



Peningkatan Hasil Belajar *Shooting* Sepak Bola Melalui Pendekatan TaRL Siswa SMK 7 Semarang

MH. Shofy Aulal Muna¹, Husnul Hadi²

¹Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

Email: mh.shofy25@gmail.com

²Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

Email: husnulhadi@gmail.com

Received, 11 December 2024; Accepted, 24 December 2024; Published, 26 December 2024

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat ketercapaian belajar siswa kelas X teknik otomotif di SMKN 7 Semarang pada materi shooting sepak bola. Tujuan dari penelitian ini adalah peneliti ingin membantu siswa untuk meningkatkan hasil belajar shooting dalam sepak bola menggunakan pendekatan TaRL. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan selama 1 bulan. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 33 siswa dari 99 siswa yang terbagi dalam 3 kelas. Hasil penelitian menyatakan sebelum diberikan treatment hanya hanya 36,36% atau hanya 12 siswa yang dinyatakan tuntas, sedangkan untuk hasil setelah diberikan treatment terdapat peningkatan yang cukup signifikan setelah diberi perlakuan menggunakan pendekatan TaRL sebesar 84,85% siswa atau sebanyak 28 siswa dikatakan tuntas. Maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan pendekatan belajar TaRL (Teaching at the Right) dapat membantu siswa kelas X teknik otomotif di SMK 7 Semarang meningkatkan hasil belajar shooting sepak bola.

Kata kunci: Teaching at the Right, Sepak Bola, Shooting



Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan dasar penting yang diberikan kepada anak untuk membentuk karakter dan kecerdasan pikiran serta menjadi hal yang penting (Sukmawati dkk., 2024; Amir dkk 2024; Sujarwo et al., 2023), tak terkecuali seperti Pendidikan jasmani di sekolah. Pendidikan Jasmani merupakan salah satu bentuk sumber pembelajaran dengan mengimplementasikan dari berbagai aspek-aspek penilaian seperti penilaian kognitif, afektif, maupun psikomotor, dimana dalam

pembelajaran tersebut lebih menekankan pada gerak aktivitas baik ringan maupun berat (Munir et al., 2022). Pendidikan jasmani berperan sebagai sarana pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani, kesehatan, mental, sosial, serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Aditya et al., 2020). Aktivitas jasmani ini lah yang digunakan didalam lingkup Pendidikan untuk membentuk karakter siswa sehingga dapat mempengaruhi potensi diri yang dimiliki. Menurut (Syahrul Hendrawan, 2021) Pendidikan jasmani merupakan salah satu dasar dalam membangun pendidikan yang lebih baik dalam suatu negara. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai wadah penyempurnaan kepribadian dan sarana pengembangan sikap, kepribadian, dan perilaku meletakkan landasan nilai moral yang kuat melalui nilai-nilai yang dikandungnya seperti sportivitas, kejujuran, kedisiplinan, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis (Pradika & Putra, 2023). Oleh karena itu Pendidikan jasmani sangat penting diikuti dan dilaksanakan oleh seluruh siswa tanpa terkecuali, hal ini di maksudkan agar siswa dapat mengembangkan potensi diri yang dimiliki. Pada pelaksanaannya pendidikan jasmani akan mengharuskan siswa untuk banyak bergerak, bermain, berlatih, dan melaksanakan kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan aktivitas fisik di sekolah. Menurut (Aji & Tuasikal, 2020) Dalam pelaksanaannya, pendidikan jasmani perlu didukung beberapa hal sebagai berikut: (1) pemetaan pelaksanaan olahraga pendidikan nasional; (2) pemenuhan tenaga keolahragaan di sekolah; (3) pengembangan ilmu terapan dan ilmu pengetahuan dasar keolahragaan secara seimbang dan terintegrasi; (4) pelembagaan olahraga pendidikan yang dinamis dan efektif; (5) pengkajian olahraga pendidikan secara berkelanjutan; dan (6) komunikasi, informasi, serta edukasi terprogram sebagai sarana pengembangan olahraga pendidikan. Dalam lingkup Pendidikan jasmani di sekolah permainan sepak bola bisa dikatakan menjadi permainan yang paling banyak di minati oleh siswa.

Permainan sepak bola termasuk dalam permainan bola besar dalam kurikulum pembelajaran penjas di sekolah. Permainan ini dimainkan oleh siswa dengan cara berkelompok. Menurut (Naldia, Siswanto, 2024) Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh kedua regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 orang dengan memainkan bola menggunakan kaki. Didalam permainan sepak bola terdapat beberapa komponen teknik dasar yang perlu dipahami oleh siswa agar dapat bermain sepak bola dengan baik. Menurut (Pardi Gunawan, Fera Wati, 2024) Teknik-teknik dasar permainan sepak bola di antaranya adalah menyundul (*heading*), menahan (*stopping*), menembak (*shooting*), menggiring (*dribbling*), mengontrol (*controlling*), merebut (*teckling*), teknik menjaga gawang (*goal keeping*), lemparan ke dalam (*throw in*) dan mengoper (*passing*). Menurut (Nugroho & Aditya, 2018) Menendang merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang paling sering digunakan untuk mengumpan kepada teman maupun menembak ke gawang lawan. teknik menendang atau *shooting* merupakan salah satu teknik dasar dalam sepak bola yang digunakan untuk mencetak angka atau memberikan umpan dengan jarak jauh kepada teman. Teknik ini menekankan kekuatan pada

otot kaki dan perut, serta tumpuan atau posisi kaki terhadap bola juga sangat berpengaruh pada keberhasilan teknik *shooting* ini.

Metode pembelajaran dengan pendekatan TaRL (*Teaching at the Right Level*) merupakan pendekatan pembelajaran yang berfokus pada kemampuan dan capaian peserta didik, bukan pada tingkatan kelas. Secara garis besar pendekatan TaRL dinilai mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Menurut (Qur et al., 2024) Tujuan dari pendekatan TaRL ini yaitu agar siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran, sehingga dapat dikatakan bahwa tujuannya sebagai peningkatan hasil belajar siswa. Pendekatan TaRL juga menegaskan pentingnya inklusi dan keadilan dalam pendidikan. Dengan mengakomodasi keberagaman tingkat kemampuan murid, pendekatan ini membuka pintu bagi semua murid, tanpa terkecuali, untuk mencapai pencapaian akademik yang signifikan (Putri & Siswanto, 2024). Oleh karena itu pendekatan dengan metode TaRL tidak hanya merupakan cara dalam pembelajaran, namun juga sebagai alat untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang inklusif serta mendorong pertumbuhan individu.

Pada hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada saat pelaksanaan PPL I di SMK 7 Semarang, peneliti mendapati fakta bahwa banyak siswa yang tidak dapat melakukan teknik *shooting* pada permainan sepak bola. Tingkat pemahaman yang kurang dan teknik dasar yang tidak tepat menjadi faktor siswa kelas X TO (Teknik Otomotif) di SMK 7 Semarang tidak dapat melakukan *shooting* sepak bola dengan baik. Hal ini yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan TaRL kepada siswa kelas X TO (Teknik Otomotif) di SMK 7 Semarang.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian Tindakan (*action reserch*). Karena dilakukan saat pembelajaran didalam kelas. Penelitian ini juga masuk dalam kategori deskriptif, karena menjelaskan kondisi kelas dan tujuan yang ingin dicapai peneliti. Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian Tindakan kelas (PTK) menurut Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru kelas atau guru bidang studi di sekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktek pembelajaran (Wardana, 2015).

Fokus Penelitian

Focus penelitian ini untuk membantu siswa kelas X TO (Teknik Otomotif) di SMK 7 Semarang meningkatkan hasil belajar sepak bola pada materi *shooting*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pendekatan TaRL dapat membantu siswa meningkatkan hasil belajar sepak bola pada materi *shooting*.

Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas X TO (Teknik Otomotif) dengan jumlah 99 siswa yang dibagi dalam 3 kelas masing-masing 33 siswa dalam satu kelas. Sampel pada penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan

jumlah 33 siswa atau dengan kata lain hanya menggunakan 1 kelas dari jumlah keseluruhan 3 kelas.

Teknik Instrument & Pengumpulan Data

Instrument Penelitian

merupakan sebuah alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk membantu dalam kegiatannya atau dalam penelitiannya sehingga kegiatan atau penelitian tersebut menjadi sistematis. instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Tes Kognitif dengan menjawab 25 soal materi sepak bola khususnya pada teknik shooting
- b. Tes menembak Bola dengan menggunakan target (*Shooting*)

Tes ini bertujuan untuk mengukur kemambuan menembak bola dengan tekni serta posisi kaki kepada bola.

Alat yang digunakan:

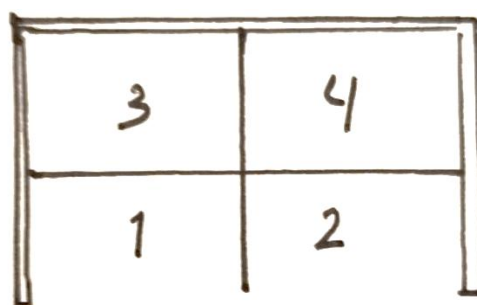
- 1) Bola
- 2) Gawang
- 3) Peluit
- 4) Cone

Pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 10 meter di depan gawang.
- 2) Setelah mendapat aba-aba peluit testi melakukan tendangan ke arah gawang.
- 3) Pemain di beri 5 kali kesempatan.

Skor:

Bila bola hasil tendangan mengenai mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Gambar 1. Gawang pemisah dengan skor

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan rumusan masalah bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pendekatan pembelajaran TaRL (*Teaching at the Right*) terhadap hasil belajar shooting sepak bola siswa kelas X Teknik Otomotif SMK 7 Semarang. Penerapan yang digunakan dalam kelas eksperimen adalah

memebrikan perlakuan dari awal pembelajaran hingga akhir. Data dalam penelitian ini meliputi Pretest dan Posttest kelas Eksperimen aspek kognitif dan Psikomotor, Hasil penelitian disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Penelitian Shooting Sepak Bola

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test	33	65	90	74.00	7.159
Post-Test	33	70	95	80.58	6.230
Valid N (listwise)	33				

Berdasarkan hasil deskriptif tabel diatas menyatakan bahwa pretest pada penelitian ini mendapatkan nilai minimum: 65, maximum; 90, mean; 74.00 dan Std.Dev; 7.159 sedangkan untuk hasil posttest mendapatkan nilai minimum; 70, maximum; 95, nilai mean; 80.58 dan Std.Dev; 6.230.

Hasil penelitian ini diuji menggunakan uji sampel T-Test untuk mengetahui pengaruh dari penggunaan model pendekatan TaRL, hasil dari penelitian ini disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Sampel T-Test

Kategori	Rata- rata	<i>t-test for Equality of means</i>		
		T Hitung	T Tabel	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest</i>	74.00	7,014	0,631	0,000
<i>Posttest</i>	80.58			

Hasil penelitian pada tabel diatas menggunakan uji sampel T-Tes dengan dasar pengambilan keputusan apabila nilai Sig < 0,05 maka data dinyatakan terdapat pengaruh, sedangkan apabila nilai Sig. > 0,05 maka data dinyatakan tidak memiliki pengaruh.

Tabel 3. Hasil Belajar Pretest dan Posttest

No.	Kategori	Pretest		Posttest	
		N	%	N	%
1	Tuntas	12	36,36	28	84,85
2	Tidak Tuntas	21	63,64	5	15,15
	Jumlah	33	100	33	100

Pada hasil penelitian yang dilakukan mengenai peningkatan hasil belajar shooting sepak bola melalui pendekatan TaRL kepada siswa kelas X teknik otomotif (TO) di SMKN 7 Semarang menyatakan bahwa hasil penelitian data pretest Tingkat ketuntasan siswa hanya 36,36% atau hanya 12 siswa yang dinyatakan tuntas, sedangkan untuk hasil posttest terdapat peningkatan yang cukup signifikan setelah diberi perlakuan menggunakan pendekatan TaRL sebesar 84,85% siswa atau sebanyak 28 siswa dikatakan tuntas. Sehingga dengan hasil ini

dapat dikatakan penerapan pendekatan pembelajaran TaRL berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar shooting sepak bola pada siswa kelas X teknik otomotif (TO) di SMKN 7 Semarang. Hasil ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan (Syah et al., 2024) dengan judul optimalisasi hasil belajar gerak dasar shooting sepak bola melalui pendekatan TaRL yang menyatakan bahwa sebelum mendapat intervensi TaRL adalah 40,62%. Setelah penerapan intervensi TaRL, proporsi akhir siswa yang berhasil melakukan gerakan meningkat menjadi 81,25%. Penggunaan strategi TaRL dalam pengajaran pendidikan jasmani terbukti meningkatkan hasil belajar menembak sepak bola.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan pada penelitian ini adalah penggunaan pendekatan belajar TaRL (Teaching at the Right) dapat membantu siswa kelas X teknik otomotif di SMK 7 Semarang meningkatkan hasil belajar shooting sepak bola dengan hasil sebelum diberikan treatment hanya 36,36% atau hanya 12 siswa yang dinyatakan tuntas, sedangkan untuk hasil setelah diberikan treatment terdapat peningkatan yang cukup signifikan setelah diberi perlakuan menggunakan pendekatan TaRL sebesar 84,85% siswa atau sebanyak 28 siswa dikatakan tuntas

REFERENSI

- Aditya, R., Azandi, F., & Aprial, B. (2020). Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Hasil Belajar Mengiring Pada Permainan Sepak Bola Effect of Play Approach Against Learning Outcomes in Soccer Games. *JPJ (Jurnal Pendidikan Jasmani)*, 1(1), 1–7.
- Aji, F. W., & Tuasikal, A. R. S. (2020). Pembelajaran Dasar Dribbling Sepakbola dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament pada Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 8(3), 17–28.
- Arfenti Amir, Akhiruddin, Gusti Rani, & Hasanudin Kasim. (2024). Peran Guru Dalam Membangun Karakter Siswa Kelas X IPS 1 di SMA Nasional Makassar. *EDULEC : Education, Language, and Culture Journal*, 4(1), 64–78. <https://doi.org/10.56314/edulec.v4i1.215>
- Munir, A., Qurtubi, A. Z. Al, & Wahyudi, A. N. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Passing Sepak Bola Pada Siswa Sekolah Dasar dengan Metode Sport For Develpoment. *Jendela Olahraga*, 7(2), 119–129.
- Naldia, S. (2024). Naldia Defa Saputra 1, Siswanto 2, Setio Nugroho 3. 10(1), 625–629.
- Nugroho, A., & Aditya, R. (2018). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Bermain Sepakbola Melalui Pendekatan Taktis Pada Peserta Didik Kelas X SMK Nusantara Education Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna*, 6, 21–28.
- Pardi Gunawan, Fera Wati, A. I. (2024). *Education , Language , and Culture (EDULEC)*. August, 152–164.

- Pradika, J., & Putra, A. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Dasar Sepak Bola dengan Penerapan Model Problem Based Learning Berbasis Information and Communication Technology. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(2), 190–197.
- Putri, H. A., & Siswanto, D. H. (2024). Teaching at The Right Level (TaRL) as an Implementation of New Education Concepts in the Insights of Ki Hajar Dewantara. *Indonesian Journal of Educational Science and Technology*, 3(2), 89–100.
- Qur, N., Sukawati, I., & Wh, N. (2024). Implementasi Pendekatan TaRL untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Materi Usaha dan Energi Kelas 8H SMPN 34 Semarang. *Seminar Nasional Pendidikan Dan Penelitian Tindakan Kelas*, 1273–1283.
- Sujarwo, S., Asdar, A., Sabillah, B. M., Sukmawati, S., Akhiruddin, A., & Syata, W. M. (2023). Innovation In English Language Learning Model Based Digital Literacy To Construct Young Learners' Character. *Ethical Lingua: Journal of Language Teaching and Literature*, 10(2).
- Sukmawati, Vivit Romayanti, Andi Tenri Abeng, Muliaty Ibrahim, Hasanuddin, & Andi Rasmiyati. (2024). Student's Perceptions of Youglish as Instructional Technology and Media for Learning English Pronunciation. *IJOLEH : International Journal of Education and Humanities*, 3(1), 86–95. <https://doi.org/10.56314/ijoleh.v3i1.225>
- Syah, D. F., Suryaningsih, L., & Ridwan, M. (2024). OPTIMALISASI HASIL BELAJAR GERAK DASAR SHOOTING SEPAK BOLA MELALUI PENDEKATAN TARL. 2, 1–7.
- Syahrul Hendrawan, M. (2021). *Peranan Modifikasi Sepak Bola Dalam Pencapaian Hasil Belajar Dribbling*. 09.
- Wardana, D. N. K. (2015). Peningkatan hasil belajar passing pada permainan sepakbola melalui metode pembelajaran langsung siswa kelas V SDN Tulangan II Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan ...*, 2, 147–153.