

**Implementasi Pendekatan *Teaching at The Right Level* (TaRL)
untuk Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket
pada Siswa Kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen Tahun
Pelajaran 2024/2025**

Bagas Mulia Dharmika¹, Yulia Ratimiasih², Sri Suneki³, Novi Prasetyo⁴

¹²³Pendidikan Profesi Guru, Pascasarjana, Universitas Persatuan Guru Republik Indonesia Semarang,
Jl. Sidodadi Timur No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, 50232

⁴SMK Negeri 1 Bawen, Jl. Kartini Bawen No.119, 50661

Email: [1bagasmulia389@gmail.com](mailto:bagasmulia389@gmail.com)

Email: [2yuliaratimiasih@upgris.ac.id](mailto:yuliaratimiasih@upgris.ac.id)

Email: [3srisuneki@upgris.ac.id](mailto:srisuneki@upgris.ac.id)

Email: [4noviprasetyo9@gmail.com](mailto:noviprasetyo9@gmail.com)

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi rendahnya keterampilan *chest pass* bola basket siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peningkatan keterampilan *chest pass* bola basket setelah diterapkannya pendekatan TaRL pada siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari 2 siklus. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X Kuliner B yang berjumlah 34 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu rubrik penilaian keterampilan *chest pass*, lembar observasi aktivitas guru, dan lembar observasi aktivitas siswa. Hasil evaluasi pada Siklus I Dari total 34 siswa, terdapat 10 siswa (29,41%) yang memperoleh nilai di bawah 75 (belum tuntas), sementara 24 siswa (70,59%) mencapai nilai di atas 75 (tuntas). Pada siklus II, 30 siswa atau sekitar 88,24% berhasil mencapai kriteria ketuntasan belajar dengan nilai antara 75 hingga 100, yang menunjukkan bahwa mereka telah menguasai teknik *chest pass* dengan baik. Sementara itu, 4 siswa atau sekitar 11,76% masih belum mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di bawah 75. Simpulan dari penelitian ini yaitu penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket pada siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen.

Kata kunci: TaRL, Keterampilan, *Chest Pass*, Bola Basket

ABSTRACT

This research is motivated by the low chest pass skills of basketball students of class X Culinary B SMK Negeri 1 Bawen. This study aims to analyze the improvement of basketball chest pass skills after the implementation of the TaRL approach in class X Culinary B students of SMK Negeri 1 Bawen. This research is a classroom action research (CAR) consisting of 2 cycles. The subjects of this study were 34 students of class X Culinary B. The instruments used were a chest pass skills assessment rubric, teacher activity observation sheets, and student activity observation sheets. Evaluation results in Cycle I Of the total 34 students, there were 10 students (29.41%) who scored below 75 (not yet complete), while 24 students (70.59%) achieved scores above 75 (complete). In cycle II, 30 students or around 88.24% managed to achieve the learning completion criteria with scores between 75 and 100, which indicates that they have mastered the chest pass technique well. Meanwhile, 4 students or around 11.76% still have not achieved learning completion with a score below 75. The conclusion of this study is that the application of the Teaching at the Right Level (TaRL) approach has proven effective in improving basketball chest pass skills in class X Culinary B students of SMK Negeri 1 Bawen

Keywords: TaRL, Skill, *Chest Pass*, Basketball

1. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan yang tidak hanya bertujuan untuk membina kebugaran jasmani, tetapi juga membentuk karakter dan kedisiplinan peserta didik. Menurut (Nuraini et al., 2024), pendidikan jasmani memiliki potensi untuk membentuk nilai-nilai sosial seperti kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk menyelenggarakan pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan menyenangkan.

Dalam konteks pendidikan jasmani, permainan bola besar seperti bola basket menjadi salah satu materi yang diajarkan untuk mengembangkan keterampilan motorik dan koordinasi siswa. Bola basket adalah salah satu jenis olahraga yang dipelajari di sekolah, yang menggabungkan berbagai aktivitas fisik seperti pergerakan tubuh, berlari, serta koordinasi antara mata dan tangan (Kuncoro et al., 2023). Bola basket menuntut kombinasi antara teknik dasar, strategi permainan, dan kerja sama tim. Menurut (Harliawan et al., 2021), keterampilan dasar bola basket seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting* harus dikuasai terlebih dahulu sebagai fondasi bermain yang baik.

Salah satu teknik dasar dalam bola basket yang memiliki peran penting dalam kelancaran permainan adalah *chest pass*. *Chest pass* adalah teknik operan dalam bola basket yang dilakukan dengan menggunakan kedua tangan dari depan dada ke arah dada rekan satu tim, dengan cara meluruskan kedua lengan. Operan ini menghasilkan bola yang melaju cepat dan akurat, sehingga efektif digunakan dalam upaya mencetak skor, terutama pada jarak operan yang relatif pendek (Trinanda, 2024). Teknik ini digunakan untuk mengirimkan bola secara cepat dan akurat kepada rekan setim. Menurut (Hasmara et al., 2024), penguasaan teknik *passing* yang baik akan meningkatkan efektivitas permainan tim dan mempercepat transisi bola dari satu pemain ke pemain lainnya.

Namun, dalam praktiknya di lapangan, masih ditemukan banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan teknik *chest pass* dengan benar. Kesalahan yang umum terjadi adalah posisi tangan yang tidak tepat, kekuatan lemparan yang tidak seimbang, serta kurangnya koordinasi antara gerak tubuh dan arah bola. Hal ini sejalan dengan pendapat (Vivaldi, 2023) yang menyatakan bahwa penguasaan keterampilan teknik memerlukan latihan berulang dan pembelajaran yang sistematis. Keterampilan adalah kemampuan mendasar yang perlu dibina sejak usia dini. Kemampuan ini berkembang melalui proses belajar yang terus-menerus, dan memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup melalui aktivitas fisik yang rutin dan berkelanjutan (Pinton, 2020).

Pembelajaran yang bersifat klasikal dan seragam bagi seluruh siswa terkadang tidak cukup efektif, terutama bagi siswa yang memiliki kemampuan awal yang berbeda-beda. Hal ini menyebabkan sebagian siswa merasa tertinggal atau kurang percaya diri dalam mengikuti pelajaran. Seperti yang disampaikan oleh Vygotsky dalam (Marlina, 2025), setiap individu memiliki zona perkembangan proksimal yang berbeda sehingga membutuhkan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat pemahaman dan keterampilannya.

Salah satu pendekatan yang dapat mengakomodasi perbedaan kemampuan siswa adalah *Teaching at the Right Level* (TaRL). Pendekatan ini menekankan pentingnya membedakan pembelajaran berdasarkan tingkat kompetensi peserta didik dan bukan semata berdasarkan usia atau kelas. Menurut (Muliati, 2024), TaRL efektif meningkatkan hasil belajar dengan cara menyesuaikan metode pengajaran dengan kemampuan aktual siswa.

Prinsip utama dalam pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) adalah mengelompokkan peserta didik berdasarkan tingkat kemampuan mereka, bukan berdasarkan usia atau jenjang kelas, sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa (Zahra et al., 2024). Pendekatan ini menekankan pentingnya penguasaan keterampilan dasar sebagai fondasi untuk pembelajaran lebih lanjut (Lestari et al., 2024). Mendorong siswa untuk aktif terlibat dalam proses pembelajaran melalui diskusi, praktik, dan refleksi (Afandi et al., 2024). Melakukan evaluasi secara rutin untuk memantau kemajuan siswa dan memberikan umpan balik yang konstruktif (Apriliani et al., 2024). Pendekatan ini memungkinkan penyesuaian metode pembelajaran sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik siswa (Salam et al., 2024).

Pendekatan TaRL yang awalnya diterapkan dalam pembelajaran literasi dan numerasi kini mulai diadaptasi dalam bidang lain, termasuk pendidikan jasmani. Implementasi pendekatan ini dalam pembelajaran keterampilan olahraga memungkinkan guru untuk mengelompokkan siswa berdasarkan kemampuan mereka dan memberikan latihan yang sesuai, sebagaimana dijelaskan oleh (Hartono et al., 2025) bahwa TaRL dapat meningkatkan keterlibatan dan keaktifan siswa dalam belajar keterampilan motorik.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen, ditemukan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass* bola basket masih tergolong rendah. Dari total 34 siswa, sebanyak 19 siswa (55,88%) belum mencapai kriteria ketuntasan minimal, sedangkan hanya 15 siswa (44,12%) yang telah tuntas. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik dasar *chest pass*, sehingga diperlukan pembelajaran yang lebih efektif dan tepat sasaran agar keterampilan mereka dapat meningkat.

Fakta tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk merancang strategi pembelajaran yang mampu menjawab keragaman kemampuan siswa dan mengoptimalkan potensi masing-masing individu. Seperti yang disampaikan oleh (Fajaryati, 2023), keberhasilan proses pembelajaran sangat ditentukan oleh kesesuaian metode yang digunakan dengan karakteristik peserta didik.

Dengan latar belakang tersebut, peneliti merasa perlu untuk menerapkan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dalam pembelajaran teknik *chest pass* bola basket. Harapannya, pendekatan ini dapat membantu siswa menguasai teknik dengan lebih baik melalui latihan yang disesuaikan dengan kemampuan masing-masing, serta pada akhirnya meningkatkan jumlah siswa yang mencapai ketuntasan pembelajaran.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan kelas (PTK). Menurut (Arikunto, 2010) penelitian tindakan kelas merupakan kegiatan penelitian yang dilakukan terhadap sejumlah subjek yang menjadi sasaran yaitu peserta didik, bertujuan memperbaiki situasi pembelajaran di kelas agar terjadi peningkatan kualitas pembelajaran. Adapun model penelitian tindakan kelas (PTK) yang dipilih adalah penelitian tindakan kelas (PTK) model Kemmis dan Mc Taggart.

Penjelasan alur diatas :

- a. Rancangan/rencana awal, sebelum mengadakan penelitian-penelitian menyusun rumusan masalah, tujuan dan membuat rencana tindakan, termasuk didalamnya instrumen penelitian dan perangkat pembelajaran.
- b. Tindakan dan observasi, meliputi tindakan yang dilakukan oleh peneliti yaitu penerapan pendekatan TaRL meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket.
- c. Refleksi, penelitian mengkaji, melihat dan mempertimbangkan hasil dampak dari tindakan yang dilakukan berdasarkan lembar pengamatan yang diisi.
- d. Rancangan/rencana yang direvisi, berdasarkan hasil refleksi dari pengamat membuat rancangan yang direvisi untuk dilaksanakan pada siklus berikutnya.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ini terdiri dari :

- a. Tes: dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil keterampilan *chest pass* bola basket yang dilakukan siswa.
- b. Observasi : dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang implementasi pendekatan TaRL untuk meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket pada siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen.

Pada aspek psikomotor peneliti menggunakan instrumen yang bertujuan untuk mengetahui keterampilan siswa dalam melakukan gerak *chest pass*. Berikut ini adalah *check list* yang dipakai untuk penilaian aspek psikomotor dalam *chest pass* :

Tabel 3. 2 Bentuk Kisi-Kisi Aspek Psikomotor

Indikator	Sub Indikator	Dilakukan	Tidak Dilakukan
Sikap Awal	Posisi tubuh siap dengan kaki selebar bahu		
	Pegangan bola dengan kedua tangan di depan dada		
	Pandangan ke arah sasaran		
	Lutut sedikit ditekuk		
Sikap Pelaksanaan	Mendorong bola dengan kedua tangan		
	Pergerakan tangan lurus ke depan		
	Pergelangan tangan memberi dorongan akhir		
	Koordinasi tubuh saat mendorong bola		
Sikap Akhir	Lengan lurus ke arah target		
	Pergelangan tangan menghadap ke bawah		
	Badan sedikit condong ke depan		
	Keseimbangan tubuh setelah passing		
Skor Perolehan			
Skor Maksimal			

Keterangan :

- a. Dilakukan : Skor 1
- b. Tidak Dilakukan : Skor 0

$$\text{Perolehan Nilai Psikomotor} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Hasil analisis data dalam observasi proses pembelajaran peserta didik adalah melakukan refleksi hasil pengamatan terhadap proses pembelajaran yang berupa penilaian aspek psikomotor peserta didik yang dilakukan analisis. Nilai rata-rata ini diperoleh dari hasil penjumlahan nilai yang diperoleh peserta didik, dan selanjutnya dibagi dengan jumlah keseluruhan peserta didik, dengan rumus sebagai berikut:

$$X_{\text{rata-rata}} = \frac{\sum X}{\sum N}$$

Keterangan :

Xrata-rata = Nilai rata-rata

ΣX = Jumlah seluruh nilai peserta didik

ΣN = Jumlah peserta didik

Dari hasil jumlah peserta didik yang telah berhasil mencapai nilai KKM, selanjutnya dilakukan perhitungan untuk mendapatkan persentase. Untuk melihat peningkatan hasil belajar peserta didik pada setiap siklusnya, dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Presentase Hasil Belajar} = \frac{\text{Jumlah peserta didik yang lolos KKM}}{\text{Jumlah peserta didik}} \times 100\%$$

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus I

Tabel 4. 1 Siklus I Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket

Nilai	Frekuensi	Presentase	Keterangan
0-74	10	29,41%	Belum Tuntas
75-100	24	70,59%	Tuntas

Berdasarkan hasil evaluasi pada Siklus I, kemampuan siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen dalam menguasai teknik *chest pass* bola basket mengalami perkembangan yang signifikan. Skor evaluasi dari kolaborator 1 dapat dijabarkan sebagai berikut. Dari total 34 siswa, terdapat 10 siswa (29,41%) yang memperoleh nilai di bawah 75 (belum tuntas), sementara 24 siswa (70,59%) mencapai nilai di atas 75 (tuntas).

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah berhasil menguasai teknik *chest pass* dengan baik. Namun, 10 siswa yang belum tuntas (29,41%) masih memerlukan perhatian lebih untuk dapat menguasai teknik dasar ini secara optimal. Jika dibandingkan dengan kondisi awal, jumlah siswa yang tuntas dalam menguasai teknik *chest pass* mengalami peningkatan yang signifikan, meskipun masih ada sebagian kecil yang belum mencapai kriteria yang ditetapkan.

Secara keseluruhan, meskipun mayoritas siswa sudah tuntas, beberapa siswa yang belum tuntas masih membutuhkan latihan tambahan agar keterampilan mereka mencapai tingkat yang diharapkan. Perbaikan dalam metode pengajaran dan pendekatan yang lebih terfokus pada siswa yang belum tuntas diharapkan dapat lebih meningkatkan hasil pembelajaran pada siklus berikutnya.

Setelah tindakan pembelajaran selesai hingga akhir siklus, peneliti bersama kolaborator mendiskusikan hasil observasi yang telah dilakukan. Melalui implementasi pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dalam keterampilan *chest pass* bola basket, siswa mulai menunjukkan semangat dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar *chest pass*, meskipun masih ada beberapa siswa yang terlihat bingung dalam menerapkannya. Hasil pengamatan dari awal tindakan hingga akhir siklus pertama menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa.

Meskipun keterampilan *chest pass* yang dicapai siswa mengalami perkembangan, masih ditemukan beberapa siswa yang kurang aktif bergerak dan kurang memperhatikan instruksi guru. Pada akhir siklus pertama, siswa yang mencapai kriteria ketuntasan belajar baru mencapai sekitar 24 orang dari 34 siswa. Dengan mempertimbangkan hasil evaluasi serta masukan dari kolaborator, diputuskan untuk melanjutkan ke tindakan pada siklus kedua dengan menambahkan variasi latihan yang lebih menyesuaikan dengan tingkat kesiapan siswa berdasarkan pendekatan TaRL.

Siklus II

Tabel 4. 2 Siklus II Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket

Nilai	Frekuensi	Presentase	Keterangan
0-74	4	11,76%	Belum Tuntas
75-100	30	88,24%	Tuntas

Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus II, keterampilan *chest pass* bola basket siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen menunjukkan hasil yang sangat baik. Dari 34 siswa yang mengikuti evaluasi, 30 siswa atau sekitar 88,24% berhasil mencapai kriteria ketuntasan belajar dengan nilai antara 75 hingga 100, yang menunjukkan bahwa mereka telah menguasai teknik *chest pass* dengan baik. Sementara itu, 4 siswa atau sekitar 11,76% masih belum mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di bawah 75.

Hasil ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan siklus sebelumnya, di mana lebih banyak siswa yang berhasil menguasai keterampilan *chest pass*, meskipun masih ada sebagian kecil siswa yang perlu mendapatkan perhatian lebih agar dapat mencapai ketuntasan.

Keberhasilan ini tidak terlepas dari penerapan variasi latihan yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan masing-masing siswa. Latihan yang difokuskan pada teknik dasar *chest pass* dan latihan dalam situasi bergerak (*moving*) berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa secara signifikan. Dengan adanya pendekatan TaRL, siswa yang awalnya kesulitan dapat berlatih dengan cara yang lebih sesuai dengan kebutuhan mereka, sementara siswa yang sudah mahir diberikan tantangan lebih untuk memperdalam keterampilan mereka.

Selain itu, saran dan petunjuk dari kolaborator sangat membantu dalam merancang latihan yang lebih efektif dan sesuai dengan perkembangan kemampuan siswa. Pembelajaran yang lebih fokus pada kemampuan masing-masing siswa ini membuat suasana belajar menjadi lebih menyenangkan dan mengurangi rasa frustrasi siswa yang merasa tertinggal.

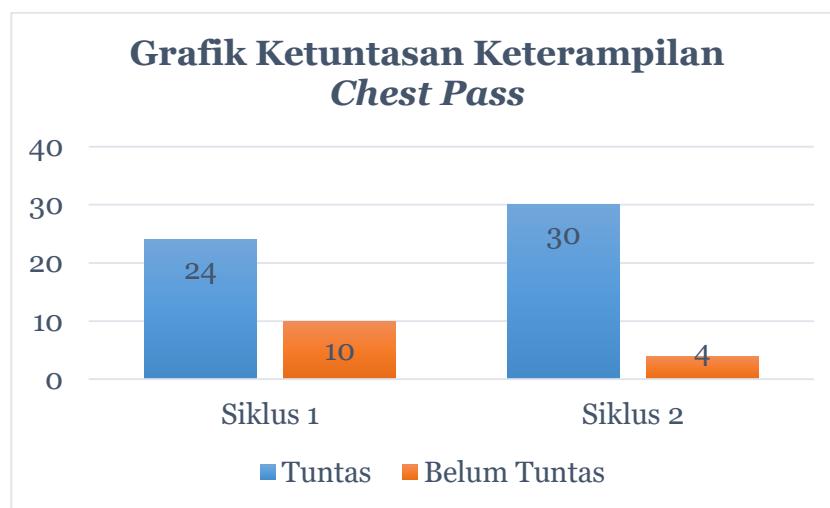
Pembahasan

Hasil kegiatan awal menunjukkan bahwa masalah yang dihadapi dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil pembelajaran keterampilan *chest pass* bola basket peserta didik kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen selama mengikuti pembelajaran. Hal ini menyebabkan proses pembelajaran di kelas kurang maksimal. Berdasarkan hasil observasi/prasiklus, diketahui bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam menguasai teknik *chest pass* karena kurangnya pemahaman dan latihan yang sesuai dengan kemampuan masing-masing siswa. Selain itu, peserta didik merasa kurang tertarik dan termotivasi dalam pembelajaran karena latihan yang diberikan tidak sesuai dengan tingkat kemampuan mereka. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih sesuai dengan kebutuhan siswa, seperti penerapan pendekatan TaRL, yang memungkinkan siswa berlatih sesuai dengan level keterampilan mereka. Dengan menggunakan berbagai variasi latihan dan penyesuaian materi, diharapkan dapat mendorong siswa untuk lebih aktif berpartisipasi dan menguasai teknik *chest pass* secara lebih efektif.

Pelaksanaan penelitian tindakan ini dilakukan pada tanggal 17 April 2025 untuk siklus I dan 24 April 2025 untuk siklus II. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen. Berdasarkan penjelasan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap peserta didik kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen pada pembelajaran keterampilan *chest pass* bola basket dengan penerapan pendekatan TaRL, dapat diketahui bahwa telah terjadi peningkatan hasil aspek psikomotor peserta didik. Peningkatan ini terlihat pada kemampuan siswa dalam menguasai teknik *chest pass* bola basket melalui latihan yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan masing-masing siswa. Dengan menggunakan pendekatan TaRL yang memberikan variasi latihan sesuai dengan tingkat keterampilan, peserta didik dapat berlatih dengan lebih efektif dan termotivasi untuk menguasai teknik *chest pass* dengan lebih baik.

Guru melakukan penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran untuk menilai sejauh mana kompetensi peserta didik tercapai. Hasil dari penilaian ini akan digunakan untuk menyusun laporan perkembangan hasil belajar serta memperbaiki strategi pembelajaran yang diterapkan. Penilaian dalam penelitian ini bisa dilakukan sesuai kebutuhan guru, dengan mengacu pada pengamatan sikap, tes pengetahuan, dan praktik keterampilan siswa.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa melalui penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dalam proses pembelajaran teknik *chest pass* bola basket pada siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen, terjadi peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan *chest pass* siswa. Peningkatan tersebut tampak dari hasil unjuk kerja siswa selama proses pembelajaran berlangsung pada setiap siklus tindakan. Pada siklus I dari 34 siswa, terdapat 24 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dan 10 siswa belum tuntas. Kemudian pada siklus II, jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 30 siswa, dan hanya 4 siswa yang belum mencapai ketuntasan. Data ini menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket pada aspek psikomotor siswa. Disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 4. 1 Grafik Ketuntasan Keterampilan *Chest Pass*

Peningkatan ini dapat terjadi karena pendekatan TaRL memungkinkan guru untuk mengelompokkan siswa berdasarkan tingkat pemahaman dan kemampuan awal mereka, sehingga pembelajaran menjadi lebih tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Siswa yang awalnya kesulitan memahami teknik dasar *chest pass* mendapatkan bimbingan yang lebih terfokus dan pembelajaran yang lebih bermakna. Selain itu, penggunaan metode latihan bertahap, pengulangan gerakan, serta pemberian umpan balik secara langsung turut mempercepat peningkatan keterampilan siswa. Kombinasi strategi ini berdampak positif terhadap motivasi, keaktifan, dan kemampuan psikomotorik siswa dalam melakukan *chest pass* secara benar.

Untuk menindaklanjuti hasil siklus II yang masih menyisakan 4 siswa belum mencapai KKM, guru perlu membuat strategi lanjutan yang lebih tepat dan fokus. Langkah pertama yang bisa dilakukan adalah mencari tahu kesulitan yang dialami masing-masing siswa, misalnya apakah mereka masih kesulitan dalam posisi tubuh, kekuatan lemparan, atau koordinasi gerak saat melakukan *chest pass*. Setelah diketahui, guru bisa memberikan latihan tambahan (remedial) yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap siswa. Latihan ini bisa dibuat lebih sederhana dan mudah dipahami, seperti latihan melempar bola ke dinding, latihan gerak tangan yang benar, atau berlatih bersama teman dengan pengawasan langsung dari guru. Pendekatan yang digunakan tetap mengacu pada prinsip *Teaching at the Right*

Level (TaRL), yaitu memberikan latihan sesuai kemampuan siswa agar mereka bisa belajar dengan lebih nyaman dan efektif.

4. KESIMPULAN

Penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket pada siswa kelas X Kuliner B SMK Negeri 1 Bawen. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar dari 70,59% pada siklus I menjadi 88,2% pada siklus II. Pendekatan ini mampu menyesuaikan pembelajaran dengan tingkat kemampuan siswa, sehingga mereka lebih mudah memahami dan menguasai teknik gerak dasar *chest pass*. TaRL dapat menjadi strategi pembelajaran yang tepat dalam meningkatkan keterampilan psikomotorik siswa pada mata pelajaran PJOK.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, R. A., Ningtyas, N. S., Susiyawati, E., & Pratiwi, P. (2024). The Effectiveness of Differentiated Learning using the TaRL (Teaching at the Right Level) Approach for Improving Learning Interest and Learning Outcome. *Jurnal Pijar Mipa*, 19(4), 657–662. <https://doi.org/10.29303/jpm.v19i4.6860>
- Apriliani, P. I., Prayito, M., & Jannah, F. M. (2024). Efektivitas Pendekatan Teaching at The Right Level (Tarl) Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas IV SDN Pedurungan Kidul 01. *Journal Of Social Science Research*, 4(2), 1676–1685. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/9509>
- Arikunto, S. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. PT. Bumi Aksara.
- Fajaryati, D. (2023). Differentiated Learning as an Effort to Improve Students Learning Outcomes in Physics Subjects. *IJESS International Journal of Education and Social Science*, 4(2), 137–144. <https://doi.org/10.56371/ijess.v4i2.194>
- Harliawan, M., Dos Santos, M. H., & Okilanda, A. (2021). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Ekstakulikuler Siswa SMP N 1 Watampone. *Jurnal MensSana*, 6(1), 66–74. <https://doi.org/10.24036/menssana.06012021.21>
- Hartono, M., Kurniawan, W. R., Wijayanti, D. G. S., & Amran. (2025). Implementing TaRL in physical education: Mastering specific skills in soccer games for junior high school students. *Cakrawala Pendidikan*, 44(1), 156–168. <https://doi.org/10.21831/cp.v44i1.78524>
- Hasmara, P. S., Ma, I., & Prasetyo, G. B. (2024). The effect of discovery learning on chest pass learning outcomes in basketball games. *Sriwijaya Journal of Sport*, 4(1), 56–66.
- Kuncoro, B., Punggeti, R. N., Nove, A. H., Amahori, A., Setyaningsih, R., Handayani, F., & Hita, I. P. A. D. (2023). Efektivitas Media Kartu Bergambar dalam Meningkatkan Keterampilan dan Motivasi Bermain Bola Basket pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 2655–6022.
- Lestari, R. E., Sukendro, S., & Syahrial, S. (2024). Penggunaan Pendekatan TaRL untuk Meningkatkan Keaktifan dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran IPAS di Kelas V Sekolah Dasar. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(5), 4993–4998. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i5.4452>
- Marlina, L. (2025). Penerapan Metode Scaffolding Pada Zone Of Proximal Development (ZPD) Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Peserta didik Kelas X-1 SMAN 6 Kota Tangerang Selatan. *PRO PATRIA*, 8, 42–55.
- Muliati, H. (2024). PENERAPAN PENDEKATAN TEACHING AT THE RIGHT LEVEL (TaRL) DALAM UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS IX SMP NEGERI 2 SUNGGUMINASA. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09, 329–336.
- Nuraini, A. S., Annisa, H., Rahmayanti, I., Ayuni, L. Q., Makiyyah, N. Z. N., Aprilianti, S. N., & Mulyana, A. (2024). Integrasi Nilai-Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (PJOK) Di Jenjang Sekolah Dasar. *Mutiara: Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 2(3), 80–94.

- Pinton, M. (2020). KETERAMPILAN MOTORIK PADA PENDIDIKAN JASMANI MENINGKATKAN PEMBELAJARAN GERAK SEUMUR HIDUP. *Jurnal Sporta Saintika*, 5(September), 199–218. <http://sportasaintika.ppj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/view/133>
- Salam, A., Daeng, K., & Hartini, H. (2024). Understanding the Teaching at The Right Level (TaRL) Model's Impact on High School Economics Curriculum and Performance. *Journal of Social Sustainability* ..., 36–45. <https://ojs.unpatompo.ac.id/index.php/jssi/article/view/351>
- Trinanda, A. (2024). Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket. *AJoPE (Aisyah Journal Physical Education)*, 3(1), 29–34.
- Vivaldi, M. (2023). Peningkatkan Hasil Keterampilan Chest Pass Bola Basket Melalui Metode Latihan Bagian (Studi pada siswa Kelas X IPA 5 SMAN 3 Jombang Tahun Ajaran 2022-2023) Kata Kunci : Peningkatan Hasil Belajar Chest Pass Bola basket , Metode Latihan Bagian. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3, 7220–7226.
- Zahra, K., Diansyah, A., & Gultom, I. M. (2024). Penerapan Pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Sejarah Peserta Didik. *ALACRITY: Journal of Education*, 4(1), 107–118. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v4i1.248>