

## Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola (Dribbling) dengan Pembelajaran Berbasis Game pada Siswa Kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh

Abu Fikri Ghulam Hakim<sup>1</sup>, Atradinal<sup>2</sup>, Damrah<sup>3</sup>, Mardepi Saputra<sup>4</sup>

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

[Abufikrighulamhakim@gmail.com](mailto:Abufikrighulamhakim@gmail.com), [atradinal@fik.unp.ac.id](mailto:atradinal@fik.unp.ac.id), [damrahburhan@yahoo.co.id](mailto:damrahburhan@yahoo.co.id),

[mardepisaputra@fik.unp.ac.id](mailto:mardepisaputra@fik.unp.ac.id)

Doi : <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0130>

- Kata Kunci** : dribbling, pembelajaran berbasis games, sepak bola, PJOK, PTK
- Abstrak** : Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola (dribbling) siswa kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh melalui penerapan model pembelajaran berbasis games. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan dribbling siswa yang ditandai dengan kurangnya kontrol bola, kesalahan arah saat menggiring, serta rendahnya motivasi dan keaktifan siswa dalam pembelajaran PJOK. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 26 siswa kelas IV A. Instrumen yang digunakan berupa tes dribbling zig-zag, lembar observasi aktivitas siswa, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Pada pra siklus nilai rata-rata siswa sebesar 52 dengan ketuntasan 19,23%. Pada siklus I meningkat menjadi rata-rata 71 dengan ketuntasan 61,54%. Pada siklus II meningkat menjadi rata-rata 80 dengan ketuntasan 80,77%.
- Keywords** : dribbling, game-based learning, soccer, physical education, classroom action research
- Abstract** : This study aimed to improve the dribbling skills of grade IV A students at SD Negeri 14 Gurun Laweh through the implementation of a game-based learning model. The study was motivated by students' low dribbling ability, indicated by poor ball control, incorrect dribbling direction, and low motivation and participation in physical education learning. This research used Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles, each consisting of planning, acting, observing, and reflecting stages. The subjects were 26 students of grade IV A. The instruments included a zig-zag dribbling test, student activity observation sheets, and documentation. The results showed an improvement in students' dribbling skills in each cycle. In the pre-cycle, the average score was 52 with a mastery level of 19.23%. In cycle I, the average increased to 71 with a mastery level of 61.54%. In cycle II, the average increased to 80 with a mastery level of 80.77%.



## **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik secara menyeluruh, baik aspek fisik, psikomotor, kognitif, maupun afektif.

PJOK tidak hanya berperan meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga membentuk sikap sportif, kerja sama, disiplin, serta nilai karakter peserta didik. Pada jenjang Sekolah Dasar (SD), pembelajaran PJOK lebih diarahkan pada keterampilan gerak dasar sebagai fondasi untuk penguasaan keterampilan olahraga yang lebih kompleks.

Hal ini sejalan dengan Permendikbud Nomor 37 Tahun 2018 yang menegaskan bahwa pembelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak, kebugaran jasmani, serta perilaku hidup sehat peserta didik.

Selain itu, Asnaldi (2018) menjelaskan bahwa pembelajaran PJOK di sekolah dasar harus dirancang sesuai tahap perkembangan anak serta mampu menumbuhkan keterampilan gerak dan sikap sosial melalui aktivitas fisik yang terarah.

Dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar, guru dituntut mampu menciptakan proses pembelajaran yang aktif dan menyenangkan agar peserta didik terlibat secara maksimal.

Asnaldi (2018) menegaskan bahwa kreativitas guru dalam memilih metode pembelajaran akan mempengaruhi motivasi belajar siswa, sehingga pembelajaran harus dikemas menarik dan memberikan pengalaman gerak yang luas.

Atradinal (2019) menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif harus memberikan kesempatan gerak yang luas kepada peserta didik melalui aktivitas

yang variatif sehingga dapat meningkatkan keterampilan motorik dan motivasi belajar siswa.

Atradinal (2019) juga menambahkan bahwa pembelajaran PJOK sebaiknya berorientasi pada proses belajar gerak yang dilakukan secara bertahap, berulang, dan sesuai kemampuan siswa.

Oleh karena itu, penggunaan pendekatan pembelajaran berbasis permainan menjadi strategi yang relevan karena sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang lebih menyukai aktivitas bermain sambil belajar.

Selain itu, Damrah (2020) menjelaskan bahwa peningkatan keterampilan gerak dasar dan teknik olahraga pada siswa akan lebih optimal apabila latihan diberikan dalam bentuk situasi permainan yang dimodifikasi.

Damrah (2020) juga menegaskan bahwa metode permainan mampu meningkatkan keberanian siswa dalam mencoba gerakan serta membuat siswa lebih aktif karena pembelajaran terasa menyenangkan.

Melalui permainan, siswa tidak hanya mengulang gerakan, tetapi juga belajar mengambil keputusan, memahami ruang, serta mengembangkan koordinasi gerak yang dibutuhkan dalam olahraga permainan seperti sepak bola.

Sejalan dengan itu, Mardepi Saputra (2021) menegaskan bahwa model pembelajaran yang menarik dan inovatif dalam PJOK dapat meningkatkan partisipasi aktif siswa serta mendorong perkembangan kemampuan teknik dasar olahraga.

Mardepi Saputra (2021) juga menyatakan bahwa pembelajaran berbasis permainan memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna karena siswa dapat memahami situasi permainan secara nyata

serta meningkatkan kerja sama dan rasa percaya diri.

Salah satu materi pembelajaran PJOK yang menarik bagi siswa sekolah dasar adalah permainan bola besar, khususnya sepak bola. Sepak bola merupakan olahraga permainan beregu yang sangat populer di Indonesia dan digemari oleh berbagai kalangan, termasuk anak-anak.

Permainan ini melibatkan berbagai unsur gerak dasar seperti berlari, melompat, menendang, mengubah arah, serta koordinasi tubuh. Oleh karena itu, sepak bola sangat relevan untuk mendukung perkembangan kemampuan motorik anak sekolah dasar. Selain itu, sepak bola juga memiliki nilai pendidikan karena melatih kerja sama, dan sportivitas.

Dalam permainan sepak bola, keterampilan menggiring bola (dribbling) merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting. Dribbling adalah kemampuan pemain membawa bola sambil bergerak dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola, melewati lawan, serta menciptakan peluang serangan.

Dribbling menjadi dasar utama yang harus dikuasai sebelum pemain dapat mengembangkan teknik lain seperti passing dan shooting. Secara biomekanis, dribbling yang efektif membutuhkan kombinasi antara kontrol bola, keseimbangan tubuh, koordinasi mata dan kaki, serta kesadaran ruang permainan.

Indrawan dan Ramadhan (2021) menyatakan bahwa unsur dribbling meliputi kontrol bola saat bergerak, perubahan arah dan kecepatan, keseimbangan postural, kelincahan saat membawa bola, serta kemampuan mengambil keputusan cepat ketika menghadapi tekanan permainan.

Penguasaan keterampilan dribbling tidak hanya bergantung pada latihan teknik,

tetapi juga dipengaruhi oleh proses belajar gerak (motor learning). Teori belajar gerak menjelaskan bahwa keterampilan motorik berkembang melalui tahapan tertentu, mulai dari tahap kognitif, tahap asosiatif, hingga tahap otonom.

Pada tahap kognitif, peserta didik masih mempelajari konsep dasar gerakan sehingga sering melakukan kesalahan. Tahap asosiatif ditandai dengan gerakan yang mulai stabil, sedangkan tahap otonom tahap keterampilan yang sudah otomatis dan efisien.

Dengan demikian, pembelajaran dribbling membutuhkan metode latihan yang berulang, bervariasi, dan sesuai karakteristik peserta didik agar keterampilan dapat berkembang secara optimal.

Namun berdasarkan observasi awal di kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh, ditemukan bahwa kemampuan dribbling siswa masih rendah. Banyak siswa menggiring bola tanpa kontrol yang baik, bola sering terlepas jauh dari kaki, siswa sulit mengubah arah dengan benar, serta pandangan siswa lebih sering tertuju pada bola dibanding memperhatikan situasi lapangan.

Selain itu, sebagian siswa kurang percaya diri ketika melakukan dribbling dan kurang aktif dalam proses pembelajaran. Akibat dari kurang ya percaya diri menyebabkan Kondisi ini menunjukkan bahwa keterampilan dasar siswa belum berkembang maksimal dan pembelajaran yang diterapkan belum memberikan hasil sesuai harapan.

Rendahnya kemampuan dribbling siswa diduga disebabkan oleh model pembelajaran yang masih bersifat konvensional dan kurang bervariasi. Model pembelajaran yang monoton cenderung membuat siswa cepat bosan, kurang

termotivasi, serta kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran.

Padahal, siswa sekolah dasar lebih menyukai pembelajaran yang bersifat bermain, menyenangkan, dan melibatkan aktivitas fisik secara langsung. Oleh karena itu, diperlukan inovasi pembelajaran yang mampu meningkatkan keterlibatan siswa dan memberi kesempatan praktik lebih banyak.

Salah satu pendekatan pembelajaran yang relevan adalah pembelajaran berbasis games. Pembelajaran berbasis games merupakan strategi pembelajaran yang memanfaatkan permainan sebagai sarana untuk melatih keterampilan teknik tertentu secara menyenangkan.

Dalam pembelajaran PJOK, games dapat dimodifikasi sesuai tujuan pembelajaran dan karakteristik peserta didik. Rahman dan Tresnawati (2016) menyatakan bahwa pembelajaran berbasis games mampu meningkatkan daya pikir, konsentrasi, serta motivasi belajar siswa karena aktivitas pembelajaran dilakukan melalui konsep bermain sambil belajar.

Penerapan pembelajaran berbasis games dalam materi dribbling sepak bola dapat memberikan manfaat karena siswa berlatih dribbling melalui situasi permainan kecil (small sided games) sehingga lebih kontekstual.

Siswa tidak hanya belajar bagaimana melakukan dribbling, tetapi juga memahami kapan dan mengapa teknik tersebut digunakan dalam permainan. Selain itu, pembelajaran berbasis games dapat meningkatkan interaksi sosial, kerja sama, serta rasa percaya diri siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Dengan adanya aktivitas permainan yang menarik, siswa memperoleh kesempatan lebih banyak untuk melakukan

praktik langsung sehingga keterampilan teknik dasar dapat berkembang secara lebih optimal. Pembelajaran seperti ini juga membantu siswa belajar dengan suasana yang lebih aktif dan tidak membosankan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul "Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola (Dribbling) Dengan Pembelajaran Berbasis Games pada Siswa Kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh."

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi solusi inovatif dalam meningkatkan kemampuan dribbling siswa sekaligus meningkatkan motivasi dan aktivitas belajar dalam pembelajaran PJOK.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dribbling siswa melalui penerapan pembelajaran berbasis games. Penelitian dilakukan di SD Negeri 14 Gurun Laweh pada siswa kelas IV A dengan jumlah 26 orang.

Teknik pengumpulan data merupakan cara memperoleh informasi yang valid dan dapat dipercaya melalui berbagai metode seperti tes, angket, observasi, dan wawancara (Barlian, 2016). Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan menggiring bola (dribbling) dan observasi aktivitas siswa selama proses pembelajaran.

Instrumen utama yang digunakan adalah Tes Dribbling Zig-Zag, karena mampu memberikan data yang akurat mengenai kemampuan siswa dalam mengontrol bola, kelincahan, kecepatan perubahan arah, serta efektivitas teknik menggiring bola dalam

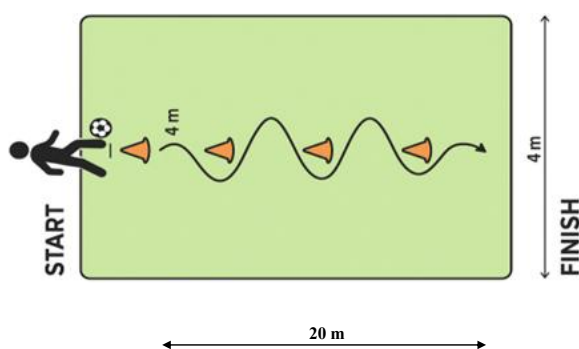
situasi yang mendekati permainan sebenarnya (Nurhasan & Cholil, 2007).

Pelaksanaan tes menggunakan bola sepak ukuran 4, stopwatch, cone, peluit, alat tulis, serta lapangan datar. Prosedur tes dilakukan dengan cara siswa berdiri di belakang garis start, kemudian setelah aba-aba "YA" siswa menggiring bola melewati cone secara zig-zag hingga garis finish.

Stopwatch dihentikan ketika bola melewati garis finish. Setiap siswa melakukan dua kali percobaan dan hasil terbaik dijadikan nilai tes. Kategori penilaian berdasarkan waktu tempuh mengacu pada norma dribbling yang dikembangkan oleh Saputra dan Hidayat (2022), dengan modifikasi jumlah cone menjadi 5 buah dan jarak antar cone 4 meter.

Selain indikator waktu tempuh, peneliti menambahkan indikator kontrol bola dan ketepatan jalur yang diadaptasi dari buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VII Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud, 2017), sehingga penilaian keterampilan dribbling lebih menyeluruh.

Gambar Bentuk Pelaksanaan Tes Keterampilan Menggiring Bola Metode Dribbling Zig-Zag



Sumber: Nurhasan & Cholil, 2007

Selain tes, dilakukan juga observasi untuk mengetahui keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Indikator observasi

meliputi keaktifan siswa mengikuti pembelajaran, keterlibatan dalam permainan, kerja sama, keberanian mencoba, serta konsentrasi. Penilaian observasi menggunakan skala 1–4, yaitu 1 (tidak aktif), 2 (kurang aktif), 3 (aktif), dan 4 (sangat aktif).

Pelaksanaan tindakan dilakukan selama 4 minggu dengan penerapan model pembelajaran berbasis games. Setiap minggu terdiri dari satu kali pertemuan dengan 2 jam pelajaran praktik yang meliputi latihan teknik dasar, latihan terarah, penerapan dalam permainan, serta refleksi dan pemberian umpan balik.

## HASIL

### 1. Hasil Pra Siklus

Pada tahap pra siklus, pembelajaran masih menggunakan metode konvensional (drill). Berdasarkan hasil observasi:

- Siswa kurang aktif
  - Banyak siswa cepat bosan
  - Teknik dribbling belum terkontrol
  - Pandangan siswa masih fokus ke bola
  - Bola sering terlepas saat menggiring
- Berikut tabel hasil tes awal Pra Siklus yang meliputi Penggunaan waktu, Kontrol Bola dan Ketepatan Jalur:

Tabel 1 Hasil Tes Dribbling Pra Siklus

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
1	Sangat Baik	0	0%
2	Baik	5	19.23%
3	Cukup	9	34.62%
4	Kurang	9	34.62%
5	Sangat Kurang	3	11.54%
Total		26	100%

Sumber : Data hasil penelitian

- Rata-rata kelas: 52

- Siswa tuntas ( $\geq 75$ ): 5 siswa
- Persentase ketuntasan: 19,23%

Kesimpulan Pra Siklus diperoleh bahwa kemampuan dribbling siswa masih rendah dan belum memenuhi indikator keberhasilan ( $\geq 75\%$ ).



Gambar 1 Pra Siklus  
 Sumber : Hasil Penelitian

## 2. Hasil Siklus 1

Pada siklus I diterapkan pembelajaran berbasis games Dribble Relay Race dan Obstacle Dribble Maze yang berfokus pada Kontrol bola, Koordinasi dasar dan Perubahan arah sederhana

Berikut tabel hasil tes Siklus I yang meliputi Penggunaan waktu, Kontrol Bola dan Ketepatan Jalur :

**Tabel 2** Hasil Tes Dribbling Siklus I

Sumber : Data hasil penelitian  
 Rata-rata dan Ketuntasan

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
1	Sangat Baik	3	11.54%
2	Baik	13	50.00%
3	Cukup	5	19.23%
4	Kurang	4	15.38%
5	Sangat Kurang	1	3.85%
Total		26	100%

- Rata-rata kelas: 71
- Siswa tuntas: 16 siswa
- Ketuntasan klasikal: 61,54%

## Refleksi Siklus I



Gambar 2 Siklus 1  
 Sumber : Hasil Penelitian

## 3. Hasil Siklus 2

Permainan yang digunakan adalah Shadow Dribble, Tag Dribble Game dan King of the Ring yang berfokus pada Kecepatan, Proteksi bola dan Pengambilan keputusan.

Berikut tabel hasil tes siklus II yang meliputi Penggunaan waktu, Kontrol Bola dan Ketepatan Jalur:

tabel 3 Hasil Tes Dribbling Siklus II

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
1	Sangat Baik	7	26.92%
2	Baik	14	53.85%
3	Cukup	3	11.54%
4	Kurang	2	7.69%
5	Sangat Kurang	0	0%
Total		26	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian  
 Rata-rata dan Ketuntasan

- Rata-rata kelas: 80
- Siswa tuntas: 21 siswa
- Ketuntasan klasikal: 80,77%

### Refleksi Siklus II

- Indikator keberhasilan telah tercapai
- Pembelajaran berjalan optimal
- Tidak perlu lanjut ke siklus berikutnya



Gambar 3 Siklus 2

Sumber : Hasil Penelitian

### 4. Data peningkatan Hasil Belajar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis games mampu meningkatkan kemampuan dribbling siswa secara signifikan.

Tabel 4 Data Hasil Tes Dribbling Zig-zag

Tahap	Rata-rata	Ketuntasan
Pra Siklus	52	19,23%
Siklus I	71	61,54%
Siklus II	80	80,77%

Tabel 5 Data Hasil Observasi

No	Aspek yang diamati:	Pra Siklus		Siklus I		Siklus II	
		Rata-Rata	Predikat	Rata-Rata	Predikat	Rata-Rata	Predikat
1	Keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran	32.69	Sangat Kurang	75.00	Baik	94.23	Sangat Baik
2	Keaktifan mengikuti permainan dengan menyenangkan	56.73	Kurang	81.73	Baik	94.23	Sangat Baik
3	Kerja sama	76.92	Baik	87.50	Baik	93.27	Sangat Baik
4	Keberanian mencoba	32.69	Sangat Kurang	57.69	Kurang	82.69	Baik
5	Konsentrasi	57.69	Kurang	82.69	Baik	97.12	Sangat Baik

Dari Pra Siklus ke Siklus I

- Siswa mulai aktif dari sangat kurang menjadi kurang

- Adaptasi dengan metode games
- Peningkatan mulai terlihat

Dari Siklus I ke Siklus II

- Siswa mulai lebih aktif dari kurang menjadi Baik
- Permainan lebih kompetitif
- Situasi mendekati permainan nyata
- Transfer keterampilan lebih optimal

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis games mampu meningkatkan kemampuan dribbling siswa secara signifikan.

#### 1. Data Peningkatan Hasil Belajar

Tabel 11. Data Hasil Tes Dribbling Zig-zag

Tahap	Rata-rata	Ketuntasan
Pra Siklus	52	19,23%
Siklus I	71	61,54%
Siklus II	80	80,77%

#### 2. Analisis Peningkatan

a. Dari Pra Siklus ke Siklus I

- Siswa mulai aktif dari sangat kurang
- Adaptasi dengan metode games
- Peningkatan mulai terlihat

b. Dari Siklus I ke Siklus II

- Siswa mulai lebih aktif dari kurang menjadi Baik
- Permainan lebih kompetitif
- Situasi mendekati permainan nyata
- Transfer keterampilan lebih optimal

Secara visual peningkatan tersebut dapat di lihat dari gambar grafik berikut ini Melakukan pembelajaran berdasarkan aktivitas dan memanfaatkan indra sebanyak mungkin.

Melalui metode Pembelajaran Games materi menggiring bola (*Dribbling*) dalam permainan sepak bola yang telah diterapkan pada siswa kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh ternyata dapat merangsang dan

memotivasi siswa untuk memahami pelajaran secara keseluruhan dan meningkatkan ketuntasan belajar siswa secara individual.

Berdasarkan hasil persentase siswa yang telah tuntas belajar menggiring bola (*Dribbling*) dengan menggunakan metode pembelajaran *Games* dapat meningkatkan ketuntasan belajar dari Pra siklus sebesar 19,23% naik pada siklus I dan naik menjadi 64,51%, naik lagi pada siklus II menjadi 80,77%, maka total kenaikan sampai akhir siklus adalah 61,54%.

Dengan demikian dapatlah dikatakan metode Pembelajaran *Games* yang diterapkan oleh penulis dapat meningkatkan ketuntasan belajar dan dapat meningkatkan keterlibatan siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar dengan sangat baik.

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan pembelajaran berbasis *games* terbukti dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* siswa kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh. Pada pra siklus, rendahnya nilai rata-rata siswa disebabkan karena pembelajaran masih monoton sehingga siswa kurang termotivasi dan kesempatan praktik kurang maksimal.

Pada siklus I, penggunaan permainan sederhana membuat pembelajaran lebih menyenangkan dan meningkatkan partisipasi siswa. Siswa mendapatkan lebih banyak kesempatan melakukan *dribbling* melalui permainan estafet dan lintasan rintangan, sehingga keterampilan kontrol bola mulai berkembang.

Namun, masih terdapat kelemahan berupa kurangnya kemampuan siswa dalam menjaga kontrol bola saat menggiring cepat. Pada siklus II, permainan dibuat lebih kompetitif dan mendekati situasi nyata permainan sepak bola. Siswa dilatih untuk melakukan *dribbling* dalam tekanan,

melindungi bola, serta meningkatkan pengambilan keputusan.

Hal ini menyebabkan kemampuan *dribbling* meningkat secara signifikan, terlihat dari meningkatnya nilai rata-rata dan ketuntasan belajar.

Dengan demikian, pembelajaran berbasis *games* efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik *dribbling* karena memberikan pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, serta sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penerapan model pembelajaran berbasis *games* dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* bola pada siswa kelas IV A SD Negeri 14 Gurun Laweh, maka dapat ditarik simpulan bahwa peningkatan Kemampuan Motorik (*Dribbling*)

Penerapan model pembelajaran berbasis *games* terbukti secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola (*dribbling*) siswa. Hal ini terlihat dari peningkatan nilai rata-rata kelas dan persentase ketuntasan belajar siswa dari pra-siklus, Siklus I, hingga mencapai puncaknya pada Siklus II yang telah melampaui Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

Peningkatan Aktivitas dan Motivasi Belajar: Melalui pendekatan bermain, siswa menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi dan keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran PJOK. Model ini berhasil mengubah suasana belajar yang semula kaku menjadi lebih dinamis, sehingga siswa lebih berani mempraktikkan teknik *dribbling* tanpa merasa terbebani oleh instruksi teknik yang rumit.

Efektivitas Strategi Pembelajaran: Penggunaan variasi permainan yang

dimodifikasi sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar terbukti efektif dalam memecahkan masalah kejenuhan siswa. Pendekatan ini memungkinkan siswa belajar memahami konsep ruang dan kontrol bola secara intuitif melalui situasi permainan nyata.

### Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian yang telah diperoleh, peneliti menyampaikan beberapa saran untuk Guru PJOK Disarankan untuk menjadikan model pembelajaran berbasis games sebagai alternatif utama dalam mengajarkan teknik dasar cabang olahraga lainnya, tidak terbatas pada sepak bola saja.

Guru hendaknya terus berinovasi dalam memodifikasi peraturan dan alat permainan guna menyesuaikan dengan tingkat kebugaran dan kemampuan fisik siswa yang beragam.

Bagi Pihak Sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan terhadap ketersediaan sarana dan prasarana olahraga yang memadai untuk mendukung kreativitas guru dalam menyusun model pembelajaran yang bervariasi. Mendorong terciptanya iklim pembelajaran yang menyenangkan (joyful learning) di lingkungan sekolah melalui dukungan terhadap kegiatan ekstrakurikuler berbasis permainan.

Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian serupa dengan cakupan populasi yang lebih luas atau pada materi olahraga yang berbeda untuk memperkuat teori efektivitas game-based learning.

Mempertimbangkan faktor-faktor eksternal seperti kondisi cuaca dan durasi penelitian yang lebih panjang untuk melihat konsistensi peningkatan keterampilan motorik siswa secara berkelanjutan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Atradinal. (2019). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Asnaldi, A. (2018). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Damrah. (2020). *Model Pembelajaran PJOK Berbasis Permainan untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Daryanto. (2013). *Inovasi Pembelajaran Efektif*. Bandung: Yrama Widya.
- Husdarta, J. S. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Indrawan, R., & Ramadhan, F. (2021). *Teknik Dasar Sepak Bola*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2018). *Permendikbud Republik Indonesia Nomor 37 Tahun 2018*. Jakarta: Kemendikbud.
- Mardepi Saputra. (2021). *Strategi Pembelajaran Inovatif dalam Pendidikan Jasmani*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Muhajir. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI*. Jakarta: Erlangga.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Rahman, A., & Tresnawati, D. (2016). Pengaruh permainan terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 4(2), 45–52.
- Rusman. (2016). *Model-Model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*

- (5th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukmadinata, N. S. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suryosubroto, B. (2009). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tohar. (2008). *Olahraga Pilihan Sepak Bola*. Jakarta: Depdiknas.
- Winarno, M. E. (2013). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: UM Press.
- Winarno, M. E. (2017). *Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.