

## **Peningkatan Hasil Belajar Passing Permainan Sepak Bola Melalui Pendekatan TaRL Dalam Pembelajaran PJOK**

**Tias Dwi Kurniawati<sup>1</sup>, Intan Indiaty<sup>2</sup>, Dani Slamet Pratama<sup>3</sup>, Sutarno<sup>4</sup>**

Universitas PGRI Semarang<sup>123</sup>  
SMK Negeri 3 Semarang<sup>4</sup>

[<sup>1</sup>tyasdwik16@gmail.com](mailto:tyasdwik16@gmail.com)

[<sup>2</sup>danislametpratama@upgris.ac.id](mailto:danislametpratama@upgris.ac.id)

[<sup>3</sup>intanindiati@gmail.com](mailto:intanindiati@gmail.com)

[<sup>4</sup>sutarnotaman@gmail.com](mailto:sutarnotaman@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya hasil belajar peserta didik pada keterampilan passing dalam permainan sepak bola. Salah satu faktor penyebabnya adalah pendekatan pembelajaran yang belum sepenuhnya mempertimbangkan perbedaan tingkat kemampuan kognitif dan keterampilan awal peserta didik. Untuk mengatasi hal tersebut, penelitian ini bertujuan meningkatkan hasil belajar passing melalui penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL), yaitu pendekatan yang mengelompokkan siswa berdasarkan tingkat kemampuan mereka guna memberikan pembelajaran yang lebih terarah, terfokus, dan sesuai kebutuhan. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus di kelas X TE 2 SMK Negeri 3 Semarang dengan jumlah peserta didik sebanyak 32 siswa. Evaluasi dilakukan pada aspek kognitif dan psikomotor. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada kedua aspek. Pada aspek kognitif, ketuntasan belajar meningkat dari 43,75% pada siklus I menjadi 90,62% pada siklus II. Sementara pada aspek psikomotor, ketuntasan meningkat dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II. Dengan demikian, penerapan pendekatan TaRL terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar passing sepak bola, karena mampu menyesuaikan metode pembelajaran dengan kebutuhan dan kemampuan siswa.

**Kata kunci:** hasil belajar, TaRL, passing sepak bola

### **ABSTRACT**

*This study was motivated by the low learning outcomes of students in passing skills in soccer games. One of the contributing factors is the instructional approach, which has not fully accommodated students' varying levels of cognitive ability and initial motor skills. To address this issue, this study aimed to improve passing skills by implementing the Teaching at the Right Level (TaRL) approach, which involves grouping students based on their actual ability levels to provide more targeted and effective instruction. This classroom action research (CAR) was conducted in two cycles involving 32 students of Class X TE 2 at SMK Negeri 3 Semarang. The evaluation focused on two aspects: cognitive and psychomotor. The cognitive aspect was assessed through written tests, while the psychomotor aspect was evaluated using skill performance rubrics. The results showed a significant improvement in both areas. Cognitive mastery increased from 43.75% in Cycle I to 90.62% in Cycle II, while psychomotor mastery rose from 28.12% to 87.5%. These findings indicate that the TaRL approach is effective in enhancing students' passing performance in soccer by tailoring instruction to their individual learning needs and levels..*

**Keywords:** learning outcomes, TaRL, passing games

## 1. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia yang tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memengaruhi aspek mental, sosial, dan emosional. Melalui kegiatan olahraga, individu dapat mengembangkan kemampuan fisik, menumbuhkan disiplin diri, memperkuat kerja sama tim, serta menanamkan nilai-nilai sportifitas. Menurut Kusnandar (2015), olahraga bukan hanya sebagai sarana rekreasi dan kesehatan, tetapi juga sebagai media pembentukan karakter yang efektif, khususnya bagi generasi muda. Salah satu cabang olahraga yang paling populer di Indonesia adalah sepak bola, yang tidak hanya dimainkan oleh kalangan profesional, tetapi juga digemari oleh masyarakat umum, termasuk siswa sekolah (Festiawan, 2020).

Dalam konteks pendidikan, mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam membentuk karakter dan kesehatan peserta didik. Melalui aktivitas fisik yang terstruktur, PJOK berkontribusi pada peningkatan kebugaran jasmani sekaligus menanamkan nilai-nilai sosial seperti sportivitas, kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab. Pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), PJOK turut berperan dalam pengembangan keterampilan gerak dasar, kemampuan motorik, dan penanaman nilai-nilai sosial. Salah satu materi yang diajarkan dalam PJOK adalah permainan sepak bola, yang di dalamnya terdapat berbagai teknik dasar seperti passing, dribbling, shooting, dan kontrol bola (Gazali, 2016).

Menurut (Rosmi, 2016) Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam mengembangkan aspek fisik, mental, sosial, emosional peserta didik dan membiasakan pola hidup sehat, yang pada akhirnya merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Di antara teknik-teknik tersebut, passing merupakan keterampilan fundamental dalam permainan sepak bola karena berfungsi untuk menjaga alur permainan, membangun kerja sama tim, serta menciptakan peluang mencetak gol. Teknik passing memiliki peran penting dalam menyusun serangan, mempertahankan bola, serta meningkatkan koordinasi antar pemain (Alfi Hidayat, 2019) (Periansyah et al., 2022). Passing yang akurat membutuhkan kombinasi antara keterampilan teknis, koordinasi tubuh, ketepatan waktu (timing), dan pemahaman taktis (Nizar et al., 2024). Fungsinya mencakup penyusunan serangan, penciptaan gol, menghidupkan permainan, membersihkan area berbahaya, dan mempertahankan diri dari serangan lawan (Yudi, 2019). Oleh karena itu, keberhasilan penguasaan teknik ini sangat ditentukan oleh metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru.

Namun pada kenyataannya, berdasarkan pengamatan awal di kelas **X TE 2 SMK**, ditemukan bahwa penguasaan teknik passing siswa masih tergolong rendah. Banyak siswa belum mampu melakukan passing dengan akurat, dan beberapa tidak memahami teknik dasar maupun tujuan dari gerakan tersebut. Hal ini menunjukkan adanya **masalah dalam proses pembelajaran**, terutama dalam pendekatan yang digunakan oleh guru, yang cenderung menyamaratakan perlakuan tanpa mempertimbangkan kemampuan awal siswa. Kurangnya diferensiasi pembelajaran ini dapat menyebabkan ketertinggalan bagi siswa dengan kemampuan dasar yang lebih rendah.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dibutuhkan pendekatan pembelajaran yang lebih responsif dan adaptif terhadap kebutuhan peserta didik. Salah satu pendekatan yang relevan dan telah terbukti efektif dalam menjembatani kesenjangan belajar adalah Teaching at the Right Level (TaRL). Teaching at The Right Level (TaRL) merupakan salah satu pendekatan dengan memetakan peserta didik sesuai dengan tingkatan kemampuannya dalam proses pembelajaran yang terdiri tingkatan rendah, sedang, dan tinggi (Ridzky Aryandi & Usman, 2024). Pendekatan ini berfokus pada pemetaan tingkat kemampuan siswa dan mengelompokkan mereka ke dalam level pembelajaran sesuai dengan kompetensinya—rendah, sedang, atau tinggi (Ridzky Aryandi & Usman, 2024). Dalam penerapan pendekatan TaRL, asesmen awal sebagai asesmen diagnostik terlebih dahulu harus dilaksanakan oleh guru untuk mengetahui kebutuhan, latar belakang, karakteristik, dan gaya belajar peserta didik sehingga guru mengetahui kemampuan awal dan perkembangan awal peserta didik sebagai dasar untuk merancang pembelajaran yang berpihak pada peserta didik (Ningrum et al., 2023).

Dengan demikian, setiap kelompok akan mendapatkan materi dan latihan yang sesuai dengan tingkat penguasaannya, sehingga pembelajaran menjadi lebih terarah dan efektif (Adi, Oka, & Surata, 2024).

Implementasi pendekatan TaRL dalam pembelajaran teknik passing diawali dengan pelaksanaan asesmen diagnostik untuk mengetahui kemampuan awal siswa, karakteristik, serta gaya belajarnya (Ningrum et al., 2023). Hasil asesmen ini menjadi dasar guru dalam menyusun strategi pembelajaran yang berpihak pada peserta didik. Menurut Pratham (2020), TaRL tidak hanya meningkatkan hasil belajar dari segi kognitif, tetapi juga mampu mendorong motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana efektivitas pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) dalam meningkatkan hasil belajar teknik passing permainan sepak bola pada siswa kelas X TE 2 SMK?”

Untuk menjawab rumusan masalah tersebut, peneliti merancang pemecahan masalah melalui penerapan pendekatan TaRL dalam pembelajaran teknik dasar passing. Proses ini meliputi asesmen awal, pengelompokan siswa berdasarkan tingkat kemampuan, serta pemberian latihan yang terstruktur dan sesuai dengan level masing-masing kelompok.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji dan menganalisis efektivitas pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) dalam meningkatkan kemampuan teknik passing permainan sepak bola siswa kelas X TE 2 SMK. Diharapkan, pendekatan ini dapat meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK, memperkuat keterampilan teknik siswa, serta menciptakan proses belajar yang lebih inklusif, adaptif, dan menyenangkan.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Arikunto (2020), PTK adalah bentuk penelitian yang dilakukan secara reflektif oleh guru untuk memperbaiki proses dan hasil pembelajaran di kelas melalui tindakan-tindakan yang dilakukan secara berkesinambungan. Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif, karena analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan hasil belajar siswa sebagaimana adanya tanpa membuat generalisasi (Sugiyono, 2019).

Penelitian dilakukan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Sebelum siklus pertama dimulai, dilakukan asesmen awal (pra-siklus) untuk mengetahui kondisi awal siswa dalam penguasaan teknik passing sepak bola baik dari aspek kognitif maupun psikomotor. Penelitian ini dilakukan selama semester genap dari Maret 2025. Siswa kelas X TE 2 SMK Negeri 3 Semarang yang berjumlah 32 siswa, merupakan subjek penelitian ini. Kelas ini dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa penguasaan teknik passing sepak bola siswa masih rendah dan bervariasi, sehingga diperlukan penerapan pendekatan yang sesuai dengan kemampuan mereka, yaitu Teaching at the Right Level (TaRL).

Penilaian dilakukan pada dua aspek utama, yaitu aspek kognitif dan psikomotor: Aspek Kognitif, Menilai pemahaman siswa terhadap materi teknik passing sepak bola. Instrumen yang digunakan adalah tes tertulis. Kriteria keberhasilan ditentukan berdasarkan pencapaian nilai minimal 75 (KKM), yang ditetapkan oleh guru PJOK di SMK Negeri 3 Semarang. Aspek Psikomotor, Menilai kemampuan siswa dalam melakukan praktik teknik passing secara langsung. Penilaian dilakukan menggunakan lembar observasi dan rubrik penilaian keterampilan, yang mencakup kriteria ketepatan, kekuatan, kontrol bola, dan kerja sama dalam permainan. Setiap kriteria dinilai menggunakan skala 1–4 dan dijumlahkan untuk memperoleh skor akhir.

Metode ini menilai hasil belajar dengan mempertimbangkan aspek psikomotorik dan kognitif. Aspek psikomotorik menilai kemampuan siswa dalam melakukan aktivitas praktik dalam pelajaran pjok, terutama dalam menerapkan materi passing dalam pembelajaran sepak bola, sedangkan aspek kognitif menilai pemahaman siswa terhadap materi sepak bola, khususnya Passing. Penelitian ini menggunakan dua siklus, masing-masing dengan empat tahap: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Sebelum tindakan dimulai, guru melakukan penilaian awal penelitian. Tujuannya adalah untuk mengetahui kondisi awal

keadaan kelas terhadap hasil belajar psikomotor dan kognitif terhadap passing sepak bola siswa kelas X TE 2.

Aspek psikomotorik dan kognitif, serta nilai akhir dan tingkat keberhasilan siswa digunakan untuk menganalisis data, yang dikumpulkan melalui observasi, tes, dan dokumentasi. Analisis ini mencakup perhitungan tingkat ketuntasan belajar dengan mempertimbangkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan oleh guru Pendidikan Jasmani di SMK Negeri 3 Semarang. Hal ini dilaksanakan dengan menggunakan rumus yang sesuai.

Dalam analisis deskriptif kuantitatif, skor rata-rata, presentase, nilai minimum dan maksimal dari hasil observasi dan pembelajaran dari siklus 1 dan 2 digunakan untuk menganalisis data. Data yang dikumpulkan melalui observasi untuk dianalisis, yang kemudian dipresentasikan untuk menghitung ketuntasan belajar dengan menggunakan statistik sederhana.

Ketuntasan belajar ditentukan berdasarkan persentase siswa yang mencapai nilai  $\geq 75$  pada aspek kognitif dan psikomotor. Untuk menghitung persentase ketuntasan, digunakan rumus berikut

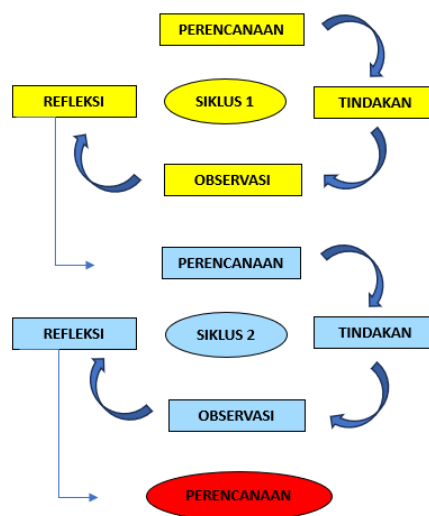
$$p(\text{nilai}) = \frac{\sum \text{JUMLAH SISWA TUNTAS}}{\sum \text{SISWA}} \times 100\%$$

Menurut (Volume et al., 2023)

Siklus penelitian Tindakan Kelas mencakup penerapan pendekatan pembelajaran TaRL siklus 1, dan siklus 2. Hasil keberhasilan peserta didik diukur melalui skor rata-rata hasil belajar peserta didik setelah tindakan yang diberikan. Dalam setiap siklus, peserta didik harus mampu melampaui KKM (75) Data dari masing-masing siklus dianalisis menggunakan statistik deskriptif, termasuk rata-rata nilai, nilai minimum dan maksimum, serta presentase ketuntasan belajar. Keberhasilan penerapan pendekatan TaRL dinyatakan tercapai apabila terdapat peningkatan nilai rata-rata hasil belajar, dan minimal 80% siswa mencapai nilai KKM.

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus, masing-masing melibatkan empat tahap utama: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Model ini dirancang agar guru dapat melakukan perbaikan proses pembelajaran secara berkelanjutan berdasarkan hasil refleksi dari siklus sebelumnya. Siklus-siklus ini bersifat dinamis dan dapat berulang hingga hasil yang diharapkan tercapai. Sebelum tindakan dimulai, dilakukan asesmen awal (pra-siklus) untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik dasar passing sepak bola oleh siswa. Hasil dari asesmen awal ini menjadi dasar untuk perencanaan tindakan pada siklus pertama. Tahap Perencanaan: Guru menyusun rencana pembelajaran berdasarkan hasil pra-siklus dan merancang penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) sesuai dengan tingkat kemampuan siswa. Tahap Tindakan: Rencana pembelajaran dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran PJOK, dengan fokus pada peningkatan teknik passing sepak bola menggunakan strategi yang telah disusun. Tahap Observasi: Selama pelaksanaan tindakan, guru melakukan observasi untuk mencatat aktivitas siswa, keterlibatan, dan perkembangan keterampilan. Tahap Refleksi: Guru menganalisis hasil observasi dan penilaian untuk mengevaluasi efektivitas tindakan. Jika masih ditemukan kekurangan, maka dilakukan perbaikan pada siklus berikutnya.

Setelah siklus pertama selesai, siklus kedua dirancang berdasarkan hasil refleksi dari siklus pertama dengan tujuan memperbaiki dan meningkatkan efektivitas pembelajaran. Proses ini berlanjut hingga mencapai indikator keberhasilan yang ditentukan, yaitu minimal 80% siswa mencapai nilai KKM (75) baik pada aspek kognitif maupun psikomotorik. Untuk memperjelas tahapan tersebut, berikut adalah gambar alur pelaksanaan penelitian tindakan kelas:



**Gambar 1.** Model Penelitian tagart dan Kemmis (Yuliana & Prasetyo, n.d.)

Pada penilaian aspek psikomotor menggunakan rubrik passing sepak bola yang digunakan sebagai instrumen penilaian untuk menilai kemampuan psikomotor siswa dalam melakukan teknik dasar passing dalam permainan sepak bola, khususnya dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini. Penilaian psikomotor bertujuan untuk mengetahui sejauh mana siswa mampu menerapkan keterampilan secara praktis di lapangan, bukan hanya berdasarkan pengetahuan teoritis. Terdapat **empat aspek utama** yang dinilai dalam rubrik psikomotor, yaitu:

**Tabel 1.** Rubrik Penilaian Aspek Psikomotor (Ummah, 2019)

No	Aspek yang dinilai	Sangat Baik Skor 4	Baik Skor 3	Cukup Skor 2	Kurang Skor 1
1	Posisi awal	Sikap tubuh rileks, seimbang, kaki tumpu benar, fokus ke bola	Sikap tubuh cukup rileks, sedikit kurang seimbang	Kurang seimbang dan tidak fokus ke bola	Posisi tubuh salah, tidak siap melakukan passing
2	Teknik menendang bola	Menggunakan bagian kaki yang tepat (dalam/kaki penuh), kontak bersih dan akurat	Menggunakan bagian kaki yang tepat tetapi sedikit kurang akurat	Kontak kaki kurang tepat dan bola tidak terarah	Menggunakan bagian kaki yang salah dan bola tidak terkontrol
3	akurasi	Umpan tepat sasaran, sejajar tanah, mudah diterima	Umpan hampir tepat, sedikit melenceng	Umpan kurang akurat dan sulit diterima	Umpan melenceng jauh dari target
4	Kekuatan dan Kecepatan Bola	Kekuatan sesuai, tidak terlalu keras/lemah, kecepatan stabil	Kekuatan sedikit berlebih/kurang, namun masih bisa diterima	Kekuatan tidak sesuai, bola terlalu pelan atau terlalu keras	Bola tidak terkendali, terlalu keras/lemah untuk latihan efektif

Sedangkan dalam penelitian ini, aspek kognitif siswa diukur melalui tes pilihan ganda yang terdiri dari 20 soal yang disusun untuk mengukur pemahaman siswa terhadap materi

teknik dasar passing dalam permainan sepak bola. Setiap soal bernilai 5 poin, sehingga total skor maksimal yang dapat dicapai siswa adalah 100. Soal-soal yang disusun mencakup indikator pemahaman konsep, penerapan teknik, serta pengetahuan dasar tentang strategi permainan dan peraturan sepak bola. Penilaian kognitif ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana siswa memahami teori yang mendasari keterampilan passing, sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam mengevaluasi efektivitas pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) yang diterapkan dalam proses pembelajaran. Hasil dari tes ini kemudian dianalisis secara kuantitatif untuk menentukan tingkat ketuntasan belajar kognitif siswa berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan, yaitu 75.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebelum memulai penelitian tindakan kelas, peneliti melakukan observasi untuk melihat kemampuan siswa dalam melakukan passing pada permainan sepak bola. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X TE 2 SMK Negeri 3 Semarang belum memiliki keterampilan passing yang baik, baik dari segi teknik dasar maupun akurasi gerak. Berdasarkan analisis data awal ini, peneliti memutuskan untuk menggunakan pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) sebagai strategi pembelajaran yang berfokus pada kemampuan aktual siswa.

Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing terdiri atas empat tahapan utama: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

Pada tahap perencanaan siklus pertama, peneliti merancang kegiatan secara sistematis, mulai dari analisis kurikulum, penyusunan rencana pembelajaran, penyiapan materi latihan passing, hingga pembuatan lembar observasi keterampilan. Strategi TaRL mulai diterapkan dengan membagi siswa ke dalam kelompok berdasarkan hasil tes awal: kelompok dasar, menengah, dan mahir.

Selama proses tindakan, pembelajaran dilakukan melalui tiga tahap: pengantar, materi inti (penjelajahan teknik dasar, penjelasan, dan latihan penguatan), serta penutup. Latihan passing difokuskan pada teknik kaki bagian dalam, kerja sama berpasangan, dan target akurasi. Hasil observasi menunjukkan adanya kemajuan pada sebagian siswa, terutama pada kelompok menengah dan mahir yang mulai menunjukkan peningkatan akurasi dan koordinasi gerak.

Namun, refleksi pada akhir siklus pertama mengungkapkan bahwa masih ada sejumlah siswa dari kelompok dasar yang memerlukan pendekatan lebih intensif. Oleh karena itu, pada siklus kedua, perbaikan dilakukan dalam bentuk penguatan latihan teknik dasar, penggunaan video demonstrasi, dan bimbingan individual bagi siswa yang masih mengalami kesulitan.

Dari siklus pertama ke siklus kedua, terdapat peningkatan dalam hasil belajar passing baik dari aspek kognitif (pemahaman konsep teknik) maupun psikomotor (kemampuan melakukan passing dengan benar dan akurat). Pembelajaran dengan pendekatan TaRL terbukti membantu siswa berkembang sesuai level kemampuannya masing-masing, menciptakan proses pembelajaran yang lebih inklusif dan berdampak nyata pada peningkatan keterampilan dasar permainan sepak bola.

### **SIKLUS I**

**Tabel 2. Data Siklus 1 Aspek Kognitif**

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	6	25%
Baik	8	18,75%
Cukup Baik	7	21,87%
Kurang Baik	11	34,37%
Total	32	100%

**Tabel 3. Data Siklus 1 Aspek Psikomotor**

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	4	12,5%
Baik	5	15,62%
Cukup Baik	7	21,87%
Kurang Baik	16	50%
Total	32	100%

Berdasarkan Tabel 2, hasil evaluasi aspek kognitif menunjukkan bahwa dari 32 peserta didik, 6 peserta didik (25%) berada pada kategori *Sangat Baik*, 8 peserta didik (18,75%) dalam kategori *Baik*, 7 peserta didik (21,87%) tergolong *Cukup Baik*, dan 11 peserta didik (34,37%) masih berada dalam kategori *Kurang Baik*.

Data ini memperlihatkan bahwa sebagian besar peserta didik belum sepenuhnya memahami materi secara teoritis, dengan lebih dari sepertiga dari total siswa memperoleh hasil kurang dari kriteria ketuntasan minimal. Hal ini menandakan perlunya intervensi pembelajaran yang lebih adaptif dan terfokus pada kemampuan dasar, yang menjadi dasar penerapan strategi TaRL.

Pada aspek psikomotor, seperti ditunjukkan dalam Tabel 3, 4 peserta didik (12,5%) menunjukkan kemampuan *Sangat Baik* dalam praktik passing, 5 peserta didik (15,62%) berada pada kategori *Baik*, 7 peserta didik (21,87%) tergolong *Cukup Baik*, dan 16 peserta didik (50%) masih berada dalam kategori *Kurang Baik*.

Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik dalam melakukan passing masih cukup rendah, dengan separuh dari siswa belum mampu menguasai teknik dasar secara memadai. Hal ini bisa disebabkan oleh kurangnya waktu latihan praktik, kesulitan memahami demonstrasi, atau perbedaan tingkat penguasaan keterampilan motorik dasar antar peserta didik.

## SIKLUS II

**Tabel 4. Data Siklus 2 Aspek Kognitif**

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	18	56,25%
Baik	11	36,66%
Cukup Baik	3	9,37%
Kurang Baik	0	0%
Total	32	100%

**Tabel 5. Data Siklus 2 Aspek Psikomotor**

Kriteria	Frekuensi	Persentase
----------	-----------	------------

Sangat Baik	15	46,87%
Baik	13	37,5%
Cukup Baik	4	15,62
Kurang Baik	0	0%
Total	32	100%

Setelah dilakukan tindakan perbaikan melalui pendekatan *Teaching at the Right Level (TaRL)* pada siklus 2, terjadi peningkatan yang signifikan pada aspek kognitif maupun psikomotor dalam pembelajaran passing sepak bola. Pendekatan TaRL yang mengelompokkan peserta didik berdasarkan level kemampuannya telah membantu guru untuk memberikan intervensi yang lebih terarah dan tepat sasaran.

Berdasarkan Tabel 4, hasil evaluasi aspek kognitif menunjukkan peningkatan signifikan dibandingkan siklus sebelumnya:

18 siswa (56,25%) berada pada kategori *Sangat Baik*, 11 siswa (36,66%) tergolong *Baik*, 3 siswa (9,37%) berada dalam kategori *Cukup Baik*, dan Tidak ada siswa yang masuk dalam kategori *Kurang Baik* (0%).

Peningkatan ini menandakan bahwa sebagian besar siswa telah memahami konsep dasar passing dalam sepak bola secara teoritis. Pemberian materi dengan pendekatan visual, tanya-jawab berbasis kelompok, serta evaluasi formatif selama pembelajaran terbukti efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa.

Pada aspek psikomotor, seperti terlihat dalam Tabel 5, hasilnya juga menunjukkan perkembangan yang sangat positif:

15 siswa (46,87%) masuk kategori *Sangat Baik*, 13 siswa (37,5%) tergolong *Baik*, 4 siswa (15,62%) masuk kategori *Cukup Baik*, dan Tidak ada siswa yang memperoleh nilai *Kurang Baik* (0%).

Hasil ini mencerminkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu mengaplikasikan teknik passing dengan benar dalam praktik. Latihan berulang, pengelompokan berdasarkan tingkat keterampilan, serta pendampingan langsung dari guru selama pembelajaran terbukti menjadi strategi efektif dalam meningkatkan keterampilan psikomotor siswa. Berdasarkan data dari siklus 1 dan siklus 2, terjadi peningkatan signifikan baik pada aspek kognitif maupun psikomotor siswa. Pada aspek kognitif, siswa yang mencapai kategori *Sangat Baik* dan *Baik* meningkat dari 43,75% menjadi 90,62%. Begitu juga pada aspek psikomotor, peningkatan dari 28,12% menjadi 87,5%.

Peningkatan ini terjadi karena beberapa faktor utama, yaitu penyesuaian strategi pembelajaran berdasarkan level kemampuan siswa, pendekatan diferensiasi yang memungkinkan siswa belajar sesuai kebutuhan mereka, umpan balik langsung dan pemantauan rutin oleh guru, latihan praktik yang lebih terarah sesuai dengan kelompok kemampuan siswa.

## PENINGKATAN SIKLUS I DAN SIKLUS II

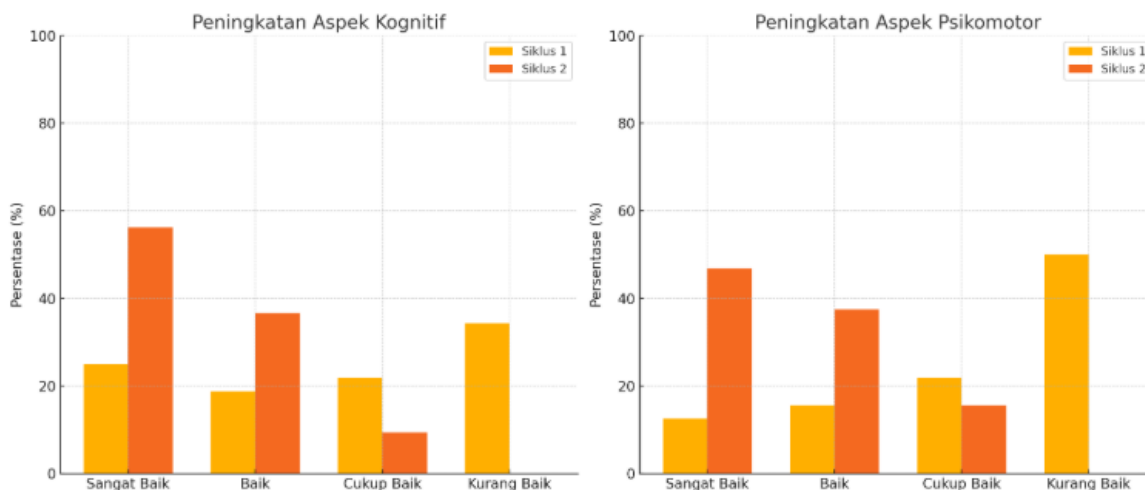
Berdasarkan hasil analisis data dan diagram peningkatan aspek kognitif dan psikomotor siswa dalam pembelajaran passing sepak bola, dapat disimpulkan bahwa penggunaan pendekatan TARTL (Teaching for Artistic and Reflective Learning) memberikan dampak yang signifikan terhadap hasil belajar siswa kelas X TE 2 SMK N 3 Semarang. Hal ini terlihat dari peningkatan persentase siswa yang mencapai kategori "Sangat Baik" dan "Baik" pada kedua aspek tersebut, serta penurunan drastis pada kategori "Kurang Baik".

Pada aspek kognitif, pemahaman siswa terhadap teknik dasar passing mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Peningkatan kategori "Sangat Baik" dari 25% menjadi 56,25% menunjukkan bahwa siswa tidak hanya memahami materi secara teori, tetapi juga mampu merefleksikan dan menjelaskan teknik dengan lebih mendalam. Selain itu, tidak ada lagi siswa yang masuk dalam kategori "Kurang Baik", yang berarti seluruh peserta didik sudah mencapai tingkat pemahaman yang memadai.

Sementara itu, pada aspek psikomotor, kemampuan siswa dalam melakukan gerakan passing sepak bola juga menunjukkan perkembangan yang sangat baik. Jumlah siswa dalam



kategori “Sangat Baik” meningkat dari 12,5% menjadi 46,87%, dan tidak ada lagi siswa yang berada dalam kategori “Kurang Baik”. Ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan TARL yang berfokus pada eksplorasi gerakan, refleksi, dan tanggung jawab individu terbukti mampu meningkatkan keterampilan praktik siswa secara nyata. Secara keseluruhan, pendekatan ini efektif dan layak diterapkan dalam pembelajaran PJOK di tingkat SMK.



**Gambar 2.** Diagram Peningkatan Siklus I dan Siklus II

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus terhadap siswa kelas X TE 2 SMK Negeri 3 Semarang, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) secara efektif dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam materi passing sepak bola, baik pada aspek kognitif maupun psikomotorik.

Pada aspek kognitif, terjadi peningkatan signifikan dari siklus I ke siklus II. Siswa yang mencapai kategori *Sangat Baik dan Baik* meningkat dari 43,75% menjadi 90,62%, sementara kategori *Kurang Baik* menurun drastis dari 34,37% menjadi 0%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu memahami konsep teknik passing dengan lebih baik setelah dilakukan pengelompokan sesuai tingkat pemahaman mereka.

Pada aspek psikomotorik, peningkatan juga sangat terlihat, di mana jumlah siswa dalam kategori *Sangat Baik dan Baik* naik dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II. Penurunan kategori *Kurang Baik* dari 50% menjadi 0% menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan kemampuan praktik passing secara nyata.

Dengan demikian, pendekatan TaRL terbukti efektif dalam membantu siswa mencapai kompetensi teknik dasar permainan sepak bola secara bertahap dan sesuai dengan level kemampuannya masing-masing. Pendekatan ini juga dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran yang adaptif dan responsif terhadap kebutuhan siswa di lapangan

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alfi Hidayat, R. (2019). Pengaruh Metode Latihan Passing Permainan Sepak Bola Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(3), 331–335.
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik dan Taktik: Pengaruhnya terhadap Keterampilan

- Bermain Futsal. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(2), 143–155. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i2.1080>
- Gazali, N. (2016). Pengaruh Metode Kooperatif dan Komando Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola. *Journal Sport Area*, 1(1), 56. <https://doi.org/10.30814/sportarea.v1i1.373>
- Ningrum, M. C., Juwono, B., & Sucahyo, I. (2023). Implementasi Pendekatan TaRL untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik pada Pembelajaran Fisika. *PENDIPA Journal of Science Education*, 7(1), 94–99. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/pendipa94>
- Nizar, D. A., Fauzi, R. A., & Rukmana, A. (2024). Pengaruh Variasi Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing dalam Permainan Sepak Bola Pendahuluan. 7(2), 629–645. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.27268>
- Periansyah, P., Kristina, P. C., & Kurnia, M. (2022). Penerapan Latihan Wall Pass Terhadap Peningkatan Passing Jarak Pendek Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 10 Palembang. *Jolma*, 2(1), 18. <https://doi.org/10.31851/jolma.v2i1.7136>
- Ridzky Aryandi, M., & Usman, A. (2024). *Global Journal Sport Peningkatan Motivasi Belajar Peserta Didik Dengan Menggunakan Pendekatan Teaching at The Right Level Pada Mata Pelajaran PJOK*. 2, 1–8. <https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs>
- Rosmi, Y. F. (2016). Pendidikan Jasmani Dan Pengembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Wahana*, 66(1), 55–61. <https://doi.org/10.36456/wahana.v66i1.482>
- Ummah, M. S. (2019). Title. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBE\\_TUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBE_TUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- Volume, X., Nomor, X., Khasanah, K., & Jayanti, A. (2023). *Motion : Jurnal Riset Physical Education Upaya Peningkatan Pembelajaran Bela Diri Pencak Silat Melalui Pendekatan TARL ( Teaching at The Right Level ) pada Kelas XI-2 SMA Negeri 10 Semarang*. X, 106–116.
- Yudi, A. A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Keterampilan Passing Siswa SMAN 4 Sumbar. *Jurnal Cerdas Sifa*, 2, 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/csp/article/view/8002%0A>
- Yuliana, D., & Prasetyo, A. (n.d.). *Implementasi Pendekatan Teaching At The Right Level ( TaRL ) Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Di SMP N 15 Semarang*.
- Syah, D. F., Suryaningsih, L., & Ridwan, M. (2024). Optimalisasi Hasil Belajar Gerak Dasar Shooting Sepak Bola Melalui Pendekatan TARL. *Jurnal Keolahragaan JUARA*, 4(2), 164–170.
- Rahman, A. (2023). Meningkatkan hasil belajar shooting bola basket melalui metode pembelajaran teaching at the right level (TaRL) pada siswa kelas X-3 SMAN 3 jombang tahun pelajaran 2022-2023. *Journal on Education*, 6(1), 2036-2043.