat Baik	Kategori Nilai Kurang	Nilai Rerata Kelas	Nilai dibawah Rerata Kelas	Nilai diatas Rerata Kelas
30	10.2	25.23	16.62	11	19

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan data nilai peserta didik, dengan rata-rata kelas sebesar 16.62, nilai-nilai tersebut telah dikategorikan ke dalam empat

rentang dengan mempertimbangkan bahwa nilai yang lebih kecil menunjukkan performa yang lebih baik.

Kategori Sangat Baik (≤ 13) mencakup 16,67% peserta didik (5 dari 30 peserta didik), menunjukkan performa luar biasa. Kategori Baik (13 - <16) mencakup 26.67% peserta didik (8 peserta didik), menandakan performa yang baik namun tidak seoptimal kategori sebelumnya.

Kategori Cukup (16- <20) mencakup 36,67% peserta didik (11 peserta didik), menunjukkan performa rata-rata yang berada di sekitar nilai rata-rata kelas. Terakhir, kategori Kurang (≥ 20) mencakup 20,00% peserta didik (6 peserta didik), menunjukkan performa yang perlu ditingkatkan.

Distribusi ini menggambarkan bahwa mayoritas peserta didik memiliki performa yang cukup merata, dengan proporsi yang seimbang antara kategori Sangat Baik, Baik, Cukup, dan Kurang.

Ketuntasan Belajar Siklus I Dan Siklus II

Penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan bermain mampu meningkatkan hasil belajar dan meningkatkan hasil belajar peserta didik selama pembelajaran berlangsung.

ketuntasan hasil belajar peserta didik pada setiap siklus dirata-rata aspek keterampilan. Ketuntasan belajar aspek keterampilan pada siklus I yaitu sebesar 20%, pada siklus II sebesar 67%.

Penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan pada pembelajaran penjas dalam permainan sepak bola dengan pendekatan

bermain mampu meningkatkan hasil belajar dan meningkatkan hasil belajar peserta didik selama pembelajaran berlangsung.

Ketuntasan hasil belajar peserta didik pada setiap siklus dirata-rata aspek keterampilan. Ketuntasan belajar aspek keterampilan pada siklus I yaitu sebesar 47%, pada siklus II sebesar 67%.

Berdasarkan ketuntasan hasil belajar pada siklus I dan siklus II menunjukkan peningkatan pada setiap aspeknya. Ketuntasan belajar aspek psikomotor pada pendekatan bermain dengan teknik

mengumpan bola pada siklus 1 memperoleh capaian sebesar 20% dan pada siklus II memperoleh capaian sebesar 67% sehingga mengalami peningkatan sebesar 47%. Sedangkan ketuntasan belajar aspek psikomotor

pada pendekatan bermain dengan teknik menggiring bola pada siklus I memperoleh capaian sebesar 47% dan pada siklus II memperoleh capaian sebesar 67%, sehingga mengalami peningkatan sebesar 20%.

PEMBAHASAN

Pembahasan Siklus I

Dari hasil pembelajaran siklus I, peserta didik masih banyak yang belum berhasil dalam melakukan beberapa teknik yang ada dalam menggiring dan mengumpan. Peserta didik masih belum terbiasa dengan perkenaan bola dari kaki bagian dalam sampai perkenaan bola kaki bagian luar.

Masih banyak peserta didik yang masing menggunakan ujung kaki saat menggiring bola hingga menendang bola dan masih banyak peserta didik yang ingin membagi kelompok nya sesuai kemauan nya.

Disebabkan pada siklus I siswa masih banyak yang belum bekerja sama dan masih banyak yang ingin melakukan kemauan nya sendiri sehingga peneliti melakukan atau melanjutkan pada siklus II.

Pembahasan Siklus II

Setelah pembelajaran pada siklus I, dalam pembelajaran siklus II ini lebih banyak

difokuskan pada pendekatan bermain. Dari hasil pembelajaran guru membagi kelompok nya

Guru tidak membedakan peserta didik sehingga dapat meningkatkan keseriusan, kebersamaan tanpa adanya pertemanan peserta didik yang menurut dia berteman sama dia itu lebih baik. jadi guru membagi kelompok campur baik itu putra maupun putri

Sehingga aktivitas gerak dan kemampuan peserta didik dalam permainan sepak bola meningkat banyak peserta didik yang memperoleh nilai diatas batas minimal ketuntasan.

Dan peneliti tidak mengabaikan nilai afektif dan kognitif sebab peneliti hanya mengambil nilai psikomotor jadi secara tak langsung nilai kedua nya yaitu afektif dan kognitif sudah masuk dikarenakan peneliti mengambil metode kooperatif.

Jadi dalam berkelompok secara tak langsung siswa akan bekerja sama dalam menyusun strategi dalam berkelompok sehingga sudah termasuk yang nama nya nilai afektif dan kognitif siswa.

Dan yang menjadi tolak ukur peneliti maka bisa sampai ke siklus II yaitu peneliti mengambil tes psikomotor bukan berarti peneliti mengabaikan nilai afektif dan kognitif siswa

Di siklus I nilai siswa masih banyak yang dibawah kkm sedangkan di kkm sekolah yaitu 75 dan siswa rata-rata siswa mendapatkan nilai hanya 70 itu yang menjadikan peneliti meneruskan ke siklus II.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan pembelajaran dengan pendekatan bermain mampu meningkatkan hasil belajar dan mampu meningkatkan aktivitas gerak peserta didik dalam permainan sepak bola bagi peserta didik kelas VII 6 SMP Negeri 10 Padang tahun pelajaran 2025/2026.

Peningkatan hasil belajar dan keaktifan gerak peserta didik dalam permainan sepak bola

tersebut dapat dilihat dari tingkat ketuntasan nilai peserta didik pada siklus I dan siklus II. Pada siklus I presentase nilai ketuntasan pendekatan bermain mengumpan mencapai 20%,

Serta nilai ketuntasan pendekatan bermain menggiring 47% dan siklus II nilai ketuntasan pendekatan bermain mengumpan 67% serta nilai ketuntasan pendekatan bermain menggiring mengalami peningkatan 67% .

Peningkatan hasil belajar peserta didik dalam permainan sepak bola dengan menggunakan

pendekatan bermain dari siklus I ke siklus II adalah sebesar 20%.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta

Atizen, N. (2014). Analisis kemampuan teknik dasar bermain sepak bola atlet sepak bola kaur perciaguna fc (gunung agung kaur utara). *Skripsi*.

Bangun, S. Y. (2016). *Kajian Pustaka & Pembahasan*. VI.
<http://ojs.unm.ac.id/index.php/>

Dkk, S. A. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bumi Aksara.

Dr. H. Emral, M. P. (2016). *sepak bola dasar*. depublish.

Festiawan, R. (2020). Belajar dan pendekatan pembelajaran. *Universitas Jenderal Soedirman*, 1–17.

Gholy, M. S., Sumardi, S., & Hadi, S. R. (2022). Pengembangan Model Pembelajaran PJOK Melalui Program SIBBER Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani

Berkarakter Sportivitas. *JOSSAE Journal of Sport Science and Education*, 6(2018), 134–145.

<https://doi.org/10.26740/jossae.v6n2.p134-145>

Idris, M. (2017). Pembelajaran Kooperatif Student Teams Achievement Division (STAD) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Penjaskes Siswa Smp. *Suara Guru : Jurnal Ilmu Pendidikan Sosial, Sains, Dan Humaniora*, 3(1), 41–50.

Konseling, B. (2016). *MODUL GURU PEMBELAJAR Profesional*.

Luxbacher, J. A. (2023). Sepak Bola. *Proficio*, 4(2), 112116. <http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/IPF/article/view/2673>

Mashuri, H. (2019). *Semdikjar 3. Pentingnya Critical Thinking Bagi Siswa Dalam Menghadapi Society* 5.0, 16.

Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80.

Ritonga, M. K., Nasution, I., Vebrina, D., Harahap, I., & ... (2022). Upaya Peningkatan Olahraga Sepak Bola Pada Generasi Muda Sebagai Antisipasi

Somayana, W. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Siswa melalui Metode PAKEM. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(03), 283–294.

<https://doi.org/10.59141/japendi.v1i03.33>

Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian,*

Dan Pengembangan, 5(3), 395.

<https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i3.13303>

Trianto.2012. (2012). *Panduan Lengkap Penelitian Tindakan Kelas Teori dan Praktek*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.

Yan Aditya Rafliaw. (2019). upaya meningkatkan hasil hasil belajar siswa dalam pembelajaran sepak bola dengan pendekatan permainan shooting colour pada siswa kelas VII SMP N 1 Bobotsari kabupaten purbalingga tahun pelajaran 2014/ 2015 skripsi. *Anisa Berliana Isako 6101411006 Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang 2015*.

<http://lib.unnes.ac.id/36847/1/6101413136>

Optimized.pdf