

Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Model Pembelajaran *Peer Teaching* Pada Siswa Kelas VIII.1 Di SMPN 2 Lubuk Alung

Rahma Cahyati¹, Khairuddin², Deswandi³, Riand Resmana⁴

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

Rahmacahyati08062004@gmail.com¹, kahiruddin@fik.unp.ac.id², deswandi@fik.unp.ac.id³,

riandresmana@fik.unp.ac.id⁴

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0179>

Kata Kunci : Penelitian Tindakan Kelas, *Peer Teaching*, PJOK

Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya hasil belajar siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMPN 2 Lubuk Alung. Tujuan penelitian untuk meningkatkan hasil belajar siswa melalui model pembelajaran *Peer Teaching* di SMPN 2 Lubuk Alung. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam II siklus, siklus I terdiri dari 3 pertemuan dan siklus II terdiri dari 3 pertemuan. Setiap siklus dilaksanakan berdasarkan prosedur perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII.1 di SMPN 2 Lubuk Alung yang berjumlah 32 orang (13 orang laki-laki dan 19 orang Perempuan). Instrumen penelitian adalah Observasi, Tes , dan Dokumentasi. Teknik analisis data mencari rata-rata setiap pertemuan dan nilai siswa setiap pertemuan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan aktivitas siklus I pertemuan 1 dengan rata-rata 57,5 pertemuan 2 dengan rata-rata 70 dan pertemuan 3 dengan rata-rata 75,62. Pelaksanaan aktivitas siklus II pertemuan 1 dengan rata-rata 78,12 pertemuan 2 dengan rata-rata 81,25 dan pertemuan 3 dengan rata-rata 86,25. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwasannya model pembelajaran *Peer Teaching* dapat meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung.

Keywords : *Classroom Action Research, Peer Teaching, Physical Education*

Abstract : The problem in this study is the low learning outcomes of students in learning Physical Education, Sports and Health at SMPN 2 Lubuk Alung. The purpose of the study is to improve student learning outcomes through the *Peer Teaching* learning model at SMPN 2 Lubuk Alung. This study is a classroom action research (CAR). The study was conducted in two cycles, cycle I consisting of 3 meetings and cycle II consisting of 3 meetings. Each cycle is carried out based on the procedures of planning, implementation, observation, and reflection. The subjects of the study were 32 students of class VIII.1 at SMPN 2 Lubuk Alung (13 boys and 19 girls). The research instruments were Observation, Test, and Documentation. Data analysis techniques looked for the average of each meeting and student scores for each meeting. The results showed an increase in the activity of cycle I meeting 1 with an average of 57.5 meeting 2 with an average of 70 and meeting 3 with an average of 75.62. Implementation of cycle II activities meeting 1 with an average of 78.12 meeting 2 with an average of 81.25 and meeting 3 with an average of 86.25. Based on these results, it can be concluded that the

Peer Teaching learning model can improve the learning outcomes of Physical Education, Sports and Health of class VIII.1 students of SMPN 2 Lubuk Alung.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan komponen penting yang harus dimiliki oleh setiap bangsa, termasuk Indonesia. Melalui pendidikan diharapkan terciptalah generasi penerus yang mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal.

Dalam Peraturan Pemerintah No. 17 Tahun 2010 tentang Pengelolaan Penyelenggaraan Pendidikan, bahwa tujuan pendidikan adalah untuk membangun landasan bagi perkembangan potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman, berilmu, sehat, mandiri, toleran, dan bertanggung jawab.

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya. Seseorang dikatakan telah mengalami proses belajar apabila di dalam dirinya telah terjadi perubahan, dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak mengerti menjadi mengerti (Gani et al., 2022).

Salah satu mata pelajaran penting dalam sistem pendidikan di Indonesia adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Menurut (Khairuddin, 2014), pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik untuk tujuan kognitif, psikomotorik, dan afektif yang juga meliputi kebugaran jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan holistik, di mana aktivitas fisik diajarkan di sekolah untuk mempromosikan gaya hidup aktif dan meningkatkan kebugaran fisik (Khairuddin et al., 2023).

PJOK bukan hanya sekadar proses penyampaian materi, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai kesehatan dalam tubuh serta cara mempraktikkannya dengan baik dan benar, karena tujuan PJOK adalah menjadikan manusia yang sehat jasmani dan rohani (Khairuddin & Pane, 2025).

Pendidikan penjas dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup aktif serta sikap sportif yang serasi, selaras, dan seimbang (Asnaldi & Syampurma, 2020).

Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan yang dipandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak, yang dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan dan bermain (Asnaldi et al., 2018).

Olahraga sendiri merupakan kegiatan sistematis yang mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani dan rohani peserta didik (Asnaldi, 2016). Dengan demikian, pembelajaran PJOK yang berkualitas menuntut perhatian menyeluruh terhadap perkembangan fisik, motorik, dan kognitif peserta didik secara terintegrasi.

Hasil belajar merupakan tujuan akhir dari kegiatan pembelajaran di sekolah. Menurut (Sudjana, 2016), hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajar. Bloom (dalam Suprijo, 2012) mengklasifikasikan hasil belajar ke dalam tiga ranah utama, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor.

Tingkat kebugaran jasmani yang baik

sangat diperlukan terutama untuk aktivitas belajar, karena seluruh peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar banyak melibatkan aktivitas fisik sehingga idealnya harus memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik (Resmana, Zarli, et al., 2023).

Usaha Kesehatan Sekolah juga dirancang untuk meningkatkan kemampuan peserta didik hidup sehat dalam lingkungan yang sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang menjadi individu yang lebih baik (Resmana et al., 2025).

Tinjauan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII menunjukkan bahwa kebugaran jasmani memiliki peran penting dalam menunjang aktivitas belajar serta kesehatan peserta didik secara menyeluruh, sehingga perlu dilakukan pengukuran dan evaluasi secara berkala di lingkungan sekolah (Resmana, Oklinda, et al., 2023).

Dengan demikian, upaya peningkatan hasil belajar PJOK tidak dapat dilepaskan dari perhatian terhadap kondisi kebugaran jasmani siswa sebagai fondasi keberhasilan proses pembelajaran. Namun, pada kenyataannya masih banyak ditemukan permasalahan dalam pembelajaran PJOK di lapangan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMPN 2 Lubuk Alung, ditemukan bahwa siswa kelas VIII.1 kurang aktif dan pembelajaran masih berpusat pada guru, sehingga menjadikan proses pembelajaran monoton dan menimbulkan kejenuhan. Kondisi ini mengakibatkan rendahnya motivasi dan partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi

kemampuan tubuhnya untuk melaksanakan tugas dalam kehidupan sehari-hari tanpa mengalami kelemahan yang berarti.

Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor, yaitu pertumbuhan dan perkembangan, yang keduanya masih harus didukung oleh latihan sesuai kematangan anak dan gizi yang baik (Deswandi et al., 2018).

Selain itu, dampak dari pengaruh latihan fisik terhadap tubuh sangat tergantung pada keterlibatan organ-organ tubuh dalam latihan yang dilakukan, di mana perubahan tersebut merupakan adaptasi tubuh terhadap latihan sehingga akan menjadikan perubahan fungsi serta perkembangannya (Deswandi et al., 2019).

Hal ini diperkuat oleh data hasil ujian tengah semester 1 tahun ajaran 2025/2026, di mana dari 32 siswa kelas VIII.1, hanya 11 siswa yang mencapai KKM sebesar 78, dengan nilai rata-rata kelas hanya 70,5. Rendahnya hasil belajar tersebut diduga disebabkan oleh kurangnya variasi model pembelajaran yang digunakan oleh guru.

Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam strategi pembelajaran yang mampu mengaktifkan siswa secara menyeluruh, Salah satu model pembelajaran yang dipandang adalah *peer teaching* atau tutor sebaya. *Peer teaching* adalah model pembelajaran di mana siswa dengan kemampuan lebih memadai mengajarkan materi kepada teman sebayanya.

Implementasi model ini memberikan dampak positif berupa peningkatan keterampilan komunikasi siswa, stimulus terhadap kemandirian belajar, serta penguatan kepercayaan diri dalam proses pembelajaran (Aziz & KN, 2021).

Menurut (Stigmar, 2016) menyatakan bahwa model pembelajaran *peer teaching*

menghasilkan keuntungan prestasi akademik dan manfaat pedagogis lainnya, seperti meningkatkan berpikir kritis, motivasi, kolaboratif, dan keterampilan komunikatif siswa.

Menurut (Mirzeoğlu, 2014) juga berpendapat bahwa model *peer teaching* secara signifikan mampu meningkatkan kemampuan kognitif siswa dibandingkan dengan pembelajaran konvensional. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar PJOK melalui penerapan model pembelajaran *peer teaching* pada siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung.

METODE

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research/PTK*) yang bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran di dalam kelas.

Menurut Arikunto (Dalam Suryadi, 2012), Penelitian Tindakan Kelas terdiri dari tiga komponen utama, yaitu penelitian sebagai kegiatan mencermati suatu objek dengan metodologi tertentu, tindakan sebagai gerakan yang dilakukan secara sengaja dan terencana, serta kelas sebagai tempat di mana sekelompok peserta didik menerima pelajaran dari guru yang sama.

Penelitian tindakan kelas ini memusatkan perhatian pada permasalahan yang spesifik dan konseptual sehingga bertujuan untuk menemukan bentuk pembelajaran di lapangan yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi.

Penelitian dilaksanakan di SMPN 2 Lubuk Alung pada bulan April hingga Mei tahun ajaran 2025/2026. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung yang berjumlah 32 orang, terdiri dari 13 orang laki-laki dan 19 orang perempuan.

Pemilihan subjek didasarkan pada permasalahan nyata yang ditemukan di kelas tersebut, yakni rendahnya hasil belajar PJOK yang hanya mencapai rata-rata 70,5 dengan hanya 11 dari 32 siswa yang memenuhi KKM sebesar 78.

Prosedur penelitian menggunakan model siklus yang terdiri dari empat komponen pada setiap siklusnya, yaitu: (1) perencanaan, (2) tindakan, (3) observasi, dan (4) refleksi. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, di mana masing-masing siklus terdiri dari tiga kali pertemuan dengan alokasi waktu 2 × 40 menit setiap pertemuan.

Siklus I dilaksanakan pada tanggal 6, 9, dan 13 April 2026 dengan materi Lari Estafet, sementara Siklus II dilaksanakan pada tanggal 16, 20, dan 23 April 2026 dengan materi Kebugaran Jasmani yang mencakup latihan kecepatan, kelincahan, serta koordinasi dan keseimbangan.

Pada tahap perencanaan setiap siklus, peneliti menyusun modul ajar, menyiapkan alat dan media pembelajaran, menentukan siswa yang akan berperan sebagai tutor sebaya, serta menyiapkan lembar observasi.

Pada tahap pelaksanaan, pembelajaran dilakukan dengan membagi siswa ke dalam kelompok kecil beranggotakan 5–6 orang, di mana setiap kelompok terdapat satu siswa yang ditunjuk sebagai *peer tutor* untuk membantu menjelaskan dan membimbing anggota kelompoknya.

Guru berperan sebagai fasilitator yang memantau proses pembelajaran dan memberikan intervensi hanya ketika diperlukan. Pada tahap observasi, peneliti mengamati seluruh proses pembelajaran secara langsung. Adapun tahap refleksi dilakukan di akhir setiap pertemuan untuk menganalisis kekurangan dan kelebihan pelaksanaan pada pertemuan atau siklus

berikutnya.

Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari instrumen tes dan non-tes. Instrumen tes berupa soal kuis yang diberikan di setiap akhir pertemuan untuk mengukur hasil belajar aspek kognitif siswa. Instrumen non-tes meliputi lembar observasi untuk mengamati aktivitas dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung, serta dokumentasi berupa foto sebagai bukti fisik pelaksanaan penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan mencari nilai rata-rata hasil belajar siswa pada setiap pertemuan menggunakan rumus:

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan: X = nilai rata-rata, $\sum X$ = jumlah seluruh nilai siswa, N = jumlah siswa. Nilai rata-rata setiap pertemuan kemudian dibandingkan antar siklus untuk mengetahui adanya peningkatan hasil belajar. Indikator keberhasilan penelitian ini ditentukan apabila terjadi peningkatan nilai rata-rata kelas dan bertambahnya jumlah siswa yang mencapai KKM dari siklus I ke siklus II.

HASIL

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus pada siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung tahun ajaran 2025/2026. Setiap siklus terdiri dari tiga kali pertemuan dengan menerapkan model pembelajaran *peer teaching*. Hasil penelitian pada setiap siklus diuraikan sebagai berikut.

1. Siklus I

Pelaksanaan Siklus I dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan dengan materi Lari Estafet. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 6 April 2026 dengan fokus materi teknik *start* dalam lari estafet.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 9 April 2026 dengan fokus materi teknik memegang dan menerima tongkat estafet.

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada tanggal 13 April 2026 dengan fokus materi teknik *finish* dan praktik lari estafet secara utuh. Hasil penilaian kognitif siswa pada setiap pertemuan di Siklus I dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Data Hasil Pembelajaran Kognitif Siswa Siklus I

No	Pertemuan	Rata-rata
1	Pertemuan 1	57,5
2	Pertemuan 2	70
3	Pertemuan 3	75,62

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 1 di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar siswa pada Siklus I mengalami peningkatan dari setiap pertemuan. Pada pertemuan pertama diperoleh rata-rata 57,5, pertemuan kedua meningkat menjadi 70,0, dan pertemuan ketiga meningkat kembali menjadi 75,62.

Meskipun terjadi peningkatan dari pertemuan ke pertemuan, rata-rata hasil belajar pada ketiga pertemuan di Siklus I belum mencapai KKM yang ditetapkan sebesar 78. Rata-rata keseluruhan hasil belajar kognitif pada Siklus I adalah 67,71. Hasil ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran pada Siklus I masih perlu diperbaiki dan dilanjutkan ke Siklus II.

Berdasarkan hasil refleksi Siklus I, ditemukan beberapa kendala dalam pelaksanaan pembelajaran, di antaranya masih banyak siswa yang kurang aktif, pembagian kelompok membutuhkan waktu yang cukup lama, serta beberapa siswa belum memahami materi yang disampaikan.

Selain itu, peneliti belum menerapkan secara maksimal langkah-langkah model *peer*

teaching yang telah direncanakan. Berdasarkan temuan tersebut, dilakukan perbaikan dalam perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran pada Siklus II.

2. Siklus II

Pelaksanaan Siklus II dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan dengan materi Kebugaran Jasmani. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 16 April 2026 dengan fokus latihan kecepatan melalui *shuttle run*. Pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 20 April 2026 dengan fokus latihan kelincahan melalui *zig-zag run*.

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada tanggal 23 April 2026 dengan fokus latihan koordinasi dan keseimbangan. Hasil penilaian kognitif siswa pada setiap pertemuan di Siklus II dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Data Hasil Pembelajaran Kognitif Siswa Siklus II

No	Pertemuan	Rata -rata
1	Pertemuan 1	78,12
2	Pertemuan 2	81,25
3	Pertemuan 3	86,25

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan Tabel 2 di atas, hasil belajar siswa pada Siklus II menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan Siklus I. Pada pertemuan pertama diperoleh rata-rata 78,12, pertemuan kedua meningkat menjadi 81,25, dan pertemuan ketiga meningkat kembali menjadi 86,25. Seluruh pertemuan pada Siklus II telah melampaui KKM yang ditetapkan sebesar 78.

Rata-rata keseluruhan hasil belajar kognitif pada Siklus II adalah 81,88. Peningkatan ini menunjukkan bahwa perbaikan yang dilakukan berdasarkan refleksi Siklus I berhasil meningkatkan partisipasi dan pemahaman siswa dalam

pembelajaran PJOK.

Untuk melihat perbandingan peningkatan hasil belajar kognitif siswa dari Siklus I ke Siklus II secara lebih jelas, dapat dilihat pada Grafik 1 berikut.

Tabel 3. Perbandingan Rata-rata Hasil Belajar Kognitif Siklus I dan Siklus II

Pertemuan	Siklus I	Siklus II
Pertemuan 1	57,5	78,12
Pertemuan 2	70	81,25
Pertemuan 3	75,62	86,25
Rata-rata	67,71	81,88

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan data keseluruhan, terjadi peningkatan rata-rata hasil belajar kognitif siswa dari Siklus I sebesar 67,71 menjadi 81,88 pada Siklus II, dengan selisih peningkatan sebesar 14,17 poin.

Hasil ini membuktikan bahwa penerapan model pembelajaran *peer teaching* secara konsisten dan terstruktur mampu meningkatkan hasil belajar PJOK siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung dari siklus ke siklus berikutnya hingga melampaui KKM yang telah ditetapkan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dalam dua siklus, penerapan model pembelajaran *peer teaching* terbukti mampu meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung.

Peningkatan perolehan rata-rata nilai kognitif siswa yang terus mengalami kenaikan dari setiap pertemuan dalam Siklus I hingga Siklus II. Kondisi awal sebelum menunjukkan bahwa rata-rata nilai siswa hanya mencapai 70,5 dengan hanya 11 dari 32

siswa yang memenuhi KKM sebesar 78, sehingga diperlukan upaya perbaikan pembelajaran sistematis melalui penelitian tindakan kelas.

Pada pelaksanaan Siklus I dengan materi Lari Estafet, hasil belajar kognitif siswa menunjukkan tren peningkatan dari pertemuan ke pertemuan. Pertemuan pertama menghasilkan rata-rata 57,5, pertemuan kedua meningkat menjadi 70,0, dan pertemuan ketiga meningkat kembali menjadi 75,62.

Meskipun demikian, rata-rata keseluruhan Siklus I sebesar 67,71 belum mencapai KKM yang ditetapkan. Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya siswa belum terbiasa dengan model pembelajaran *peer teaching*, pembagian kelompok yang membutuhkan waktu cukup lama, serta masih terdapat siswa yang kurang aktif berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.

Persepsi siswa terhadap keterampilan guru dalam pembelajaran PJOK sangat berpengaruh terhadap motivasi dan keaktifan siswa, sehingga guru dituntut mampu mengelola pembelajaran secara efektif dan menarik (Syafruddin et al., 2018). Hal ini menjadi dasar perbaikan yang dilakukan peneliti sebelum memasuki pelaksanaan Siklus II.



Gambar 1. Pembelajaran *Peer Teaching* Siklus 1
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Berdasarkan hasil refleksi Siklus I,

dilakukan berbagai perbaikan pada perencanaan dan pelaksanaan Siklus II, mencakup pengelolaan waktu yang lebih efisien, pemotivasian siswa, serta penerapan langkah-langkah *peer teaching* secara lebih terstruktur.

Pada Siklus II dengan materi Kebugaran Jasmani yang mencakup latihan kecepatan (*shuttle run*), kelincahan (*zig-zag run*), serta koordinasi dan keseimbangan, hasil belajar kognitif siswa meningkat secara signifikan. Pertemuan pertama mencapai rata-rata 78,12, pertemuan kedua 81,25, dan pertemuan ketiga 86,25, dengan rata-rata keseluruhan Siklus II sebesar 81,88.

Seluruh pertemuan pada Siklus II telah melampaui KKM, dan terjadi peningkatan rata-rata dari Siklus I ke Siklus II sebesar 14,17 poin. Hasil ini membuktikan bahwa perbaikan yang dilakukan berdasarkan refleksi Siklus I efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

Kebugaran jasmani memiliki hubungan yang signifikan terhadap hasil belajar PJOK, karena kondisi fisik yang baik akan mendukung siswa dalam mengikuti aktivitas pembelajaran secara optimal (Asnaldi et al., 2018).

Peningkatan hasil belajar yang diperoleh sejalan dengan karakteristik model pembelajaran *peer teaching* yang menempatkan siswa dengan kemampuan lebih sebagai tutor bagi teman sebayanya.

Model ini mendorong terciptanya interaksi aktif antarsiswa dalam kelompok kecil, sehingga siswa yang mengalami kesulitan lebih berani bertanya kepada tutor sebayanya dibandingkan langsung kepada guru.

Menurut (Aziz & KN, 2021) menyatakan bahwa implementasi model *peer teaching* memberikan dampak positif berupa

peningkatan keterampilan komunikasi siswa, stimulus terhadap kemandirian belajar, serta penguatan kepercayaan diri dalam proses pembelajaran.

Hal ini tampak nyata dalam pelaksanaan Siklus II, di mana siswa terlihat lebih aktif berdiskusi dalam kelompok, lebih percaya diri dalam mempraktikkan gerakan, serta mampu memberikan umpan balik yang konstruktif kepada sesama anggota kelompoknya.



Gambar 2. Pembelajaran *Peer teaching* Siklus II
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Peningkatan hasil belajar aspek kognitif juga didukung oleh meningkatnya partisipasi aktif siswa selama proses pembelajaran berlangsung. (Stigmar, 2016) menyatakan bahwa model pembelajaran *peer teaching* menghasilkan keuntungan prestasi akademik sekaligus manfaat pedagogis lainnya, seperti peningkatan kemampuan berpikir kritis, motivasi, kolaborasi, dan keterampilan komunikatif siswa.

Hal ini terbukti dari hasil observasi yang menunjukkan bahwa pada Siklus II, siswa sudah mampu bekerja sama, berkomunikasi, dan saling mendukung dalam kelompok dengan jauh lebih baik dibandingkan Siklus I.

Menurut (Mirzeoğlu, 2014) juga memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa model *peer teaching* secara signifikan mampu meningkatkan kemampuan kognitif

siswa dibandingkan pembelajaran konvensional, karena partisipasi belajar yang tinggi memungkinkan siswa memperoleh hasil belajar yang lebih tinggi pula.



Gambar 3. Interaksi tutor sebaya dalam kelompok
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Dalam konteks PJOK, dalam pernyataan (Khairuddin & Pane, 2025) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani menitikberatkan pada penilaian proses, bukan hanya penilaian hasil capaian tugas gerak, sehingga tujuan utama yang ingin dicapai dalam kegiatan pembelajaran adalah hasil belajar secara menyeluruh yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Oleh karena itu, penerapan model *peer teaching* yang menekankan kolaborasi dan interaksi aktif dalam proses pembelajaran telah memberikan kontribusi nyata tidak hanya pada aspek kognitif, tetapi juga pada aspek afektif siswa, yang terlihat dari meningkatnya sikap kerja sama, tanggung jawab, dan disiplin selama pembelajaran berlangsung.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas model pembelajaran *peer teaching* dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Penerapan model ini tidak hanya berhasil mengangkat rata-rata nilai kognitif siswa melampaui KKM, tetapi juga berhasil menciptakan suasana pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan bermakna.

Hal ini sejalan dengan prinsip

Kurikulum Merdeka Belajar memberikan peluang bagi siswa untuk lebih aktif dan mandiri dalam meningkatkan kebugaran jasmani melalui berbagai aktivitas pembelajaran yang bervariasi (Khairuddin, 2014), serta didukung oleh tingkat kebugaran jasmani peserta didik merupakan indikator penting dalam menilai keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani (Deswandi, 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam dua siklus pada siswa kelas VIII.1 SMPN 2 Lubuk Alung tahun ajaran 2025/2026, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *peer teaching* terbukti secara konsisten meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Peningkatan tersebut tercermin dari rata-rata nilai kognitif siswa yang mengalami kenaikan secara bertahap dari setiap pertemuan pada siklus I hingga siklus II. Pada siklus I, rata-rata hasil belajar kognitif siswa mencapai 67,71 dengan rincian pertemuan pertama 57,5, pertemuan kedua 70,0, dan pertemuan ketiga 75,62, yang mana keseluruhan pertemuan pada siklus I belum mencapai KKM yang ditetapkan sebesar 78.

Setelah dilakukan perbaikan berdasarkan refleksi siklus I, hasil belajar pada siklus II meningkat signifikan dengan rata-rata keseluruhan mencapai 81,88, dengan rincian pertemuan pertama 78,12, pertemuan kedua 81,25, dan pertemuan ketiga 86,25, di mana seluruh pertemuan pada siklus II telah melampaui KKM.

Peningkatan rata-rata dari siklus I ke siklus II tercatat sebesar 14,17 poin, yang menunjukkan bahwa model pembelajaran *peer teaching* yang diterapkan secara

terstruktur dan konsisten mampu mengaktifkan siswa secara menyeluruh, mendorong interaksi positif antarsiswa, serta menciptakan pembelajaran yang lebih kondusif dan bermakna dalam mata pelajaran PJOK.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal JPDO*, 1(2), 20–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.51>
- Asnaldi, A., & Syampurma, H. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Sport Science*, 20(2), 97–106.
- Asnaldi, A., Zulman, & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kabupaten Padang Pariaman. 3, 16–27.
- Aziz, A., & KN, S. (2021). Implementasi Model Pembelajaran Peer Teaching dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi dan Kemandirian Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(2), 112–121.
- Deswandi, D., Edwarsyah, E., & Syampurma, H. (2019). Perbandingan Adaptasi Lingkungan Bagi Atlet Yang Berlatih Di Daerah Dataran Tinggi Dan Dataran Rendah Terhadap Vo2max Dan Kadar Hemoglobin Darah Pada Olahraga Anaerobik. *Jurnal MensSana*, 4(2), 156–164.
- Deswandi, D., Syafruddin, S., & Khairuddin, K. (2018). Studi kemampuan motorik

- siswa sekolah dasar negeri 28 air tawar timur kecamatan padang utara kota padang. *MensSana*, 3(2), 81–92.
- Deswandi, F. . (2022). Tinjauan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Anggota Senam Porpi di Gor Haji Agus Salim Padang. *Jurnal JPDO*, 5(2), 68–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/JPDO.5.2.2022>
- Gani, R. H. A., Supratmi, N., & Wijaya, H. (2022). Penerapan Metode Pembelajaran Berbasis Masalah Dalam Meningkatkan Kemampuan Bermain Drama Pada Siswa Kelas XII SMA 4 Mataram Tahun Pelajaran 2019/2020. 1(1), 348–360.
- Khairuddin, K. (2014). The influence of modified games and conventional learning models on the physical fitness of junior high school students. *Asian Social Science*, 10(5), 136.
- Khairuddin, K., & Pane, M. (2025). Motivasi Belajar Peserta Didik terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara. *Jurnal JPDO*, 8(8), 212–220.
- Khairuddin, Masrun, Baktiar, S., & Syahrudin. (2023). An Analysis of the impact of game-based physical education learning on physical fitness of junior high school students. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 42(1), 241–253.
- Mirzeoğlu, A. D. (2014). The effects of peer teaching on the university students ' achievements in cognitive , affective , psychomotor domains and game performances in volleyball courses. *Academic Journals*, 9(9), 262–271. <https://doi.org/10.5897/ERR2013.1690>
- Resmana, R., Oklinda, A., & Selviani, I. (2023). Hubungan Kecepatan Lari 30 Meter Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa. Wahana Didaktika. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 21(2), 398–408.
- Resmana, R., Sepriani, R., & Selviani, I. (2025). Implementasi Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Sekolah Dasar Kecamatan Sungai Pagu. *Jurnal Performa Olahraga*, 10(2), 128–134.
- Resmana, R., Zarli, A. S., Yulifri, & Sepriadi. (2023).). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas XI MAN 2 Kota Padang. *JPDO*, 6(12), 1–7.
- Stigmar, M. (2016). Peer-to-peer Teaching in Higher Education : A Critical Literature Review. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 1267(May), 1–13. <https://doi.org/10.1080/13611267.2016.1178963>
- Sudjana, N. (2016). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Remaja Rosdakarya.
- Suprijo, A. (2012). *Cooperative Learning: Teori dan Aplikasi PAIKEM*. Pustaka Pelajar.
- Suryadi. (2012). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Diva Press.
- Syafruddin, Deswandi, & Ikhsan, N. (2018). Persepsi Siswa terhadap Keterampilan Guru dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sdn 16 Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang. *Jurnal MensSana*, 3(3), 45–62. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i1.65>