

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH
PADA PERMAINAN BOLA VOLI MENGGUNAKAN
PENDEKATAN TARL PADA SISWA KELAS XI ATR A SMK
NEGERI 1 BAWEN**

Ardiyan Setivany¹, Bertika Kusuma Prastiwi²,

¹ Universitas Persatuan Guru Republik Indonesia Semarang. Jl. Gajah Raya No. 40
Semarang. 50166. Indonesia

Email: ¹ asetivany@gmail.com

Email: ² setiyawan@upgris.ac.id

Email: ³ bertikakusumapraستيwi@upgris.ac.id

Email: ⁴ gogotmoko@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli melalui penerapan pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) pada siswa kelas XI ATR A SMK Negeri 1 Bawen. Masalah yang diidentifikasi dalam proses pembelajaran sebelumnya adalah rendahnya penguasaan teknik dasar passing bawah serta kurangnya motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan dalam dua siklus.

Pada kondisi awal (pra siklus), hanya 6 dari 29 siswa (20,69%) yang mencapai ketuntasan belajar. Setelah pelaksanaan Siklus I dengan pendekatan TaRL, jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 10 siswa (34,48%). Selanjutnya, pada Siklus II seluruh siswa (100%) berhasil mencapai nilai di atas KKM. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan penilaian keterampilan teknik passing bawah menggunakan instrumen observasi psikomotorik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan motivasi, pemahaman teknik, dan keterampilan passing bawah siswa. Pendekatan ini memungkinkan pembelajaran yang adaptif dan sesuai dengan kemampuan aktual siswa, sehingga menciptakan suasana belajar yang lebih optimal dan menyenangkan. Dengan demikian, pendekatan TaRL layak untuk diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam pengembangan keterampilan dasar olahraga beregu seperti bola voli.

Kata kunci: Passing bawah, TaRL, PTK

ABSTRACT

This study aims to improve underhand passing skills in volleyball through the implementation of the Teaching at the Right Level (TaRL) approach among 11th-grade students of ATR A class at SMK Negeri 1 Bawen. The main issues identified in previous learning processes included students' low mastery of basic underhand

passing techniques and a lack of motivation during physical education classes. This research employed a Classroom Action Research (CAR) method using the Kemmis and McTaggart model, carried out over two cycles. In the initial condition (pre-cycle), only 6 out of 29 students (20.69%) achieved the minimum passing grade. After implementing Cycle I using the TaRL approach, the number of students achieving mastery increased to 10 (34.48%). In Cycle II, all 29 students (100%) successfully achieved scores above the minimum standard. Data were collected through observations, interviews, and assessments of students' underhand passing skills using psychomotor observation instruments. The results showed that the TaRL approach was effective in enhancing students' motivation, technical understanding, and underhand passing skills. This approach enables adaptive learning tailored to students' actual abilities, creating a more optimal and engaging learning environment. Therefore, the TaRL approach is highly recommended for use in physical education, especially in developing fundamental team sport skills such as volleyball.

Keywords: *Underpass, TaRL, PTK*

1. PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran sentral dalam membentuk karakter, keterampilan, dan kemampuan kognitif peserta didik secara menyeluruh. Pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga harus mencakup dimensi fisik, sosial, dan emosional siswa (Santrock, 2021). Dalam konteks pendidikan jasmani, aspek-aspek tersebut diwujudkan melalui kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran tubuh, kemampuan motorik, serta nilai-nilai sosial seperti kerja sama dan sportivitas (Bailey et al., 2009). Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang tidak hanya menekankan pada perkembangan fisik semata, tetapi juga mendukung pembentukan kepribadian dan sikap positif terhadap hidup sehat dan aktif (Ennis, 2017). Salah satu kegiatan utama dalam pendidikan jasmani adalah pembelajaran olahraga, termasuk permainan bola voli yang merupakan cabang olahraga beregu dengan tingkat partisipasi yang tinggi di kalangan pelajar. Bola voli bukan hanya sekadar permainan, tetapi juga sarana efektif untuk melatih konsentrasi, refleksi, kekompakan, dan pengambilan keputusan cepat (Sheppard & Gabbett, 2008).

Dalam permainan bola voli, keterampilan dasar seperti **passing bawah** (underhand pass atau forearm pass) memiliki peranan yang sangat penting karena menjadi fondasi awal untuk membangun serangan dalam permainan. Passing bawah yang baik akan menghasilkan bola yang akurat dan mudah dikembangkan menjadi set-up atau smash oleh pemain lain (Krause, 2015). Namun demikian, dalam praktiknya di sekolah, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam menguasai teknik ini. Berdasarkan observasi di SMK Negeri 1 Bawen, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum menguasai teknik passing bawah dengan benar, yang ditandai dengan postur tubuh yang tidak ideal, kesalahan penggunaan lengan, dan kurangnya koordinasi saat menerima bola.

Selain faktor teknis, masalah motivasi dan keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran juga menjadi hambatan tersendiri. Metode pembelajaran konvensional yang berpusat pada guru sering kali kurang efektif dalam merangsang partisipasi siswa yang memiliki tingkat kemampuan berbeda-beda (Slavin, 2019). Hal ini menuntut guru untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih adaptif dan responsif terhadap keragaman tingkat capaian belajar siswa.

Salah satu pendekatan yang muncul sebagai solusi inovatif untuk permasalahan tersebut adalah Teaching at the Right Level (TaRL). Pendekatan ini bertujuan untuk menyusun pembelajaran berdasarkan tingkat kemampuan aktual siswa, bukan berdasarkan kelas atau usia, sehingga setiap siswa belajar pada level yang sesuai dan relevan (Banerjee et al., 2016). Pendekatan TaRL pertama kali dikembangkan oleh organisasi Pratham di India dan telah terbukti meningkatkan hasil belajar secara signifikan dalam berbagai konteks pendidikan, termasuk dalam penguasaan literasi dan numerasi (Pratham & J-PAL, 2021). Dalam konteks pendidikan jasmani, pendekatan ini diyakini dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan olahraga dasar secara lebih efektif karena memungkinkan guru memberikan bimbingan sesuai dengan kesiapan siswa secara individual.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan passing bawah pada permainan bola voli. Dengan menerapkan TaRL, diharapkan siswa akan lebih termotivasi, terlibat aktif, dan mendapatkan pengalaman belajar yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing. Fokus utama penelitian ini adalah pada peningkatan keterampilan psikomotor siswa melalui proses pembelajaran yang bersifat diferensiatif dan reflektif, serta

menganalisis perubahan hasil belajar siswa dari siklus ke siklus sebagai indikator keberhasilan penerapan pendekatan ini.

Teaching at the Right Level adalah metode intervensi berbasis bukti yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar dengan menyesuaikan instruksi sesuai dengan tingkat kemampuan siswa. Metode ini sering diterapkan melalui asesmen formatif untuk menentukan tingkat penguasaan keterampilan dasar seperti membaca dan berhitung, kemudian menggunakan teknik pembelajaran yang sesuai agar setiap siswa dapat berkembang sesuai kemampuannya. (World Bank, 2020)

TaRL diartikan sebagai pendekatan pedagogis berbasis data, yang berfokus pada penyampaian materi pembelajaran sesuai dengan kebutuhan belajar siswa, bukan berdasarkan kurikulum atau tingkat kelas. Pendekatan ini menggunakan asesmen sederhana untuk menentukan kemampuan dasar siswa, kemudian memberikan pengajaran yang ditargetkan agar siswa dapat mencapai keterampilan dasar yang penting. J-PAL (The Abdul Latif Jameel Poverty Action Lab, 2019)

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model spiral dari Kemmis dan McTaggart yang terdiri dari empat tahapan: perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), observasi (observing), dan refleksi (reflecting) (Kemmis & McTaggart dalam Arikunto et al., 2010). Model ini dipilih karena sesuai untuk memperbaiki praktik pembelajaran yang sedang berjalan di kelas secara langsung dan kolaboratif antara guru dan peneliti.

Dalam implementasi pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL), pengelompokan siswa dilakukan berdasarkan hasil asesmen awal keterampilan passing bawah. Asesmen ini mencakup evaluasi kemampuan teknis seperti postur tubuh saat melakukan passing, posisi dan penggunaan lengan, koordinasi mata dan tangan, serta tingkat akurasi hasil passing (Hadiawati et al., 2024). Berdasarkan hasil asesmen tersebut, siswa dikelompokkan ke dalam beberapa tingkatan, yaitu kelompok dasar, kelompok menengah, dan kelompok mahir.

Kelompok dasar terdiri atas siswa dengan keterampilan dasar yang masih rendah dan memerlukan latihan fundamental seperti penguasaan postur tubuh dan teknik dasar passing tanpa bola (*shadow drill*). Kelompok menengah berfokus pada latihan penerapan teknik passing dalam situasi sederhana, seperti passing berpasangan dengan jarak pendek atau latihan passing bola lambung dengan tempo lambat. Sementara itu, kelompok mahir diberikan latihan yang lebih kompleks dan menantang, seperti passing dalam permainan kecil (*mini game*) atau simulasi rally (Banerjee et al., 2016; Lakhsman, 2019).

Modifikasi latihan juga dilakukan dengan menyesuaikan alat bantu, seperti penggunaan bola yang lebih ringan untuk kelompok dasar dan penentuan target jarak passing yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan masing-masing kelompok. Selain itu, guru memberikan instruksi, demonstrasi, dan umpan balik yang adaptif sesuai dengan kebutuhan setiap kelompok, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna dan sesuai dengan tingkat kesiapan siswa (Pratham & J-PAL, 2021). Pendekatan TaRL ini memungkinkan pembelajaran yang diferensiatif, adaptif, serta responsif terhadap perbedaan capaian belajar siswa, yang pada akhirnya berdampak

positif terhadap peningkatan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli (Dyson, 2014).

Kriteria Pengelompokan Siswa

Pengelompokan dilakukan berdasarkan asesmen awal keterampilan passing bawah yang dilaksanakan sebelum pembelajaran dimulai. Asesmen ini mengevaluasi kemampuan teknis siswa, seperti: Postur tubuh saat melakukan passing, posisi tangan dan lengan, koordinasi mata dan tangan, hasil arah bola (akurasi). Berdasarkan hasil asesmen tersebut, siswa dikelompokkan menjadi beberapa tingkat kemampuan, misalnya:

- **Kelompok Dasar:** Siswa dengan kemampuan sangat rendah, masih kesulitan dalam postur dasar dan koordinasi.
- **Kelompok Menengah:** Siswa dengan kemampuan cukup, memahami teknik dasar tapi belum konsisten.
- **Kelompok Mahir:** Siswa dengan kemampuan baik, mampu melakukan passing dengan akurat namun butuh penyempurnaan.

Modifikasi Latihan per Kelompok

Setiap kelompok diberikan latihan yang spesifik sesuai kebutuhan mereka: Kelompok Dasar: Fokus pada latihan postur dan teknik dasar. Contoh: latihan posisi siap, ayunan lengan, dan gerakan dasar tanpa bola (shadow drill).

- **Kelompok Menengah:** Latihan penerapan teknik dalam situasi sederhana, seperti passing berpasangan dengan target jarak pendek, latihan passing ke dinding, atau passing bola lambung dengan tempo lambat.
- **Kelompok Mahir:** Latihan dengan intensitas lebih tinggi, seperti passing dalam permainan kecil (mini game), simulasi rally, atau latihan kombinasi passing dan set-up.
- Guru memberikan instruksi, demonstrasi, dan umpan balik yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan kelompok, bukan satu instruksi untuk semua.

Latihan juga dimodifikasi dari segi alat bantu, misalnya: Gunakan bola yang lebih ringan untuk kelompok dasar agar lebih mudah dikontrol, atur jarak passing yang lebih dekat untuk kelompok pemula, tambahkan target cone atau lingkaran sebagai sasaran passing bagi kelompok lanjutan.

Prinsip Utama TaRL yang Diaplikasikan

Belajar sesuai level kemampuan aktual: Siswa berlatih pada tingkat kesulitannya masing-masing, bukan berdasarkan kelas atau usia.

- **Adaptif dan responsif:** Guru memantau progres setiap kelompok dan melakukan penyesuaian latihan jika diperlukan.
- **Peningkatan bertahap:** Ketika siswa sudah menguasai satu level, mereka naik ke latihan berikutnya yang lebih menantang.

- Refleksi dan evaluasi: Setelah latihan, dilakukan refleksi bersama untuk mengetahui perasaan siswa, kesulitan yang dihadapi, dan kemajuan yang telah dicapai.

Subjek dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Bawen pada kelas XI ATR A yang terdiri dari 29 siswa dengan latar belakang kemampuan teknik bola voli yang beragam.

Desain Tindakan

Penelitian dilakukan dalam dua siklus. Pada setiap siklus, siswa dikelompokkan berdasarkan hasil asesmen awal keterampilan passing bawah, dan kemudian diberikan pembelajaran menggunakan pendekatan TaRL yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan kelompok masing-masing (Banerjee et al., 2016).

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan meliputi:

- Lembar observasi keterampilan psikomotor passing bawah
- Tes praktik teknik passing bawah
- Pedoman wawancara siswa dan guru
- Instrumen observasi aktivitas guru dan siswa selama pembelajaran

Teknik Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Persentase ketuntasan belajar

Ketuntasan = $\frac{\text{Jumlah seluruh siswa}}{\text{Jumlah siswa tuntas}} \times 100\%$

Analisis kualitatif digunakan untuk menafsirkan hasil wawancara dan refleksi yang menggambarkan motivasi, antusiasme, serta persepsi siswa dan guru terhadap penerapan pendekatan TaRL (Moleong, 2019). dihitung dengan rumus:

Rumus Analisis Data Penelitian

$$\text{Persentase Ketuntasan} = \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Seluruh Siswa}} \times 100\%$$

$$\text{Nilai Rata-rata} = \frac{\sum x}{N}$$

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap Pra Siklus, hanya 6 dari 29 siswa (20,69%) yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Siswa menunjukkan kesalahan dalam postur tubuh, koordinasi tangan, serta kurang fokus saat menerima bola.

Dari Hasil Siklus I Setelah penerapan TaRL, keterampilan siswa meningkat; 10 siswa (34,48%) mencapai ketuntasan. Pengelompokan berdasarkan level kemampuan membantu siswa memahami teknik sesuai kapasitasnya (Hadiawati et al., 2024). Dari Hasil Siklus II meningkat signifikan: seluruh siswa (100%) mencapai nilai di atas KKM. Siswa lebih percaya diri, aktif berpartisipasi, dan memahami prinsip passing bawah dengan lebih baik. Hal ini sejalan dengan temuan Pratham & J-PAL (2021) bahwa pendekatan TaRL meningkatkan performa siswa secara menyeluruh.

Temuan ini membuktikan bahwa pendekatan TaRL tidak hanya relevan untuk literasi dan numerasi, tetapi juga efektif dalam pembelajaran keterampilan motorik seperti passing bawah dalam bola voli. Strategi diferensiasi dan pemetaan kemampuan awal menjadi kunci sukses pendekatan ini (Lakhsman dalam Hadiawati et al., 2024). Motivasi dan keaktifan siswa meningkat karena pembelajaran disesuaikan dengan level aktual mereka, sesuai dengan prinsip konstruktivisme dalam pembelajaran jasmani (Dyson, 2014).

Analisis Statistik Deskriptif

Peningkatan kemampuan keterampilan passing bawah siswa kelas XI ATR A SMK Negeri 1 Bawen dianalisis menggunakan data statistik deskriptif. Pada tahap pra siklus, rata-rata nilai siswa sebesar 6,69 dengan standar deviasi 1,88, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dan tingkat sebaran nilai relatif tinggi.

Setelah diterapkan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) pada siklus I, terjadi peningkatan nilai rata-rata menjadi 7,34, dengan standar deviasi yang sedikit lebih rendah (1,86), yang mengindikasikan adanya perbaikan secara umum meskipun belum merata sepenuhnya.

Pada siklus II, terjadi lonjakan yang signifikan baik dari segi nilai rata-rata yang mencapai 9,52, maupun dari segi sebaran nilai yang menyempit (standar deviasi hanya 0,68). Ini menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa telah menguasai keterampilan passing bawah dengan baik dan merata.

Hasil ini memperkuat efektivitas pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan psikomotorik siswa melalui pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan aktual mereka.

Tahap	Jumlah Siswa (N)	Total Nilai	Rata-rata (Mean)	Standar Deviasi (SD)
Pra Siklus	29	194	6,69	± 1,88
Siklus I	29	213	7,34	± 1,86
Siklus II	29	276	9,52	± 0,68

Selama proses pelaksanaan tindakan, peneliti menghadapi beberapa kendala yang perlu dicermati. Salah satu tantangan utama adalah resistensi awal dari sebagian siswa terhadap pendekatan pembelajaran baru yang berbeda dari metode konvensional yang biasa mereka alami. Beberapa siswa tampak kebingungan saat dikelompokkan berdasarkan tingkat kemampuan, bukan berdasarkan kelas secara utuh. Selain itu, keterbatasan waktu pembelajaran di sekolah juga menjadi hambatan dalam pelaksanaan asesmen awal dan pengelompokan siswa sesuai prinsip pendekatan TaRL. Untuk mengatasi hal tersebut, peneliti melakukan koordinasi dengan guru pendidikan jasmani untuk menjadwalkan waktu tambahan di luar jam pelajaran serta memberikan penjelasan yang lebih intensif mengenai tujuan dan manfaat pendekatan TaRL. Melalui pendekatan komunikasi yang terbuka dan dukungan dari guru, siswa secara bertahap mampu beradaptasi dan menunjukkan peningkatan keterlibatan dalam proses pembelajaran. Kendala-kendala tersebut memberikan pelajaran penting bahwa fleksibilitas, kolaborasi, dan pendekatan humanis menjadi faktor pendukung utama dalam keberhasilan implementasi strategi pembelajaran berdiferensiasi seperti TaRL di lingkungan sekolah kejuruan.

4. KESIMPULAN

Penerapan pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) secara efektif meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas XI ATR A SMK Negeri 1 Bawen. Peningkatan terjadi secara bertahap, dari 20,69% (pra siklus) menjadi 100% (Siklus II). TaRL mendorong pembelajaran yang adaptif, menyenangkan, dan mampu menjawab kebutuhan belajar siswa secara individual.

Menyenangkan, dan mampu menjawab kebutuhan belajar siswa secara individual, Keberhasilan pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan passing bawah pada permainan bola voli tidak lepas dari penerapan beberapa strategi kunci yang mendukung proses pembelajaran. Salah satu faktor utama adalah pengelompokan siswa berdasarkan tingkat kemampuan awal yang memungkinkan pembelajaran berjalan secara lebih terfokus dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing individu. Selain itu, pendekatan personalisasi yang diberikan melalui instruksi yang disesuaikan dengan kemampuan kelompok, serta perhatian lebih dari guru terhadap perkembangan tiap kelompok, turut meningkatkan motivasi, partisipasi aktif, dan kepercayaan diri siswa. Kombinasi antara strategi diferensiasi, asesmen awal yang akurat, dan dukungan instruksional yang adaptif menjadi elemen penting dalam keberhasilan implementasi TaRL di kelas ini.

5. SARAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi temuan, karena hanya dilakukan pada satu kelas yaitu siswa kelas XI ATR A di SMK Negeri 1 Bawen dengan jumlah partisipan sebanyak 29 siswa. Oleh karena itu, hasil yang diperoleh belum tentu dapat mewakili populasi yang lebih luas atau diterapkan secara langsung di sekolah lain dengan karakteristik berbeda. Untuk memperkuat validitas eksternal dan memperluas penerapan pendekatan TaRL dalam pembelajaran pendidikan jasmani,

disarankan agar penelitian lanjutan dilakukan dengan melibatkan sampel yang lebih besar serta konteks yang lebih beragam, baik dari segi jenjang pendidikan, latar belakang sekolah, maupun jenis keterampilan olahraga yang dikembangkan.

- Bagi Guru: Disarankan menggunakan pendekatan TaRL dalam pembelajaran teknik olahraga untuk meningkatkan keterlibatan dan hasil belajar siswa
- Bagi Siswa: Siswa perlu mempertahankan dan mengembangkan keterampilan yang diperoleh melalui latihan rutin dan refleksi mandiri.
- Bagi Sekolah: Sekolah perlu menyediakan fasilitas pendukung serta pelatihan guru agar implementasi pendekatan diferensiasi seperti TaRL dapat berjalan optimal.
- Bagi Peneliti Selanjutnya: Dapat mengembangkan penelitian serupa pada materi olahraga lain seperti sepak bola, basket, atau atletik untuk menguji efektivitas TaRL di konteks yang lebih luas.

Penelitian ini telah membuktikan bahwa pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar olahraga, khususnya passing bawah dalam permainan bola voli. Namun demikian, penelitian selanjutnya disarankan untuk tidak hanya mereplikasi pendekatan ini, tetapi juga mengeksplorasi kemungkinan pengembangan model pembelajaran yang lebih komprehensif melalui kombinasi TaRL dengan metode lain. Misalnya, mengintegrasikan TaRL dengan strategi *cooperative learning* untuk memperkuat aspek kerja sama tim, atau dengan pendekatan *game-based learning* guna meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa melalui aktivitas yang lebih kontekstual dan menyenangkan. Selain itu, penerapan pendekatan gabungan ini dapat diuji pada berbagai cabang olahraga lain seperti sepak bola, basket, atau atletik, serta pada jenjang pendidikan yang berbeda untuk mengukur efektivitasnya dalam konteks dan karakteristik siswa yang lebih beragam. Upaya ini diharapkan dapat memperkaya wawasan praktis maupun teoretis dalam pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang adaptif dan berorientasi pada kebutuhan peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abad, M. T., et al. (2016). Cognitive and Tactical Decision Making in Volleyball. *Journal of Sports Sciences*, 34(3), 123–130.
- Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27.
- Banerjee, A., Banerji, R., Duflo, E., Glennerster, R., & Khemani, S. (2016). Mainstreaming an effective intervention: Evidence from randomized evaluations of Teaching at the Right Level. *American Economic Journal: Applied Economics*, 10(1), 1–23.
- Chen, W., Hammond-Bennett, A., Hypnar, A., & Mason, S. (2020). Physical activity and academic achievement in elementary school: Data from a randomized controlled trial. *Journal of School Health*, 90(3), 177–185.
- Dyson, B. (2014). *Quality physical education: Guidelines for policy makers*. UNESCO Publishing.
- Ennis, C. D. (2017). *Meaningful Physical Education: Curriculum and Instructional Models for School Programs*. Human Kinetics.

- Garcia-Gil, M., Garcia, J. A., & Hernandez, M. (2018). Accuracy of forearm pass in youth volleyball: The impact of arm swing and body alignment. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(4), 529–537.
- Hadiawati, L., Nuraini, T., & Rahman, A. (2024). Implementasi Pendekatan TaRL dalam Pembelajaran Berdiferensiasi. *Jurnal Inovasi Pendidikan Indonesia*, 15(2), 65–74.
- Krause, J. V. (2015). *Coaching Volleyball Successfully* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Lakhsman, R. (2019). Teaching at the Right Level: A transformative pedagogy for equity and inclusion. In Hadiawati et al. (2024), *Jurnal Inovasi Pendidikan Indonesia*, 15(2).
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pratham & J-PAL. (2021). *Teaching at the Right Level: Evidence and Implementation*. <https://www.teachingattherightlevel.org/>
- Roberts, S., & Fairclough, S. (2019). The role of physical education in the development of active lifestyles. *European Physical Education Review*, 25(4), 1082–1101.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-Span Development* (18th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sheppard, J. M., & Gabbett, T. (2008). Approaches to the development of strength and speed-specific movement. *Strength and Conditioning Journal*, 30(1), 26–30.
- Slavin, R. E. (2019). *Educational Psychology: Theory and Practice* (12th ed.). Boston: Pearson.

Dokumen Pemerintah