

Peningkatkan Pembelajaran Passing pada Materi Sepak Bola Melalui Metode *Learning Together*

Syahrul Fitriyanto¹, Dani Slamet², Ashar Junaidi³, Isna Nurudin⁴

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Pendidikan Profesi Guru Prajabatan, Universitas PGRI Semarang, Jawa Tengah, Indonesia, Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, kec. Semarang Tim., Kota Semarang, Jawa Tengah 50232

[¹peserta.18029@ppg.belajar.id](mailto:peserta.18029@ppg.belajar.id)

[²azjun28@gmail.com](mailto:azjun28@gmail.com)

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

[⁴muhisna@upgris.ac.id](mailto:muhisna@upgris.ac.id)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan passing sepak bola siswa kelas X TITL II SMK Negeri 03 Semarang melalui penerapan metode pembelajaran kooperatif tipe *Learning Together*. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing meliputi tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan passing siswa dari nilai rata-rata 62,20 pada prasiklus, menjadi 67,62 pada siklus I, dan meningkat signifikan menjadi 77,24 pada siklus II. Penerapan metode *Learning Together* yang dikombinasikan dengan pendekatan *Drill and Practice* terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar passing serta partisipasi aktif siswa selama proses pembelajaran. Temuan ini mengindikasikan bahwa pembelajaran berbasis kolaborasi mampu menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif, mendukung penguasaan keterampilan motorik, dan sejalan dengan prinsip Kurikulum Merdeka. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menerapkan metode ini pada keterampilan PJOK lainnya seperti dribbling, shooting, atau pada jenjang pendidikan yang berbeda guna menguji konsistensi efektivitasnya secara lebih luas.

Kata kunci: Passing, sepak bola, Learning Together, pembelajaran kooperatif, PJOK

ABSTRACT

This study aims to improve the football passing skills of tenth-grade students in class X TITL II at SMK Negeri 03 Semarang through the implementation of the Learning Together cooperative learning method. The research employed Classroom Action Research (CAR) conducted over two cycles, each consisting of planning, implementation, observation, and reflection phases. The results indicated a progressive improvement in students' passing performance, with an average score of 62.20 in the pre-cycle, increasing to 67.62 in the first cycle, and significantly rising to 77.24 in the second cycle. The combination of the Learning Together method and the Drill and Practice approach effectively enhanced students' technical passing skills and active classroom engagement. These findings suggest that collaborative learning fosters a more interactive environment, supports motor skill mastery, and aligns with the principles of the Independent Curriculum. Future research is recommended to apply this method to other physical education skills such as dribbling or shooting, and across different educational levels to explore its broader effectiveness.

Keywords: Passing, football, Learning Together, cooperative learning, physical education

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan (PJOK) adalah salah satu komponen kurikulum pendidikan umum yang menitik beratkan pada perkembangan jasmani, intelektual, emosional, dan moral-spiritual anak sebagai individu. Menekankan pada kegiatan fisik atau pembiasaan pola hidup sehat untuk pembelajaran (Brilliant Pratama, 2023). Karena memungkinkan siswa mengikuti kegiatan aktif dalam berbagai pengalaman belajar dimulai dari kegiatan jasmani, olahraga, serta kesehatan yang dipilih secara jelas dan konsisten, maka pendidikan jasmani, pendidikan olahraga, dan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan di sekolah memiliki dampak yang signifikan (Ardana, 2019)

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan umum yang disampaikan menggunakan kegiatan jasmani. Pendidikan jasmani berfungsi sebagai sarana penunjang penerapan pendidikan, yaitu suatu proses pertumbuhan dan perkembangan manusia yang meningkatkan kemampuan dan pertumbuhan motorik. Dan harus diakui bahwa berbagai faktor, termasuk pembelajaran, guru, serta sarana dan prasarana yang dilakukan dalam tindakan pengajaran, mempengaruhi baik tidaknya proses pendidikan jasmani berjalan. (Ayustina, S. G., & Mustofa, 2021)

Untuk tercapainya tujuan pendidikan nasional, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan komponen penting dalam pendidikan secara menyeluruh. Dari kegiatan jasmani, olahraga pilihan, dan kesehatan yang dirancang dengan metodis, komponen komponen tersebut bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan jasmani, keterampilan gerak, kemampuan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, kestabilan emosi, tindakan moral, dan pengenalan lingkungan yang bersih (Luji, 2022).

Tujuan pendidikan nasional adalah membekali masyarakat Indonesia dengan keterampilan yang diperlukan agar dapat hidup secara mandiri dan mematuhi peraturan negara dengan taat, produktifitas, kreatifitas, inventif, dan afektifitas yang bisa memberikan kontribusi positif terhadap komunitas, negara, negara, dan peradaban global (Raibowo, S., N. Y. E., 2019). Karena aktivitas fisik, atau gerakan, merupakan landasan bagi pemahaman masyarakat tentang dunia dan diri mereka sendiri, dan karena aktivitas fisik berkembang secara alami seiring waktu, pendidikan tidak dapat sepenuhnya dicapai tanpa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Zifatama Jawa. Pangga, D., & Kuntjoro, 2023) .

Observasi akan diselenggarakan pada saat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) pada materi Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan (PJOK) di SMK N 03 Semarang menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa gerakan yang kurang efisien dalam melakukan passing bola. Partisipasi siswa dalam pembelajaran hanya sebatas mengikuti arahan guru dan belum sepenuhnya mengembangkan kemauannya untuk mengikuti metode pembelajaran dikarenakan cara belajarnya masih tergantung pada guru serta dilaksanakan melalui cara-cara konvensional. Tanggung jawab utama siswa adalah meniru gerakan guru, sehingga menyebabkan kurangnya semangat siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran (Lestari, 2025). Kondisi tersebut membuktikan bahwa penerapan kurikulum merdeka di SMK N 03 Semarang berjalan kurang maksimal, khususnya pada pembelajaran PJOK .

Berdasarkan temuan observasi yang telah dilakukan, masih banyak siswa kelas X TITL II SMK N 03 Semarang yang belum mampu memperoleh nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM). Hanya sepuluh dari 36 siswa yang berhasil mencapai KKM. Tidak sesuai dengan harapan yang diharapkan, ada beberapa siswa yang memperoleh nilai dibawah rata-rata, siswa harus dapat memperoleh nilai KKM agar memperoleh ketuntasan pada materi PJOK. Khususnya bagi SMK N 03 Semarang dan para guru pendidikan jasmani, olah raga, dan kesehatan.

Berkenaan dengan hal tersebut, diperlukan tindakan sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran PJOK di SMK N 03 Semarang khususnya kelas X TITL II . Ada beberapa cara yang bisa diselenggarakan salah satunya ialah cara belajar yang menarik sehingga mampu meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK. sikap ilmiah siswa untuk mendukung siswa dalam mengatasi tantangan belajar. Selain itu metode pembelajaran yang bisa dilakukan dalam pembelajaran PJOK adalah metode dengan cara kooperatif dapat

mendorong siswa berkegiatan dengan aktif serta positif dengan kelompoknya (Cahyani, S. A., Irianto, D. M., & Furnamasari, 2025). Metode Learning Together (LT) adalah bagian dari berbagai macam gaya pembelajaran kooperatif. Menurut (Huda, 2015), "Dalam metode Learning Together ini, siswa ditempatkan dalam kelompok-kelompok kecil. Masing-masing kelompok diminta untuk menghasilkan satu produk kelompok (single group 3 product)". Didalam metode kali ini siswa bisa dibagi dengan bermacam kelompok serta ditugaskan untuk menuntaskan tugasnya dengan berkelompok (Standar, 2022).

Pembelajaran dengan LT harus diterapkan bersama dengan model lain yang dapat membantu meningkatkan keterampilan passing sepak bola siswa dalam pembelajaran PJOK. Model yang dimaksud ialah drill and practice, strategi ini dikenal sebagai "latihan dan latihan", menggunakan latihan atau latihan berulang untuk meningkatkan keterampilan tertentu dalam hal ini, kemampuan passing sepak bola (Pramadani, T., & Sari, 2021). Berdasarkan rangkuman di atas, penelitian ini menggunakan Drill and Practice yang diterapkan dalam metode pembelajaran kooperatif jenis Learning Together untuk meningkatkan kemampuan passing dalam pertandingan sepak bola.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas X TITL II SMK N 03 Semarang, ditemukan bahwa kemampuan passing siswa dalam permainan sepak bola masih rendah. Hal ini ditandai dengan rendahnya nilai siswa yang sebagian besar belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), serta kurangnya partisipasi aktif selama proses pembelajaran. Metode pengajaran yang digunakan sebelumnya bersifat konvensional, di mana siswa hanya meniru gerakan guru tanpa adanya pemahaman yang mendalam maupun keterlibatan aktif. Situasi ini menyebabkan suasana belajar menjadi kurang menarik dan berdampak pada motivasi siswa yang rendah. Dalam konteks Kurikulum Merdeka yang menekankan keaktifan dan kemandirian peserta didik, kondisi tersebut tentu menjadi tantangan yang harus segera diatasi. Oleh karena itu, diperlukan sebuah solusi pembelajaran yang mampu mendorong siswa untuk lebih terlibat, bekerja sama, serta memahami keterampilan teknik passing secara efektif. Metode Learning Together sebagai bentuk pembelajaran kooperatif dipandang tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut karena dapat meningkatkan interaksi antar siswa, membangun kerja sama tim, serta menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan bermakna. Selain itu, penerapan metode ini juga sejalan dengan tujuan Program Pendidikan Profesi Guru (PPG) Prajabatan yang menuntut calon guru untuk mampu merancang dan melaksanakan pembelajaran inovatif berbasis masalah nyata di kelas. Dengan demikian, urgensi penelitian ini terletak pada perlunya perbaikan kualitas pembelajaran PJOK melalui pendekatan yang lebih kolaboratif dan aktif, agar tujuan pembelajaran dan pengembangan keterampilan siswa dapat tercapai secara optimal.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan passing dalam sepak bola melalui metode *Learning Together* (LT). Penelitian dilakukan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari empat tahap: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

Subjek dan Lokasi Penelitian

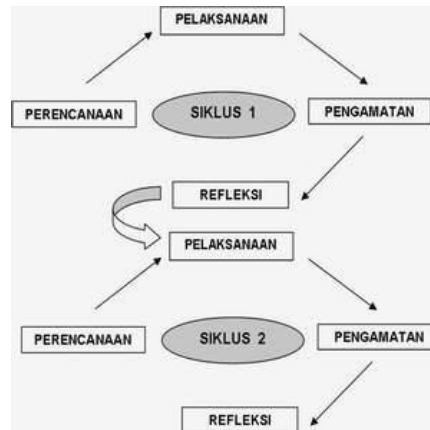
Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 03 Semarang, kelas X TITL II, yang terdiri dari **36 siswa** (25 laki-laki dan 11 perempuan).

Desain Penelitian

Model PTK yang digunakan mengacu pada Kemmis dan McTaggart, yaitu:

- Perencanaan (*Planning*): Menyusun RPP, media pembelajaran, dan format penilaian. Menentukan pembagian kelompok dan skenario penerapan metode *Learning Together*.

- Tindakan (*Acting*): Pelaksanaan pembelajaran sepak bola (passing) menggunakan metode LT dengan pendekatan *drill and practice*. Siswa dibagi dalam kelompok kecil untuk latihan teknik dasar secara bergantian dan saling memberi umpan balik.
- Observasi (*Observing*): Mengamati aktivitas siswa, keterlibatan kelompok, serta hasil belajar menggunakan lembar observasi dan catatan lapangan.
- Refleksi (*Reflecting*): Mengevaluasi hasil dan proses pembelajaran dari siklus yang berlangsung untuk menentukan perbaikan pada siklus berikutnya.



Tabel 1. Kisi-Kisi Penilaian keterampilan Passing Sepak Bola

No	Indikator	Deskriptor	No Butir
1	Sikap awal	a. Berdiri menghadap lawan b. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola c. Arahkan kaki ke lawan d. Kaki ditempatkan dalam posisi menyamping e. Fokus pandangan pada bola	1,2,3,4,5
2	Sikap Pelaksanaan	a. Tubuh berada di atas bola b. Lutut sedikit ditekuk c. Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan d. Pandangan melihat ke arah yang dituju e. Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki	1,2,3,4,5
3	Hasil	a. Arah bola lurus ke depan b. Bola tepat sasaran c. Akurat dalam mengirimkan bola d. Bola mudah di terima e. Bola mendarat menyusur tanah	1,2,3,4,5

Penilaian

Jika persyaratan dilakukan semua secara maksimal nilai 5

Jika hanya empat persyaratan dilakukan secara maksimal nilai 4

Jika hanya tiga persyaratan dilakukan secara maksimal nilai 3

Jika hanya dua persyaratan dilakukan secara maksimal nilai 2

Jika hanya satu persyaratan dilakukan secara maksimal nilai 1

Nilai skor minimal = 15
$Nilai = \frac{Jumlah\ skor\ siswa}{Jumlah\ skor\ maksimal} \times 100$

Setiap aspek dinilai dengan skala 1–5. Nilai akhir diklasifikasikan sesuai kriteria (Arikunto,2018):

Tabel 2. Kriteria Penilaian

Interval	Keterangan
80% - 100%	Sangat Baik
66% - 79%	Baik
56% - 65%	Cukup
0% - 55%	Kurang

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Dari data yang diperoleh hasil tes menunjukkan tingkat kemampuan passing sepak bola dengan metode learning together di kelas X TITL II SMK N 03 Semarang mengalami peningkatan dipaparkan pada hasil berikut :

Tabel 3. Deskripsi Data Hasil Praktik Belajar Passing Sepak Bola

Tes	Jumlah Siswa	Hasil Terendah	Hasil Tertinggi	Rata-rata
Pra siklus	36	58	71	62,20
Siklus 1	36	60	77	67,62
Siklus 2	36	75	82	77,24

Refleksi setelah siklus I mengungkap bahwa pelaksanaan metode *Learning Together* belum maksimal. Kerjasama antaranggota kelompok masih lemah dan keterlibatan siswa belum merata. Peneliti juga menemukan bahwa alokasi waktu belum efektif, sehingga latihan belum memberikan dampak yang optimal. Menurut Arikunto (2018), refleksi adalah tahap krusial dalam PTK untuk mengevaluasi tindakan dan merancang perbaikan yang lebih tepat. Oleh karena itu, pada siklus II dilakukan penyesuaian dengan memperjelas peran dalam kelompok, memperkuat latihan teknik passing melalui pendekatan *Drill and Practice*, serta membagi waktu pembelajaran secara lebih sistematis. Perbaikan ini berdampak positif terhadap peningkatan keterampilan, partisipasi, dan semangat siswa, sejalan dengan pendapat Huda (2015) bahwa pembelajaran kooperatif efektif mendorong keterlibatan aktif dan hasil belajar yang lebih baik.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan passing sepak bola siswa kelas X TITL II SMK Negeri 03 Semarang dari prasiklus hingga siklus II. Pada tahap prasiklus, nilai rata-rata keterampilan passing siswa sebesar 62,20, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Hal ini mencerminkan bahwa proses pembelajaran yang berlangsung sebelum tindakan kurang efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa, khususnya dalam aspek teknik passing.

Pada siklus I, setelah diterapkannya metode pembelajaran kooperatif tipe *Learning Together* yang dikombinasikan dengan strategi *Drill and Practice*, terjadi peningkatan nilai rata-rata menjadi 67,62. Peningkatan ini mencerminkan bahwa intervensi yang dilakukan mulai memberikan pengaruh positif terhadap keterampilan siswa, terutama dalam hal kerjasama kelompok, penguasaan teknik dasar, dan keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Namun, pada tahap ini masih terdapat beberapa siswa yang belum menunjukkan performa optimal, sehingga perbaikan perlu dilakukan.

Melalui refleksi dan perencanaan ulang, siklus II dilaksanakan dengan perbaikan dalam hal manajemen waktu, penguatan peran anggota kelompok, serta intensifikasi latihan teknik passing. Hasilnya, nilai rata-rata siswa meningkat signifikan menjadi 77,24, dan sebagian besar siswa berhasil melampaui KKM. Ini membuktikan bahwa pembelajaran yang berpusat pada kolaborasi dan latihan terstruktur secara berulang mampu meningkatkan penguasaan keterampilan motorik secara efektif.

Peningkatan yang terjadi selaras dengan pandangan Huda (2015) yang menyatakan bahwa *Learning Together* dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kerja sama dan tanggung jawab kolektif dalam kelompok kecil. Sementara itu, strategi *Drill and Practice* sangat membantu dalam mengasah keterampilan teknis secara spesifik melalui pengulangan gerakan (Pramadani & Sari, 2021).

Secara keseluruhan, kombinasi antara model pembelajaran kooperatif dan pendekatan latihan intensif terbukti mampu meningkatkan hasil belajar PJOK, baik dari segi kemampuan teknis siswa maupun sikap belajar mereka. Hasil ini juga mencerminkan keberhasilan implementasi kurikulum merdeka yang menekankan pada pembelajaran yang aktif, partisipatif, dan berpusat pada peserta didik.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan metode *Learning Together* dengan strategi *Drill and Practice* terbukti efektif meningkatkan kemampuan passing sepak bola siswa kelas X TITL II SMK N 03 Semarang, ditunjukkan oleh peningkatan nilai dari prasiklus ke siklus II secara signifikan.

SARAN

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar metode *Learning Together* tidak hanya diterapkan pada materi passing sepak bola, tetapi juga pada keterampilan lain dalam mata pelajaran PJOK seperti dribbling, shooting, atau permainan bola lainnya. Penelitian dapat dikembangkan lebih lanjut dengan melibatkan jenjang kelas atau sekolah yang berbeda guna melihat efektivitas metode dalam konteks yang lebih luas. Selain itu, penggunaan media pembelajaran berbasis teknologi atau digital dapat menjadi inovasi tambahan yang mendukung keterlibatan siswa secara aktif. Peneliti juga disarankan untuk mengeksplorasi dampak metode ini terhadap perkembangan sikap sosial dan kerjasama siswa dalam pembelajaran berbasis kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardana, A. A. K. (2019). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe belajar bersama (*Learning Together*) sebagai upaya peningkatan hasil belajar PJOK pada siswa kelas IV SD Negeri 20 Cakranegara. *Media Bina Ilmiah*, 13(8), 1445–1456.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Ayustina, S. G., & Mustofa, M. (2021). Peningkatan hasil belajar melalui model cooperative learning together pelajaran keseimbangan dan pelestarian sumber daya alam kelas IVB SD N Kestalan Surakarta 2021/2022. *Jurnal Handayani PGSFD FIP Unimed*, 12(2), 82–87.
- Brilliant Pratama, A. (2023). Upaya penggunaan media botol plastik untuk meningkatkan keterampilan renang gaya bebas pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sukodono tahun ajaran 2022/2023. (*Doctoral Dissertation, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*).

- Cahyani, S. A., Irianto, D. M., & Furnamasari, Y. F. (2025). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Heads Together untuk Meningkatkan Karakter Gotong Royong. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6(1), 52–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.54373/imeij.v6i1.2258>
- Huda, M. (2015). *Cooperative learning: Efektivitas pembelajaran kelompok*.
- Kristiyanto, A. (2018). *Penelitian tindakan kelas*. UNS Press.
- Lestari, W. (2025). Pengaruh penggunaan model pembelajaran kooperatif tipe Numbered Heads Together (NHT) terhadap hasil belajar matematika siswa SMA. *Journal of Education and Pedagogical Studies*, 1(1), 8–14.
- Luji, A. L. (2022). Penerapan permainan soccer like games dalam pembelajaran sepak bola untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas XE SMA Negeri 1 Lobalain. *Jurnal Mitra Pendidikan*, 6(8), 506–502.
- Mashud, S. P. (2021). *Penelitian tindakan berbasis project based learning kelas pendidikan jasmani (PTK) & kelas olahraga (PTO)*.
- Pramadani, T., & Sari, D. M. (2021). Penilaian kemampuan passing sepak bola melalui observasi penilaian pada kegiatan ekstrakurikuler sepak bola SD Negeri 107826 Pematang Sijonam Kecamatan Perbaungan tahun ajaran 2020/2021. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 2(1), 33–39.
- Raibowo, S., N. Y. E., & M. M. K. (2019). Pemahaman guru PJOK tentang standar kompetensi profesional. *Journal of Sport Education*, 2(1), 10.
- Standar, B. (2022). Capaian pembelajaran pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah pada kurikulum merdeka. *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi*.
- Zifatama Jawara. Pangga, D., & Kuntjoro, B. F. T. (2023). Meningkatkan hasil belajar PJOK melalui model pembelajaran problem based learning (PBL) pada siswa kelas III UPT SDN 22 Gresik. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(1), 122–134.