

## **Implementasi Pendekatan *Teaching at the Right Level* (*TaRL*) Terhadap Materi Senam Lantai Guling Belakang (Back Roll) Kelas XI 8 di SMAN 2 Semarang**

**Tisna Ery Ribowo<sup>1</sup>, Nama Osa Maliki<sup>2</sup>, Ibnu Fatkhu Royana<sup>3</sup>, Narfangurohim<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>PJKR, PPG Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

<sup>2</sup>PJKR, PPG Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

<sup>3</sup>PJKR, PPG Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

<sup>4</sup>SMA Negeri 2 Semarang

Email: <sup>1</sup>tisnaeryribowo24@gmail.com

Email: <sup>2</sup>osamaliki@upgris.ac.id

Email: <sup>3</sup>ibnufatkhuroyana@upgris.ac.id

Email: <sup>4</sup>narfangurohim123@gmail.com

### **ABSTRAK**

*This research is motivated by the low learning outcomes, which is a problem in the development of Physical Education, especially in SMAN 2 Semarang. This research is a Collaborative Classroom Action Research (PTKK). This study aims to determine the effect of the implementation of the Teaching at the Right Level (TaRL) approach on the learning outcomes of grade 12-8 students in the back roll floor gymnastics material at SMAN 2 Semarang. The subjects used in this study were 36 students of grade 12-8, consisting of 25 females and 11 males. Data collection was carried out through interviews, observations, documentation, and written tests. The analysis technique used is descriptive quantitative. The results showed that the implementation of the TaRL approach can improve students' learning outcomes in the back roll floor gymnastics material for grade 12-8 students of SMAN 2 Semarang. This can be proven from the pre-cycle where students' learning outcomes only reached 33.33%, cycle 1 72.22%, and cycle 2 86.11%. This shows that the TaRL approach is effective in improving students' understanding of floor gymnastics.*

**Keywords:** *Teaching at the Right Level (TaRL), Science and Social Studies, Learning Outcomes*

### **ABSTRACT**

Penelitian ini di latar belakangi oleh rendahnya kemampuan hasil belajar yang merupakan permasalahan dalam pengembangan Pendidikan jasmani, khususnya di SMAN 2 Semarang. Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas Kolaboratif (PTKK). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (*TaRL*) terhadap hasil belajar peserta didik kelas XI 8 pada materi senam lantai guling belakang (back roll) di SMAN 2 Semarang. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI 8 sebanyak 36 peserta didik, diantaranya 25 perempuan dan 11 laki-laki. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dokumentasi, dan tes tertulis. Teknik analisis yang digunakan deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan TaRL dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada materi senam lantai guling belakang (back roll) kelas XI 8 SMAN 2 Semarang. Dapat dibuktikan dari pra-siklus hasil belajar peserta didik hanya mencapai persentase 33,33%, siklus 1 72,22%, dan siklus 2 86,11% Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan pemahaman senam lantai pada peserta didik.

**Kata Kunci :** Guling Belakang (Back Roll), Senam Lantai, *Teaching at the Right Level* (*TaRL*)

## 1. PENDAHULUAN

Kurikulum Merdeka, sebagai kurikulum terkini, mengadopsi filosofi Ki Hadjar Dewantara yang menekankan pentingnya “tuntunan” dalam proses pembelajaran, yang memiliki arti bahwa setiap pendidik selama proses pembelajaran memiliki tugas untuk menuntun peserta didik menuju kemerdekaan untuk meningkatkan potensi mereka(Ningsih et al., 2024). Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari kurikulum yang harus disampaikan kepada peserta didik oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesempatan dengan baik (Rahman et al., 2020). Proses pelaksanaan pembelajaran harus sesuai dengan kurikulum berbasis kompetensi (Dwi Fadilah et al., 2021). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif melalui aktifitas jasmani. Sejalan dengan itu pendidikan jasmani sebagai bagian dari pendidikan keseluruhan dengan melibatkan penggunaan sistem aktivitas kekuatan otot untuk belajar, sebagai akibat peran serta dalam kegiatan ini. Bidang-bidang lain yang erat kaitannya dengan pendidikan jasmani dan olahraga adalah pendidikan kesehatan, rekreasi dan tari. Maka dengan adanya pendidikan yang berkualitas dapat membentuk siswa untuk mengembangkan potensi diri secara optimal sehingga menjadi individu yang cerdas dan berkarakter(Saad et al., n.d.).

Proses pembelajaran yang berlangsung di sekolah menengah atas, khususnya pada mata pelajaran PJOK peserta didik dituntut untuk mampu berfikir kritis dan analitis, dengan tujuan untuk menumbuhkan rasa ingin tahu, minat, dan keterlibatan aktif untuk meningkatkan potensi pengetahuan dan kemampuan peserta didik (Ilmu Pendidikan LPMP Kalimantan Timur Jurnal Ilmu Pendidikan LPMP Kalimantan Timur & Suprianto Guru Pendidikan Jasmani di SMA Negeri, 2017). Berdasarkan tujuan tersebut guru dituntut untuk dapat mengakomodasi keberagaman kemampuan setiap peserta didik, dengan mempersiapkan penyampaian materi yang di sesuaikan dengan kemampuan peserta didik agar dapat mudah dipahami oleh seluruh peserta didik dengan baik. Materi senam lantai guling belakang (back roll), sebagai salah satu materi penting dalam pelajaran PJOK senam lantai dikelas XI 8, hal ini seringkali menjadi tantangan tersendiri bagi siswa. Konsep-konsep abstrak yang terkandung di dalamnya, seperti roll depan, roll belakang, meroda, head stand, lompat kangkang, memerlukan pemahaman yang mendalam. Hasil belajar menunjukkan sejauh mana peserta didik telah menyerap materi yang diajarkan. Nilai yang diberikan guru menunjukkan hasil belajar yang diperoleh oleh para peserta didik. Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti pada tahap pre-test terhadap peserta didik Kelas XI 8 SMAN 2 Semarang pada mata pelajaran PJOK materi senam lantai guling belakang (back roll) masih dibawah standart dan guru diharapkan dapat mengatasi atau memperbaiki kualitas pembelajaran.

Salah satu solusi efektif untuk mengatasi perbedaan kemampuan peserta didik adalah dengan menerapkan pendekatan pembelajaran TaRL. Dimana peserta didik dikelompokkan berdasarkan kemampuannya, yaitu kemampuan *rendah, sedang, dan mahir* (Peto MAN & Payakumbuh, n.d.).

Dengan menerapkan TaRL, pembelajaran menjadi lebih bervariasi. Materi dan metode yang disesuaikan dengan kemampuan individu memungkinkan setiap siswa belajar sesuai dengan ritme dan gaya belajar masing-masing. Melalui asesmen, guru dapat mengetahui sejauh mana kemampuan dan potensi setiap pesertaa didik. Dengan demikian, pembelajaran dapat dirancang sesuai dengan kekampuan peserta didik sehingga hal tersebut peserta didik merasa tertantang namun tetap mampu meraih keberhasilan. Hal ini akan meningkatkan motivasi belajar peserta didik (Prihandini et al., 2023).

Hasil penelitian awal yang dilakukan melalui pretes dengan murid kelas XI 8 di SMAN 2 Semarang menunjukkan adanya perbedaan kemampuan belajar peserta didik. Banyak pesertaa didik yang masih kesulitan mempraktikkan senam lantai dengan baik dan benar. Untuk mengatasi hal ini, peneliti menyusun strategi belajar khusus yang disesuaikan dengan kebutuhan belajar setiap siswa.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Isi metode kajian adalah teknik pengumpulan data, sumber data, cara analisis data, uji korelasi, dan sebagainya, ditulis dengan font Georgia 11. Dalam bab ini dapat juga dicantumkan rumus ilmiah yang digunakan untuk analisis data/uji korelasi.

Penelitian ini menggunakan model Penelitian Tindakan Kelas Kolaboratif (PTKK) yang melibatkan kerja sama antara guru dan peneliti untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Pemilihan tempat dalam penelitian ini dimaksudkan untuk lebih mempersempit ruang lingkup pembahasan dan atas dasar tujuan tertentu, maka peneliti menetapkan penelitian dilakukan di SMA Negeri 2 Semarang, Provinsi Jawa Tengah. Waktu penelitian dilakukan di semester genap tahun ajaran 2024/2025 tahun 2025.

#### Subjek dan Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di kelas XI 8 SMA Negeri 2 Semarang tahun pelajaran 2024/2025. Dengan total jumlah siswa 36 dan latar belakang dan kemampuan yang berbeda-beda.

#### Teknik Pengumpulan Data

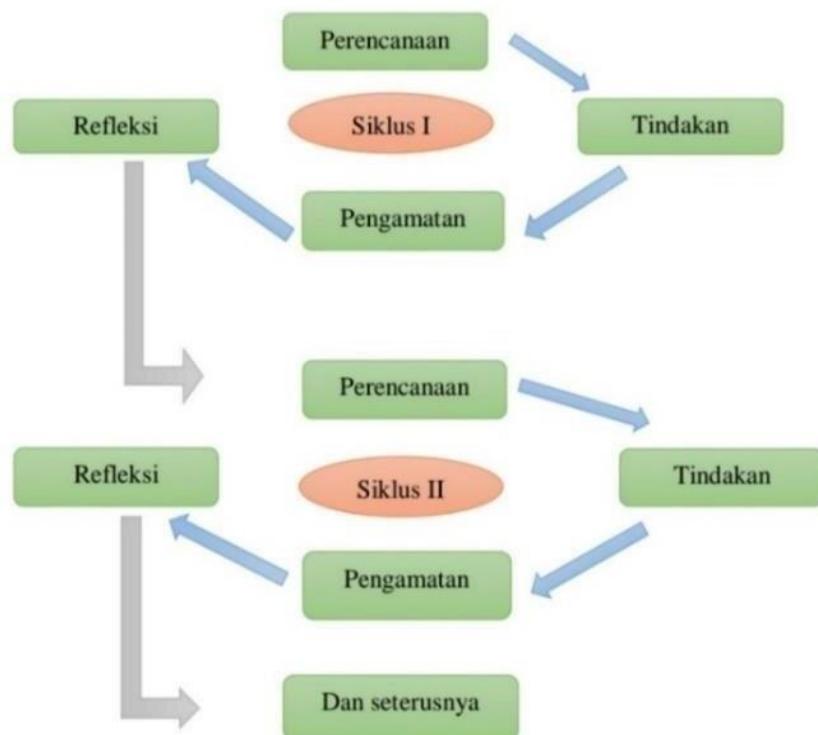
Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dalam beberapa Teknik, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilaksanakan untuk mengetahui keaktifan dan keterlibatan siswa saat proses belajar. Wawancara dilaksanakan dengan siswa dan guru untuk menggali lebih lanjut. Selain itu, dokumentasi yang berupa foto dan video saat pembelajaran sebagai bukti nyata pendukung dalam penyusunan data kualitatif.

#### Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis deskriptif. Metode deskriptif kualitatif adalah sebuah pendekatan penelitian yang difokuskan pada pengumpulan data deskriptif berupa kata-kata, gambar, atau perilaku, dan tidak dituangkan dalam bentuk bilangan atau angka statistic (Darmawan & Febrianti, n.d.).

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua tahap utama yang disebut siklus. Setiap siklus terdiri dari empat langkah diantaranya: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Adapun siklus kegiatan PTK strategi Kurt Lewin ditunjukkan sebagai berikut:

**Gambar 1. Model PTK Kurt Lewin**



Kurt Lewin, seorang ahli psikologi sosial, mengembangkan empat model utama diantaranya:

### 1. Perencanaan (Planning):

Pada tahap awal ini, peneliti bersama guru pamong mengidentifikasi permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi *senam lantai guling belakang (back roll)* di kelas XI-8 SMAN 2 Semarang. Berdasarkan hasil pengamatan awal dan refleksi bersama, ditemukan bahwa sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan guling belakang dengan teknik yang benar. Selain itu, minat dan partisipasi siswa dalam mengikuti pelajaran juga tergolong rendah.

Untuk mengatasi masalah tersebut, peneliti merancang sebuah tindakan berupa penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) yang dipadukan dengan metode *deep learning*. Tujuannya adalah untuk menyesuaikan pendekatan pembelajaran dengan tingkat kemampuan awal siswa, sehingga mereka mendapatkan bimbingan sesuai dengan kebutuhannya. Langkah-langkah konkret dirancang, meliputi pembentukan kelompok belajar berdasarkan tingkat penguasaan keterampilan, penggunaan video pembelajaran analisis gerakan, serta pemberian umpan balik yang mendalam.

### 2. Pelaksanaan (Acting):

Tindakan dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Guru menerapkan pendekatan TaRL dengan mengelompokkan siswa berdasarkan hasil diagnosis awal keterampilan guling belakang. Setiap kelompok mendapatkan perlakuan pembelajaran yang sesuai dengan levelnya, dengan menggunakan metode *deep learning* untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan motorik. Dalam proses ini, peneliti juga berperan aktif dalam membantu pelaksanaan tindakan dan melakukan pencatatan terhadap dinamika pembelajaran.

Data dikumpulkan melalui observasi langsung, penilaian keterampilan gerak, serta dokumentasi berupa foto dan video selama kegiatan berlangsung. Data ini digunakan untuk melihat dampak dari intervensi yang dilakukan terhadap peningkatan keterampilan siswa.

### 3. Observasi (Observing):

Selama pelaksanaan tindakan, peneliti melakukan observasi secara sistematis terhadap aktivitas siswa, respon terhadap metode pembelajaran, serta perkembangan kemampuan dalam melakukan guling belakang. Observasi dilakukan dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan sebelumnya, serta dibantu oleh guru pamong dan teman sejawat sebagai kolaborator. Selain itu, dokumentasi visual juga digunakan untuk mendukung data observasi dan memberikan gambaran nyata terhadap proses perubahan yang terjadi.

### 4. Refleksi (Reflecting):

Setelah tindakan dan observasi dilakukan, peneliti dan kolaborator melakukan analisis terhadap data yang telah dikumpulkan. Proses refleksi ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas tindakan yang telah dilaksanakan, mengidentifikasi keberhasilan maupun kendala yang muncul, serta menentukan langkah-langkah perbaikan untuk siklus berikutnya. Hasil refleksi menunjukkan adanya peningkatan dalam keterampilan siswa dalam melakukan gerakan guling belakang, serta meningkatnya antusiasme dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Berdasarkan hasil evaluasi ini, rencana tindakan direvisi untuk siklus selanjutnya, seperti penyesuaian media pembelajaran, penguatan instruksi pada kelompok dengan keterampilan rendah, serta peningkatan intensitas umpan balik secara individu.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data awal yang diperoleh dari penelitian yang dilaksanakan di SMAN 2 Semarang pada pelajaran PJOK materi senam lantai guling belakang (*back roll*) adalah pre-test yang

digunakan sebagai hasil belajar peserta didik sebelum diterapkannya proses pembelajaran dengan menggunakan pendekatan TARL. Data pre-test dilaksanakan pada saat Pra-siklus dan selanjutnya data didapatkan dari siklus 1 dan 2 yang setiap siklus dilaksanakan selama 2 pembelajaran. Siklus 1 dan 2 digunakan sebagai nilai hasil perkembangan belajar PJOK sesudah diterapkannya pendekatan *TARL* pada kelas XI 8 dengan beranggotakan 27 peserta didik. Data pre-test ini dilakukan pada saat Pra- siklus dan data selanjutnya yang diperoleh pada siklus 1 dan 2 yang digunakan sebagai nilai hasil belajar PJOK peserta didik sesudah diterapkannya pendekatan *TaRL*.

### 1. Hasil Pra-Siklus

Pada pelaksanaan Pra-Siklus, peserta didik melakukan pre-test mengenai materi senam lantai guling belakang (back roll) pada tumbuhan, pre-test ini dilakukan pada hari senin, 14 Oktober 2024 dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki masing-masing siswa.. Berdasarkan hasil pre-tes, rata-rata nilai peserta didik adalah 65 dari KKM Minimal 75 yang menunjukkan bahwa rata-rata peserta didik belum menunjukkan ketuntasan dan masih perlu perbaikan pembelajaran. Hasil nilai pre-test peserta didik pada pra-siklus di tunjukkan pada table berikut:

**Tabel 4. Gambar Hasil Pre-Test**

No	Rentan Nilai	Kategori	Jumlah Peserta Didik
1	0-40	Kurang	4
2.	41-74	Cukup	20
3.	75-84	Baik	10
4.	85-100	Sangat Baik	2
		Total	36

Berdasarkan tabel diatas setelah melakukan pre-tes materi senam lantai guling belakang (back roll). Hasil pretes menunjukkan bahwa 66,66% siswa belum mencapai KKM, sementara sisanya 33,33% sudah memenuhi kriteria. terlihat bahwa pemahaman dan keterampilan siswa dalam melakukan gerakan senam lantai masih perlu ditingkatkan, dengan persentase siswa yang belum tuntas mencapai 66,66.

## 2. Hasil Siklus 1

Pada penerapan siklus 1 proses pembelajaran materi proses fotosintesis sudah menerapkan pembelajaran dengan pendekatan *TARL*. Pada siklus 1 dilaksanakan dari beberapa tahapan yaitu tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Pada saat perencanaan guru merancang modul ajar dengan menggunakan model PBL dengan mengintegrasikan pendekatan *TaRL*. Pada saat pembelajaran berlangsung peserta didik melakukan pemanasan, lalu Proses pembelajaran disesuaikan dengan modul ajar yang telah disusun yaitu terdapat kegiatan pendahuluan, inti dan penutup. Pada pelaksanaan kegiatan siklus ini sudah bisa dikatakan berjalan dengan lancar, namun masih terdapat beberapa kendala yang dialami, berupa kelemahan pembelajaran dimana peserta didik masih kesulitan dalam mengikuti pembelajaran, kurangnya keterlibatan peserta didik dalam kelompok terutama kelompok rendah, peserta didik kelompok sedang mahir kesulitan memahami informasi pada soal berbasis masalah, dan peserta didik kelompok mahir kesulitan dalam menarik kesimpulan dari proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil siklus 1, pembelajaran PJOK dengan menggunakan pendekatan *Teaching at the Right Level* (*TARL*), menunjukkan hasil yang diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 5. Gambar Hasil Siklus 1**

No	Rentan Nilai	Kategori	Jumlah Peserta Didik
1	0-40	Kurang	0
2.	41-74	Cukup	10
3.	75-84	Baik	21
4.	85-100	Sangat Baik	5
	Total		36

Berdasarkan tabel diatas setelah melakukan siklus 1 materi senam lantai guling belakang (back roll). Hasil siklus 1 menunjukkan bahwa 27,77% siswa belum mencapai KKM, sementara sisanya 72,22% sudah memenuhi kriteria. terlihat bahwa pemahaman dan keterampilan siswa dalam melakukan gerakan senam lantai materi guling belakang (back roll) sudah meningkat yang sangat signifikan, dengan persentase siswa yang belum tuntas mencapai 27,77%.

## 3. Hasil Siklus 2

Pada siklus 2, langkah-langkah pembelajaran secara umum masih sama dengan siklus sebelumnya. Namun, terdapat beberapa penyempurnaan. Guru memberikan pendampingan lebih intensif kepada peserta didik yang masih perlu perbaikan. Selain itu, upaya meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam praktik.

Berdasarkan pengamatan siklus 2 terdapat adanya peningkatan aktivitas peserta didik yang berdampak positif dalam hasil belajar mereka. Perbaikan yang dilakukan berdasarkan refleksi siklus I, seperti pembagian kelompok yang lebih efektif dan pendampingan intensif, telah membawa hasil. Peserta didik pada siklus II lebih, berani, dan percaya diri untuk mempraktikkan. Peningkatan kepercayaan diri ini merupakan salah satu indikator keberhasilan perbaikan yang dilakukan berdasarkan refleksi siklus I. Hasil belajar peserta didik pada fase siklus 2 ini dapat diuraikan sebagai berikut:

**Tabel 6. Gambar Hasil Siklus 2**

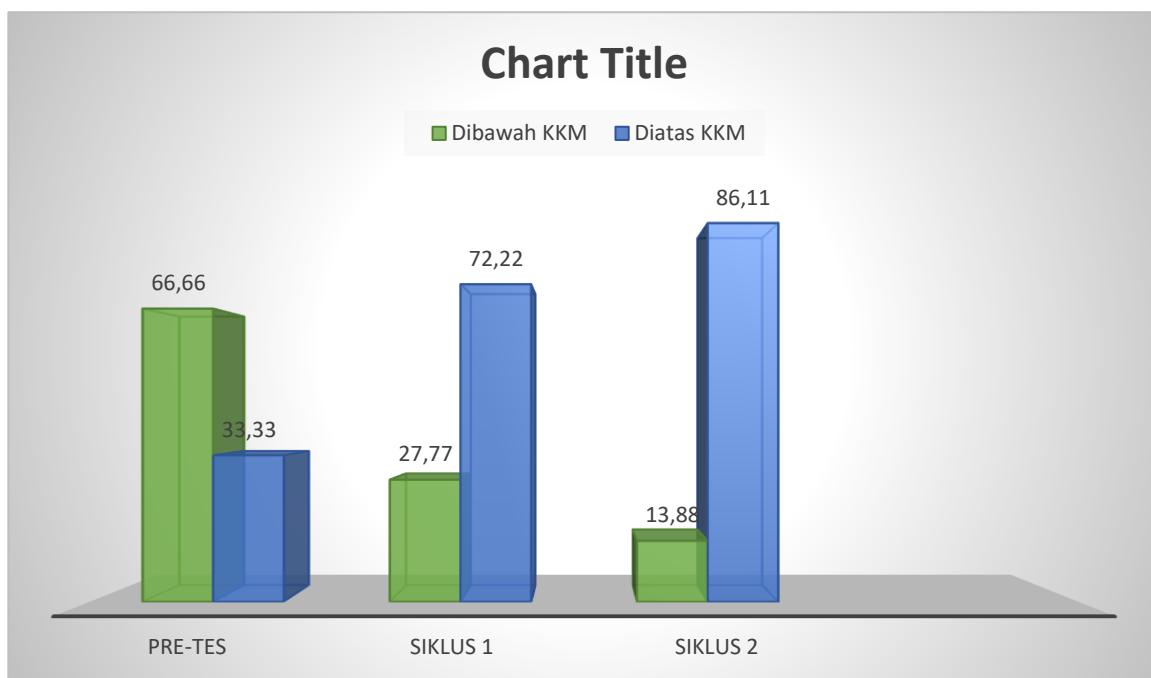
No	Rentan Nilai	Kategori	Jumlah Peserta Didik
1	0-40	Kurang	0
2.	41-74	Cukup	5
3.	75-84	Baik	19
4.	85-100	Sangat Baik	12
		Total	36

Berdasarkan tabel diatas setelah melakukan siklus 2 materi senam lantai guling belakang (back roll). Hasil pretes menunjukkan bahwa 13,88% siswa belum mencapai KKM, sementara sisanya 86,11% sudah memenuhi kriteria. terlihat bahwa pemahaman dan keterampilan siswa dalam melakukan gerakan senam lantai masih perlu ditingkatkan, dengan persentase siswa yang belum tuntas mencapai 13,88%.

Berdasarkan data yang diperoleh, perkembangan hasil belajar kognitif siswa dalam mata pelajaran PJOK dari tahap pra siklus hingga siklus II dapat diuraikan sebagai berikut:

**Gambar 4. Diagram Batang Ringkasan Data Pada Hasil Belajar PJOK Pra-Siklus, Siklus 1, dan Siklus 2**

Hasil analisis data yang ditampilkan dalam bentuk diagram mengindikasikan adanya peningkatan yang signifikan pada capaian pembelajaran peserta didik pada materi senam lantai guling belakang (back roll) setelah diterapkannya pendekatan pembelajaran TaRL. Hasil pra-siklus Penutup.



#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil Penelitian ini berhasil membuktikan bahwa proses pembelajaran dengan penerapan pendekatan *TARL* merupakan strategi yang dapat digunakan agar hasil belajar dapat meningkat pada kelas XII pada mata pelajaran PJOK materi senam lantai guling belakang (back roll). Dengan mengimplementasikan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan individu peserta didik, pendekatan ini berhasil meningkatkan persentase peserta didik yang mencapai KKM secara signifikan dengan hasil presentase pada Pretes 33,33%. Siklus 1 hasil belajar peserta didik adalah 72,22% dan siklus 2 hasil belajar peserta didik mencapai 86,11%. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada hasil belajar siswa setelah diterapkannya pendekatan pembelajaran *TaRL* pada materi senam lantai guling belakang (back roll) dan sebagai alternatif yang inovatif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas XI 8 SMAN 2 Semarang

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada SMA Negeri 2 Semarang, Pascasarjana UPGRIS dan Universitas PGRI Semarang atas kesempatan dan dukungan dari pihak pihak terkait dalam pelaksanaan penelitian ini sehingga berjalan dengan baik dan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Wijaya, M., & Kanca, N. (2019). Media Pembelajaran Aktivitas Pengembangan PJOK Untuk Pendidikan Dasar dan Menengah. In *JOURNAL OF SPORT SCIENCE AND EDUCATION (JOSSAE)* (Vol. 4, Issue 1).
- Darmawan, Y., & Febrianti, M. (n.d.). Implementasi Pembelajaran PJOK Pada Masa New Normal di SMP Negeri 10 Seluma. *JDER Journal of Dehasen Education Review*, 2021(2), 6–11. <http://jurnal.unived.ac.id>
- Dwi Fadilah, F., Anhar Fahmi, D., Fatkhul Royana, I., Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., PGRI Semarang Jl Cipto Semarang, U., & Tengah, J. (2021). Penerapan model pembelajaran STAD dan TGT terhadap hasil belajar penjasorkes materi senam lantai roll belakang. In *Online Journal of Physical Activity and Sports* (Vol. 2, Issue 2).
- Elmosta, T. R., & Annas, M. (2023). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri di Kabupaten Blora Tahun Ajaran 2020/2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(1), 337–345. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Erlinkha, S., Komarayanti, S., & Ervina, Y. V. (2023). Peningkatan Hasil Belajar Biologi Melalui Metode Pembelajaran Tarl (Teaching at The Right Level) pada Siswa Kelas X.5 SMA Negeri 1 Jember. *Jurnal Biologi*, 1(4), 1–11. <https://doi.org/10.47134/biology.v1i4.1990>
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). MOTIVASI UNTUK HASIL PEMBELAJARAN SENAM LANTAI. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 1–10.
- Ilmu Pendidikan LPMP Kalimantan Timur Jurnal Ilmu Pendidikan LPMP Kalimantan Timur, J., & Suprianto Guru Pendidikan Jasmani di SMA Negeri, T. (2017). *BORNEO MENINGKATKAN KETERAMPILAN BACK ROLL DALAM SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS XII IPA-1 SMA NEGERI 4 BALIKPAPAN MELALUI MODIFIKASI ALAT BANTU PEMBELAJARAN*. 2, 37.
- Ilmu Sosial dan Pendidikan, J., Ketepatan, P., Gilang Permadi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, A., & IKIP Mataram, F. (2017). Smash Bola Voli Dengan Metode Target Games Pada Siswa Kelas XI SMA Darul Hikmah Tahunpelajaran. *JISIP*, 2(1).
- Maliki, O., Hadi, H., & Royana, I. F. (n.d.). *ANALISIS KONDISI FISIK PEMAIN SEPAK BOLA KLUB PERSEPU UPGRIS TAHUN 2016*.
- Ningsih, D. R., Ahyani, N., & Putra, M. J. (2024). Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar dalam Meningkatkan Strategi Pembelajaran dan Penguatan Pendidikan Karakter di SMA Negeri 2 Kikim Tengah. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 4(3), 1156–1167.
- Nova, K., 1\*, S., Sudarmono, M., Pendidikan, J., Kesehatan, J., & Rekreasi, D. (2021). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Pengaruh Latihan Dribble X Pattern dan Dribble Figure Eights Terhadap Hasil Kemampuan Dribble Atlet Sheyfa Futsal Academy Kendal History Article \_\_\_\_\_ Keywords* (Vol. 2, Issue 1). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>

PESERTA DIDIK DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN TaRL Emiliani, B. (2023). *Pinisi: Journal of Teacher Professional Global Journal Teaching Professional* (Vol. 2). <https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gpp>

Peto MAN, J., & Payakumbuh, K. (n.d.). *Melalui Model Teaching At Right Level (TARL) Metode Pemberian Tugas untuk Meningkatkan Penguatan Karakter dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Bahasa Inggris KD. 3.4/4.4 Materi Narrative Text di Kelas X.IPK.3 MAN 2 Kota Payakumbuh Semester Genap Tahun Pelajaran 2021/2022.*

Prihandini, D. R., Azizah, S. A., & Atikah, I. (2023). Sinergi Antara Pelaksanaan Pembelajaran Berdiferensiasi dengan Teaching at The Right Level dalam Menghadirkan Lingkungan Belajar Inklusif. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(2), 11. <https://doi.org/10.47134/jtp.v1i2.76>

Rahman, I., Gani, R. A., & Achmad, I. Z. (2020). PERSEPSI SISWA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN TINGKAT SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(2), 144–154. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i2.1898>

Royana, I. F. (n.d.). *ANALISIS KONDISI FISIK PEMAIN TIM FUTSAL UPGRIS.*

Saad, L., Jani, J., Rahmat, A., & Salimin, N. (n.d.). LEARNING ASSESSMENT MODEL FOR INVASION CATEGORY GAMES IN YEAR 4 PHYSICAL EDUCATION. *Journal of Sports Science and Physical Education*. <http://jsspj.upsi.edu.my/>