

# PENINGKATAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI METODE *PEER TEACHING* PADA SISWA KELAS VIII-2 DI SMPN 2 LUBUK ALUNG

Rahma Sari Siregar<sup>1</sup>, Indri Wulandari<sup>2</sup>, Khairuddin<sup>3</sup>, Frizki Amra<sup>4</sup>

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

[rahmassiregar05@gmail.com](mailto:rahmassiregar05@gmail.com)<sup>1</sup>, [Indriwulandari@fik.unp.ac.id](mailto:Indriwulandari@fik.unp.ac.id)<sup>2</sup>, [Khairuddins2@fik.unp.ac.id](mailto:Khairuddins2@fik.unp.ac.id)<sup>3</sup>,

[friskiamra@fik.unp.ac.id](mailto:friskiamra@fik.unp.ac.id)<sup>4</sup>

Doi : <https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0178>

**Kata Kunci** : Hasil Belajar, Penelitian Tindakan Kelas, *Peer teaching*, PJOK

**Abstrak** : Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) siswa kelas VIII-2 di SMPN 2 Lubuk Alung. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tersebut melalui penerapan metode *Peer teaching*. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan masing-masing siklus terdiri dari tiga pertemuan. Subjek penelitian berjumlah 32 siswa, terdiri dari 17 laki-laki dan 15 perempuan. Data dikumpulkan melalui observasi, tes, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk melihat perkembangan nilai rata-rata siswa. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada setiap siklusnya. Pada aspek kognitif di Siklus I, nilai rata-rata meningkat dari 64 (pertemuan 1) menjadi 74,6 (pertemuan 3). Setelah dilakukan refleksi dan perbaikan, nilai rata-rata pada Siklus II terus mengalami kenaikan, dimulai dari 77,5 pada pertemuan 1 hingga mencapai 85 pada pertemuan 3. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *Peer teaching* efektif dalam meningkatkan hasil belajar PJOK siswa kelas VIII-2 di SMPN 2 Lubuk Alung sesuai dengan target yang diharapkan.

**Keywords** : *Learning Outcomes, Classroom Action Research, Peer teaching, PJOK*

**Abstract** : *This research is motivated by the low learning outcomes of Physical Education, Sports, and Health (PJOK) students in grades VIII-2 at SMPN 2 Lubuk Alung. This research aims to improve these learning outcomes through the application of the Peer teaching method. The type of research used is Class Action Research (PTK) which is carried out in two cycles, with each cycle consisting of three meetings. The research subjects amounted to 32 students, consisting of 17 males and 15 females. Data was collected through observation, tests, and documentation, then analyzed descriptively to see the development of students' average scores. The results of the study showed a significant increase in each cycle. In the cognitive aspect in Cycle I, the average score increased from 64 (meeting 1) to 74.6 (meeting 3). After reflection and improvement, the average score in Cycle II continued to increase, starting from 77.5 at meeting 1 to reaching 85 at meeting 3. Based on these results, it can be concluded that the application of the Peer teaching method is effective in improving the learning outcomes of PJOK students in grades VIII-2 at SMPN 2 Lubuk Alung in accordance with the expected target.*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan pada hakikatnya merupakan sebuah instrumen strategis yang bertujuan untuk menggali dan mengoptimalkan potensi fundamental manusia. Upaya ini dilakukan demi mencetak sumber daya manusia yang berkualitas, kompetitif, serta memiliki daya adaptasi yang tinggi terhadap dinamika perubahan zaman yang kian akseleratif.

Oleh karena itu, sistem pendidikan diharapkan mampu dan senantiasa harus memiliki orientasi visioner yang mampu menjawab tantangan yang akan datanag di masa depan (Amra et al., 2023).

Dalam spektrum yang lebih luas, aktivitas olahraga kini telah mengalami pergeseran paradigma; ia tidak lagi sekadar dianggap sebagai kegiatan pengisi waktu luang, melainkan telah menjadi bagian integral dari identitas dan gaya hidup masyarakat modern (Asnaldi, 2019).

Sebagai sebuah proses yang terstruktur, olahraga berfungsi sebagai sarana untuk membina sekaligus mentransformasi potensi jasmani dan rohani individu secara seimbang (Asnaldi, 2016).

Mengingat peran strategisnya, internalisasi budaya olahraga perlu diupayakan sedini mungkin guna melahirkan generasi muda yang berprestasi dan mampu mengangkat martabat bangsa di kancah internasional (Wulandari et al., 2020).

Dalam struktur kurikulum di sekolah, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) hadir sebagai bagian tak terpisahkan dari konsep pendidikan holistik. PJOK didesain untuk mendorong terciptanya pola hidup aktif yang secara langsung berdampak pada peningkatan derajat kebugaran fisik siswa (Khairuddin et al., 2023).

Lebih dari sekadar aktivitas fisik, PJOK dipandang sebagai program pembelajaran

universal yang memberikan kontribusi nyata terhadap pertumbuhan anak secara multidimensi melalui serangkaian gerak yang terkonsep dan terukur (Haris, 2018).

Siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang prima cenderung memiliki kesiapan mental dan fisik yang lebih baik dalam menyerap materi pada mata pelajaran lainnya (Khairuddin, 2025).

Selain itu, lapangan olahraga di sekolah sejatinya adalah "laboratorium karakter" di mana nilai-nilai luhur seperti kedisiplinan, sportivitas, semangat kerja sama, dan rasa tanggung jawab diintegrasikan, yang mana hal ini selaras dengan cita-cita pendidikan nasional (Amra, 2026).

Esensi dari pembelajaran jasmani adalah memberikan ruang seluas-luasnya bagi peserta didik untuk terlibat aktif dalam pengalaman belajar yang sistematis guna mengasah kemampuan motorik mereka (Wulandari et al., 2023).

Dalam praktiknya, keberhasilan pembelajaran ini tidak hanya diukur dari pencapaian gerak akhir, melainkan lebih menekankan pada bagaimana proses belajar itu berlangsung (Putri et al., 2024).

Melalui pendekatan yang berorientasi pada proses, diharapkan terjadi pengembangan individu yang utuh, mencakup aspek organik, neuromuskular, intelektual, hingga kematangan emosional (Asnaldi, 2015; Khairuddin et al., 2024).

Sejalan dengan hal tersebut, Yandi et al. (2023) mengemukakan bahwa hasil belajar yang ideal adalah sebuah manifestasi dari perubahan perilaku, perluasan wawasan pengetahuan, serta pematapan keterampilan yang diperoleh siswa setelah melewati siklus pembelajaran yang efektif.

Namun, potret pendidikan jasmani di lapangan sering kali dihadapkan pada kendala yang cukup kompleks. Berdasarkan

hasil pengamatan di kelas VIII-2 SMPN 2 Lubuk Alung, ditemukan fenomena rendahnya antusiasme dan motivasi belajar siswa terhadap mata pelajaran PJOK.

Banyak siswa yang cenderung pasif, lebih sering menghabiskan waktu dengan mengobrol, bahkan menunjukkan rasa kantuk saat instruksi diberikan, yang mengindikasikan bahwa penguasaan materi belum tercapai secara maksimal.

Kondisi ini tercermin dari perolehan nilai rata-rata siswa yang masih berada di bawah ambang Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang ditetapkan, yaitu 78. Untuk memecahkan kebuntuan tersebut, diperlukan sebuah terobosan dalam metode pembelajaran yang mampu mengubah suasana kelas menjadi lebih dinamis.

Ridwan (2016) menekankan bahwa penggunaan metode tutor sebaya (*peer teaching*) dapat menjadi solusi efektif. Dengan memberdayakan siswa yang memiliki kompetensi lebih untuk membimbing rekan-rekannya, hambatan komunikasi antara guru dan murid dapat diminimalisir.

Metode ini diyakini mampu meningkatkan partisipasi aktif serta menciptakan iklim belajar yang lebih santai namun tetap edukatif bagi seluruh siswa di kelas.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Penelitian dilaksanakan di SMPN 2 Lubuk Alung, dengan subjek penelitian yaitu peserta didik kelas VIII-2 yang berjumlah 32 orang. Prosedur penelitian ini menggunakan model siklus yang terdiri atas empat tahapan pada

setiap siklusnya.

Seperti yang dijelaskan oleh Dr. Ahmad Nizar Rangkuti (2016), yaitu: (1) Perencanaan, (2) Tindakan, (3) Observasi, dan (4) Refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus untuk menguji efektivitas metode *peer teaching*.

Indikator keberhasilan penelitian ini ditetapkan berdasarkan tiga kriteria utama: (1) ketercapaian Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) oleh siswa, (2) peningkatan aktivitas dan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK, serta (3) perkembangan hasil belajar siswa pada ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi observasi proses pembelajaran, tes hasil belajar siswa (aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik), serta dokumentasi berupa foto dan video selama kegiatan berlangsung.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar observasi untuk mengukur keterampilan siswa dan alat tes yang disesuaikan dengan modul ajar. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis deskriptif untuk menghitung nilai rata-rata siswa pada setiap siklus.

Keberhasilan dalam penerapan metode *peer teaching* pada penelitian ini ditentukan melalui perbandingan nilai rata-rata hasil belajar siswa dan jumlah peserta didik yang mencapai KKM antara siklus I dan siklus II.

## HASIL

Berdasarkan penelitian di SMPN 2 Lubuk Alung terhadap siswa kelas VIII-2, penerapan metode *peer teaching* terbukti efektif meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Adapun rincian perolehan data serta signifikansi peningkatannya dipaparkan secara mendalam sebagai berikut:

**Tabel 1. Persentase Ketuntasan Nilai Siswa Aspek Kognitif**

Siklus	Persentase Jumlah Siswa		Nilai Rata-Rata
	Tuntas	Tidak Tuntas	
1	11	21	71,04
	34%	66%	
2	24	8	82,71
	75%	25%	
Kesimpulan			Meningkat

Sumber : data hasil penelitian

## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan SMPN 2 Lubuk Alung pada siswa kelas VIII-2 melalui metode *peer teaching* untuk meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan tiga pertemuan dalam satu siklusnya. Subjek penelitian yaitu seluruh siswa di kelas VIII-2 yang berjumlah 32 orang (17 orang laki-laki dan 15 orang Perempuan).

### A. Hasil Penelitian Siklus I

Berdasarkan hasil observasi yang diperoleh dari data hasil penilaian sikap (afektif) siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) selama siklus I bahwa setiap pertemuan nilai siswa meningkat setiap siklusnya.

#### 1. Tahap perencanaan

Sebelum melakukan tindakan, peneliti melaksanakan observasi awal di kelas VIII-2 SMPN 2 Lubuk Alung untuk memetakan kondisi nyata pembelajaran PJOK. Hal ini dilakukan sebagai acuan dalam penilaian kemampuan siswa.

Selain itu, peneliti melakukan pengecekan terhadap kelengkapan sarana dan prasarana

sekolah untuk menentukan modul pembelajaran yang relevan. Tahap ini ditutup dengan penyusunan instrumen penilaian, termasuk penyediaan lembar observasi untuk mengukur aspek pengetahuan siswa.

#### 2. Tahap pelaksanaan

##### a. Pertemuan I

Dilaksanakan pada Senin, 6 April 2026, dengan fokus materi fase start pada lari estafet.

##### 1) Kegiatan Awal:

Kegiatan awal dibuka dengan melakukan perkenalan, absensi, dan penjelasan materi start jongkok. Guru memperkenalkan metode *Peer teaching* (tutor sebaya) kepada siswa.

Pemanasan dilakukan melalui permainan kecil lari estafet memutar *cone* sekaligus untuk menyeleksi siswa manakah yang nantinya yang akan menjadi siswa yang berperan sebagai tutor sebaya.

##### 2) Kegiatan Inti:

Guru memberikan demonstrasi bersama tutor sebaya. Siswa kemudian dibagi ke dalam kelompok untuk berdiskusi dan berlatih di bawah bimbingan tutor sebaya selama 10 menit.

Hasil pengamatan menunjukkan adanya peningkatan pada beberapa siswa, meski masih ditemukan kendala teknis pada posisi tangan dan respon terhadap aba-aba "bersedia".

##### 3) Kegiatan Akhir:

Guru memberikan evaluasi komprehensif mengenai berbagai kekeliruan yang masih ditemukan selama proses pembelajaran, sekaligus memberikan arahan strategis agar siswa melakukan pendalaman materi secara mandiri di rumah.

Kegiatan instruksional diakhiri dengan sesi pendinginan fisik, pelaksanaan tes formatif singkat untuk mengukur penguasaan pengetahuan di kelas, serta ditutup secara

khidmat dengan doa bersama.



Gambar 1. Pelaksanaan Siklus I Pertemuan 1

Sumber : data hasil penelitian

b. Pertemuan II:

Dilaksanakan pada Kamis, 9 April 2026.

Fokus materi beralih pada fase lari dan teknik pergantian tongkat.

1) Kegiatan Awal:

Guru menjelaskan teknik start melayang yang digunakan oleh pelari ke-2, 3, dan 4. Dijelaskan pula pentingnya melakukan lari kecil sebelum menerima tongkat agar tim tidak didiskualifikasi.

Pemanasan dilakukan dengan cara melakukan permainan memindahkan *cone* dengan awalan start jongkok untuk memperkuat materi sebelumnya yang telah dibahas.

2) Kegiatan Inti:

Guru memaparkan teknik pemberian tongkat (*downsweep* dan *upsweep*) serta teknik penerimaan (*visual* dan *non-visual*). Tutor sebaya memimpin sesi diskusi dan latihan kelompok selama 10 menit.

Setelah itu, dilakukan simulasi lari estafet yang menggabungkan start jongkok dan start melayang untuk melihat perkembangan siswa setelah dibimbing oleh teman sejawat.

3) Kegiatan Akhir:

Guru memberikan apresiasi yang tulus demi membangkitkan semangat serta motivasi intrinsik siswa, kemudian dilanjutkan dengan mengevaluasi secara mendalam setiap kesalahan gerakan yang terjadi selama praktik. Selain itu, guru mengajukan berbagai pertanyaan strategis

di dalam kelas guna menguji sejauh mana pemahaman teori yang baru saja dipelajari telah dikuasai dengan baik.



Gambar 2. Pelaksanaan Siklus I Pertemuan 2

Sumber : data hasil penelitian

c. Pertemuan III

Dilaksanakan pada Senin, 13 April 2026.

Pertemuan ini bertujuan untuk mengintegrasikan seluruh fase (*start*, *lari*, dan *finish*).

1) Kegiatan Awal:

Guru mengulas materi sebelumnya dan menjelaskan teknik memasuki garis finish. Pemanasan dilakukan dengan permainan lari estafet yang telah dimodifikasi agar siswa terbiasa dengan alur pergantian posisi pelari.

2) Kegiatan Inti:

Guru dan tutor sebaya mendemonstrasikan rangkaian lari estafet utuh dari awal hingga akhir. Siswa kemudian melakukan praktik secara keseluruhan.

Guru kembali memberikan waktu 10 menit bagi tutor sebaya untuk memperbaiki kesalahan teknis teman-temannya. Meskipun sudah ada bimbingan, peneliti mencatat bahwa beberapa siswa masih melakukan kesalahan pada teknik pemberian tongkat dan terkadang lupa melakukan start melayang.

3) Kegiatan Akhir:

Peneliti memberikan evaluasi menyeluruh mengenai kesalahan yang masih sering muncul. Pertemuan III ini ditutup dengan melakukan pendinginan, doa syukur, dan pengerjaan soal evaluasi materi di kelas

sebagai bahan penilaian akhir untuk Siklus I.



Gambar 3. Pelaksanaan Siklus I Pertemuan 3

Sumber : data hasil penelitian

#### d. Observasi

Tahap observasi dilakukan untuk setiap pertemuan selama proses pembelajaran, yaitu dengan menggunakan tes hasil belajar PJOK dari setiap materi yang di paparkan pada saat pertemuan.

Berdasarkan hasil yang diperoleh melalui tes pada setiap pertemuannya, yang dilaksanakan setelah peneliti melakukan tindakan pada hari senin 6 April 2026, 9 April 2026, dan 13 April 2026.

Tes dilakukan untuk melihat apakah terjadi peningkatan pada hasil belajar siswa melalui metode *peer teaching* pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan rata-rata tes yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Data Hasil Pembelajaran Siswa Kognitif**

No	Pertemuan	Rata-rata
1	Pertemuan 1	64
2	Pertemuan 2	72
3	Pertemuan 3	74

Sumber : data hasil penelitian

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa hasil pembelajaran siswa setiap pertemuannya mengalami peningkatan, tetapi masih banyak siswa yang belum memperoleh nilai di atas KKM yang telah ditetapkan oleh sekolah.

Pada pertemuan 1 yang telah dilakukan, diperoleh rata-rata nilai siswa adalah 64, pada pertemuan 2 rata-rata nilai siswa meningkat

menjadi 72, dan pada pertemuan 3 meningkat menjadi 74.

#### e. Refleksi

Kegiatan refleksi dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dengan guru kelas pada setiap pertemuan berakhir, yang mencakup refleksi terhadap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan hasil belajar siswa.

Meskipun pada tahap perencanaan peneliti telah mempersiapkan modul ajar dan instrumen tes secara maksimal, pada tahap pelaksanaan masih terdapat beberapa kegiatan yang belum terlaksana akibat keterbatasan waktu.

Berdasarkan pengamatan di setiap pertemuan, ditemukan beberapa kendala dalam pemahaman siswa:

##### 1) Pertemuan 1:

Kesiapan tutor sebaya dalam mengajarkan teknik lari start belum sempurna karena siswa baru mengenal metode tersebut.

##### 2) Pertemuan 2:

Siswa belum memahami teknik start melayang serta cara memberi dan menerima tongkat estafet yang benar. Saat tes hasil belajar, siswa lebih fokus pada kecepatan daripada teknik yang semestinya.

##### 3) Pertemuan 3:

Tutor sebaya masih merasa kesulitan mengajar karena harus menjelaskan dari awal mengenai teknik start, fase lari, dan finish kepada rekan-rekannya yang belum paham.

Oleh karena itu, pada pelaksanaan siklus II diperlukan beberapa perbaikan proses pembelajaran. Guru diharapkan dapat lebih efektif mengelola waktu, terutama saat mempersiapkan lapangan untuk pemanasan.

Selain itu, guru harus memberikan arahan lebih mendalam agar tutor sebaya lebih siap menjadi contoh, serta memotivasi siswa untuk

lebih fokus pada ketepatan gerakan dibandingkan sekadar kecepatan. Dengan demikian, tindakan penelitian dilanjutkan ke siklus II.

## B. Hasil Penelitian Siklus II

### 1. Perencanaan

Hasil refleksi siklus pertama menunjukkan bahwa rata-rata hasil belajar siswa belum mencapai KKM karena adanya kekurangan dalam penerapan metode *peer teaching*. Oleh karena itu, peneliti melakukan persiapan yang lebih matang pada siklus II yang terdiri dari 3 pertemuan. Langkah perbaikan meliputi penyusunan RPP yang lebih komprehensif untuk setiap pertemuan serta persiapan sarana dan prasarana yang dilakukan lebih awal sebelum jam pelajaran dimulai guna efisiensi waktu.

### 2. Pelaksanaan

#### a. Pertemuan I

Dilaksanakan pada Kamis, 16 April 2026. Fokus materi pada pertemuan ini adalah teknik bounce pass dalam bola basket.

##### 1) Kegiatan Awal:

Guru memulai dengan salam, mengecek kehadiran, dan memotivasi siswa melalui sejarah serta kesuksesan atlet bola basket. Setelah berdoa, siswa diminta untuk melakukan pemanasan melalui permainan kecil berlari memutar *cone* secara berkelompok.

##### 2) Kegiatan Inti:

Guru menjelaskan teknik bounce pass dengan bantuan tutor sebaya sebagai model. Siswa kemudian berlatih berpasangan dan melakukan diskusi selama 10 menit bersama tutor sebaya untuk memperbaiki gerakan di bawah pantauan guru.

##### 3) Kegiatan Akhir:

Guru memberikan apresiasi dan evaluasi terhadap gerakan siswa. Kegiatan ditutup

dengan pendinginan dan pelaksanaan kuis di dalam kelas.



Gambar 4. Pelaksanaan Siklus II Pertemuan 1

Sumber : data hasil penelitian

#### b. Pertemuan II

Dilaksanakan pada Kamis, 20 April 2026. Fokus materi pada pertemuan ini beralih ke teknik chest pass dalam bola basket.

##### 1) Kegiatan Awal:

Kegiatan dilakukan langsung di lapangan diawali dengan doa dan absensi. Pemanasan dilakukan melalui permainan estafet bola menggunakan teknik chest pass antar *cone*.

##### 2) Kegiatan Inti:

Guru dan tutor sebaya mendemonstrasikan gerakan chest pass. Siswa berlatih berpasangan secara bergantian karena keterbatasan jumlah bola basket (3 buah), diikuti sesi diskusi 10 menit bersama tutor sebaya untuk perbaikan teknik.

##### 3) Kegiatan Akhir:

Guru mengevaluasi siswa yang gerakannya masih kurang sempurna dan menyarankan untuk berlatih di rumah. Pertemuan ini diakhiri dengan pendinginan dan pengerjaan kuis hasil belajar di kelas.



Gambar 5. Pelaksanaan Siklus II Pertemuan 2

Sumber : data hasil penelitian

#### c. Pertemuan III

Dilaksanakan pada Senin, 23 April 2026. Fokus pertemuan ini adalah modifikasi permainan yang menggabungkan teknik bounce pass dan chest pass.

1) Kegiatan Awal:

Setelah salam dan absensi, guru memberikan pemanasan berupa permainan operan bola dinamis antar cone yang melibatkan seluruh pasangan siswa secara bergantian.

2) Kegiatan Inti:

Seluruh siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi saat terlibat aktif dalam simulasi permainan bola basket yang telah dimodifikasi. Penyesuaian aturan ini sengaja dirancang untuk memacu ritme permainan, sehingga intensitas latihan meningkat secara signifikan dan memaksa setiap individu untuk terus bergerak secara dinamis

Dalam skema ini, setiap pemain diwajibkan menerapkan teknik bounce pass atau chest pass secara konsisten, dengan batasan pergerakan maksimal tiga langkah sebelum harus melepaskan operan kepada rekan setim.

Fokus utama permainan bukan sekadar memasukkan bola, melainkan integrasi kerja sama tim yang solid. Sementara itu, guru bertindak sebagai pengawas teknis yang memastikan bahwa setiap poin hanya dinyatakan sah apabila prosesnya menggunakan teknik operan yang presisi dan benar

3) Kegiatan Akhir:

Pada tahap akhir, guru melakukan evaluasi mendalam terhadap performa permainan dan efektivitas kerja sama tim, dibarengi dengan pemberian apresiasi atas dedikasi serta antusiasme yang ditunjukkan oleh para siswa.

Seluruh rangkaian kegiatan pada Siklus II ini secara resmi diakhiri dengan sesi

pendinginan untuk stabilisasi fisik, diikuti dengan pelaksanaan kuis komprehensif guna mengukur pencapaian hasil belajar siswa secara holistik



Gambar 6. Pelaksanaan Siklus III Pertemuan 3

Sumber : data hasil penelitian

d. Observasi

Observasi dilakukan untuk setiap pertemuan, yaitu menggunakan tes hasil belajar PJOK dari setiap materi yang diajarkan pada saat pertemuan. Untuk lebih jelasnya hasil pengamatan observasi tes belajar siswa sebagai berikut :

**Tabel 3. Data Hasil Pembelajaran Siswa Kognitif**

No	Pertemuan	Rata-rata
1	Pertemuan 1	77,5
2	Pertemuan 2	80
3	Pertemuan 3	85

Sumber : data hasil penelitian

Berdasarkan tabel di atas, pada setiap pertemuan menunjukkan peningkatan dari nilai siswa, pada pertemuan 1 rata-rata nilai siswa 77,5, kemudian pada pertemuan ke 2 meningkat menjadi 80, dan pada pertemuan ke 3 meningkat kembali menjadi 85.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil pembelajaran siswa pada setiap pertemuan dalam pelaksanaan pembelajaran di siklus II sudah mencapai KKM yang ditentukan.

e. Refleksi

Hasil observasi yang dilakukan peneliti memberikan gambaran mengenai keberhasilan pelaksanaan tindakan pada siklus II. Berdasarkan uraian observasi, pada pertemuan 1, siswa mulai termotivasi untuk

melakukan gerakan bounce pass dengan benar berkat penyampaian guru mengenai motivasi dari sosok atlet.

Motivasi ini berdampak positif pada pertemuan 2, di mana siswa mulai menunjukkan gerakan yang sesuai dengan materi yang telah disampaikan oleh guru. Puncaknya pada pertemuan 3, siswa menjadi lebih semangat dalam melakukan modifikasi permainan yang dirancang guru karena mulai tertarik dalam permainan bola basket.

Peningkatan juga terlihat secara signifikan pada hasil penilaian tes di setiap pertemuan siklus II:

1) Pemahaman Materi:

Siswa menjadi lebih mudah dalam menjawab kuis yang diberikan oleh guru.

2) Pencapaian Nilai:

Hasil belajar siswa secara keseluruhan telah menunjukkan peningkatan dan berhasil mendapatkan nilai di atas KKM.

Berdasarkan fakta bahwa tindakan yang dilaksanakan pada siklus II telah menunjukkan peningkatan yang nyata dibandingkan siklus sebelumnya, maka penelitian ini dinyatakan berhasil dan dihentikan pada Siklus II.

## KESIMPULAN

Penerapan metode *Peer teaching* pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di kelas VIII-2 SMPN 2 Lubuk Alung terbukti efektif meningkatkan hasil belajar siswa. Berdasarkan rangkaian tindakan dari Siklus I hingga Siklus II, terjadi tren peningkatan nilai rata-rata yang konsisten di setiap pertemuannya.

Pada Siklus I, hasil belajar diawali dengan rata-rata sebesar 64 pada pertemuan pertama, kemudian meningkat menjadi 72 pada pertemuan kedua, dan mencapai 74,6 pada pertemuan ketiga.

Meskipun hasil belajar terus mengalami

kenaikan, pencapaian pada seluruh pertemuan di Siklus I ini belum mampu memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan oleh peneliti.

Peningkatan hasil belajar terus berlanjut secara signifikan pada Siklus II. Pada pertemuan pertama Siklus II, nilai rata-rata naik menjadi 77,5 namun nilai tersebut masih di bawah target.

Perubahan besar terjadi pada pertemuan kedua dengan raih rata-rata 80, di mana siswa akhirnya berhasil mencapai indikator yang diharapkan. Keberhasilan ini dikukuhkan pada pertemuan ketiga dengan peningkatan nilai mencapai angka 85.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa metode *Peer teaching* berhasil menjadi solusi pembelajaran yang efektif, di mana interaksi antar teman sebaya mampu mendorong pemahaman materi PJOK secara lebih optimal hingga mencapai target indikator peneliti.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amra, F., Irsyad, M., Wulandari, I., & Utama, O. (2026). Tinjauan kemampuan teknik dasar bola basket ekstrakurikuler SMAN 8 Kota Padang. *Jurnal JPDO*, 9(2), 614–623.
- Amra, F., Maidarisa, E., Jonni, J., & Sepriadi, S. (2023). Hubungan tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa. *Jurnal JPDO*, 6(2), 120–125.
- Amra, F., Putra, M., Edwarsyah, E., & Umar, A. (2023). Tinjauan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Pancung Soal Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal JPDO*, 6(9), 40–47.
- Arikunto, S. (2016). *Penelitian tindakan kelas* (Edisi Revisi). PT Bumi Aksara.
- Asnaldi, A. (2015). *Profesionalisme guru pendidikan jasmani di sekolah dasar*.

- Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Jasmani, 23(28).
- Asnaldi, A. (2016). Hubungan pendekatan latihan massed practice dan distributed practice terhadap ketepatan pukulan lob pemain bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 1(2), 20.
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi motor ability dan konsentrasi terhadap kemampuan penguasaan kata heian yodan karateka lemkaeri dojo angkasa lanud padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17–30.
- Febianti, Y. N. (2020). *Peer teaching* (tutor sebaya) sebagai metode pembelajaran untuk melatih siswa mengajar. *Edunomic Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 2(2).
- Haris, I. N. (2018). Model pembelajaran *peer teaching* dalam pembelajaran. [Nama Penerbit/Instansi jika ada].
- Indri, W., Dessi, N. S., & Sefri, H. (2020). Contributions of arm muscle strength against forehand drive skills for table tennis athletes. In 1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019) (pp. 120–123). Atlantis Press.
- Khairuddin, K., Hidayatullah, G., Arnando, M., & Wulandari, I. (2025). Tingkat motivasi belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Lembah Gumanti Kabupaten Solok. *Jurnal JPDO*, 8(9), 927–936.
- Khairuddin, K., Masrun, M., Bakhtiar, S., & Syahrudin, S. (2023). An analysis of the learning implementation of physical education in junior high schools. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 42(1), 241–253.
- Khairuddin, K., Putri, D. A., Rasyid, W., & Amra, F. (2024). Meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui metode Teaching Games For Understanding (TGUFU) pada peserta didik kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 28 Pekanbaru tahun 2023. *Jurnal JPDO*, 7(11), 2574–2582.
- Putri, D. A., Khairuddin, K., Rasyid, W., & Amra, F. (2024). Meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui metode Teaching Games For Understanding (TGUFU) pada peserta didik kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 28 Pekanbaru tahun 2023. *Jurnal JPDO*, 7(11), 2574–2582.
- Rangkuti, A. N. (2016). Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, PTK, penelitian pengembangan. Citapustaka Media.
- Ridwan. (2016). Penilaian autentik. PT Bumi Aksara.
- Sudjana, N. (2018). Penilaian hasil proses belajar mengajar. PT Remaja Rosdakarya.
- Wulandari, I., Elza, F. L., Firdaus, K., & Darni, D. (2023). Hubungan tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar pendidikan jasmani kelas VIII siswa SMP Negeri 25 Padang. *Jurnal JPDO*, 6(3), 156–162.
- Wulandari, I., Orison, O., Ihsan, N., & Firdaus, K. (2023). Hubungan motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan SMPN 12 Padang. *Jurnal JPDO*, 6(2), 89–95.
- Yandi, A., Nathania Kani Putri, A., & Syaza Kani Putri, Y. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar peserta didik (Literature Review). *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara*, 1(1), 13–24.