

Implementasi Pendekatan Teaching At The Right Level (TaRL) Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Pada Pembelajaran Senam Lantai Gerak Roll Depan Kelas XI G Di SMA Negeri 6 Semarang

M Respati Putra Arimiadi¹, A Wiyanto², S Sri Yahman³

¹PJOK, PPG Calon Guru, Universitas PGRI Semarang, Semarang, 50232

² PJOK, PPG Calon Guru, Universitas PGRI Semarang, Semarang, 50232

³ PJOK, PPG Calon Guru, Universitas PGRI Semarang, Semarang, 50232

Email: ¹mahardikarespati4608@gmail.com

Email: ²AgusWiyanto7@gmail.com

Email: 3subagiyo6835@gmail.com

Email :⁴ibnufatkhuroyana@upgris.ac.id

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui penerapan model pembelajaran dengan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas XI-G SMA Negeri 6 Semarang. Penelitian ini berlangsung selama 1 bulan dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan hingga pembuatan laporan hasil. Adapun jenis penelitian yang dilaksanakan merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan subjek penelitian yaitu 36 peserta didik kelas XI-G SMA Negeri 6 Semarang tahun ajaran 2024/2025 pada pembelajaran materi senam lantai roll depan. Data hasil penelitian diperoleh melalui tes, dan dokumentasi. Hasil penelitian pada tahap proses pembelajaran yaitu pra siklus 28%, siklus 1 mencapai 53% ketuntasan belajar. Lalu pada siklus 2 diperoleh 86% ketuntasan belajar. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar setelah dilakukan penerapan Model Pembelajaran dengan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) terhadap hasil peningkatan pembelajaran senam lantai roll depan, pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 6 Semarang.

Kata kunci: Pendekatan Teaching At The Right Level (TaRL), prestasi belajar, senam lantai

ABSTRACT

This study aims to examine the implementation of a learning model using the Teaching at the Right Level (TaRL) approach to improve learning outcomes of Class XI-G students at SMA Negeri 6 Semarang. The research was conducted over the course of one month, covering the preparation, implementation, and reporting stages. This study employed a classroom action research (CAR) method, with 36 students from Class XI-G of SMA Negeri 6 Semarang in the 2024/2025 academic year as the research subjects. The focus of the learning material was forward roll floor gymnastics. Data were collected through tests and documentation. The results showed that during the pre-cycle phase, only 28% of students achieved learning mastery. This increased to 53% in the first cycle and further improved to 86% in the second cycle. These results indicate a significant improvement in learning outcomes following the implementation of the learning model using the Teaching at the Right Level (TaRL) approach, particularly in the floor gymnastics (backward roll) component of the Physical Education, Sports, and Health (PJOK) subject at SMA Negeri 6 Semarang.

Keywords: Teaching at the Right Level (TaRL), learning outcomes, floor gymnastics, physical education, classroom action research

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu aspek penting dalam pengembangan peserta didik secara menyeluruh. Melalui pembelajaran PJOK, siswa tidak hanya diarahkan untuk mencapai kebugaran jasmani, tetapi juga untuk menumbuhkan sikap disiplin, kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab sosial (Bailey et al., 2009). Dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan, materi senam lantai menjadi salah satu komponen pembelajaran gerak dasar yang berfungsi mengembangkan keterampilan motorik halus dan kasar, koordinasi tubuh, serta keberanian dalam mengekspresikan gerakan secara kreatif dan terstruktur (Depdiknas, 2006).

Salah satu bentuk gerakan dasar dalam senam lantai yang diajarkan di jenjang SMA adalah gerakan roll depan. Gerakan ini memerlukan kelenturan, kekuatan, koordinasi, serta keberanian peserta didik. Namun dalam kenyataan di lapangan, banyak peserta didik yang belum mampu melaksanakan gerakan ini dengan teknik yang benar. Berdasarkan hasil observasi guru PJOK di kelas XI G SMA Negeri 6 Semarang, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dalam praktik gerakan roll depan. Hasil tes awal menunjukkan bahwa hanya sekitar 45% siswa yang mampu menampilkan gerakan secara tepat, sedangkan sisanya mengalami kesulitan baik dalam aspek keseimbangan, kelenturan, maupun teknik pendaratan.

Beberapa penyebab rendahnya prestasi belajar siswa dalam materi ini antara lain adalah kurangnya motivasi belajar, perbedaan kemampuan awal antar siswa, serta pendekatan pembelajaran yang masih bersifat klasikal dan seragam. Model pembelajaran yang tidak responsif terhadap perbedaan kebutuhan belajar siswa dapat menurunkan efektivitas pembelajaran dan menghambat peningkatan kemampuan peserta didik (Slavin, 2009).

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) menawarkan alternatif strategis yang terbukti efektif di berbagai negara berkembang. Pendekatan ini dikembangkan oleh Pratham Education Foundation di India, dan berfokus pada penyesuaian strategi pengajaran berdasarkan tingkat penguasaan aktual peserta didik, bukan hanya berdasarkan kelas atau usia (Banerjee et al., 2016). Prinsip utama dari pendekatan TaRL adalah melakukan asesmen awal (baseline assessment) untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman atau keterampilan siswa, mengelompokkan siswa berdasarkan tingkat tersebut, dan menyusun intervensi pembelajaran yang tepat sasaran.

Meskipun awalnya digunakan dalam konteks pembelajaran literasi dan numerasi, pendekatan TaRL dapat diadaptasi dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi praktik seperti senam lantai. Penyesuaian ini dapat dilakukan dengan membagi siswa ke dalam kelompok berdasarkan penguasaan keterampilan dasar gerakan, kemudian memberikan bimbingan yang lebih intensif dan spesifik sesuai dengan kebutuhan tiap kelompok. Strategi ini selaras dengan prinsip *differentiated instruction* yang mendorong guru untuk menyesuaikan pembelajaran berdasarkan kesiapan, minat, dan profil belajar siswa (Tomlinson, 2014).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan hasil belajar. Sebagai contoh, Duflo et al. (2020) dalam evaluasi longitudinal menunjukkan bahwa penerapan TaRL mampu meningkatkan capaian belajar secara signifikan, bahkan di wilayah dengan keterbatasan sumber daya. Penelitian oleh Banerjee dan Duflo (2011) juga menekankan bahwa keberhasilan TaRL sangat bergantung pada kualitas pelatihan guru dan konsistensi pelaksanaannya di kelas. Dalam konteks pembelajaran aktif seperti PJOK, strategi ini dapat memperbaiki kualitas interaksi antara guru dan peserta didik, serta menciptakan suasana belajar yang lebih kolaboratif dan partisipatif.

Dengan mempertimbangkan berbagai manfaat dan kesesuaian pendekatan TaRL, peneliti memandang penting untuk mengimplementasikan pendekatan ini dalam pembelajaran senam

lantai, khususnya pada materi gerak roll depan di kelas XI G SMA Negeri 6 Semarang. Penelitian tindakan kelas (PTK) ini dirancang untuk mengevaluasi bagaimana pendekatan TaRL dapat berkontribusi dalam meningkatkan prestasi belajar siswa, memperbaiki teknik gerakan, serta meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan strategi pembelajaran adaptif berbasis kebutuhan belajar siswa, sekaligus menjadi bagian dari inovasi pembelajaran di sekolah menengah. Guru sebagai fasilitator belajar perlu memiliki kemampuan untuk memetakan kemampuan siswa dan menerapkan pendekatan yang sesuai agar tujuan pembelajaran tercapai secara optimal.

2. METODE PELAKSANAAN

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu Observasi dan Tes. Sumber data dari penelitian ini berasal dari hasil belajar siswa kelas XI G SMAN 6 Semarang, guru sebagai pengajar dalam pembelajaran serta peneliti sebagai obsever. Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif kualitatif. Teknik analisis tersebut dipilih karena sebagian besar data yang diperoleh dalam bentuk uraian deskriptif mengenai perkembangan proses pembelajaran. Uji Validasi data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data dengan tujuan meningkatkan validitas data. Triangulasi yang diterapkan yaitu triangulasi data, triangulasi sumber, dan triangulasi metode.

Metode penelitian ini menggunakan penelitian terapan (Applied Research), salah satu penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini salah satu alternatif penelitian terapan untuk meningkatkan dan memperbaiki Kinerja pembelajaran di kelas atau lapangan (Carr & Kemmis 1991, dalam Wardani, 2007).

Penelitian ini menghendaki perubahan pembelajaran dengan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Subyek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI G SMA N 6 Semarang yang berjumlah 36 orang peserta didik. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2025.

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus pembelajaran yaitu siklus I dan siklus II. Dimana kedua siklus merupakan rangkaian kegiatan yang saling berkaitan yang artinya pelaksanaan siklus II merupakan kelanjutan dari siklus I. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Apabila hasil siklus I masih belum ideal, maka akan dilanjutkan dengan siklus selanjutnya hingga diperoleh kondisi ideal. Dalam pelaksanaannya sebagaimana yang digambarkan pada gambar dibawah ini :



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas

Kriteria keberhasilan didalam proses pembelajaran ini sebagai berikut: Prestasi belajar peserta didik meningkat dengan pendekatan TaRL (Teaching at The Right Level) dalam proses pembelajarannya dan peserta didik termotivasi. Penelitian ini dikatakan berhasil apabila

sebagian besar (80%) peserta didik belajar peserta didik meningkat dengan pola pendekatan TaRL (Teaching at The Right Level).

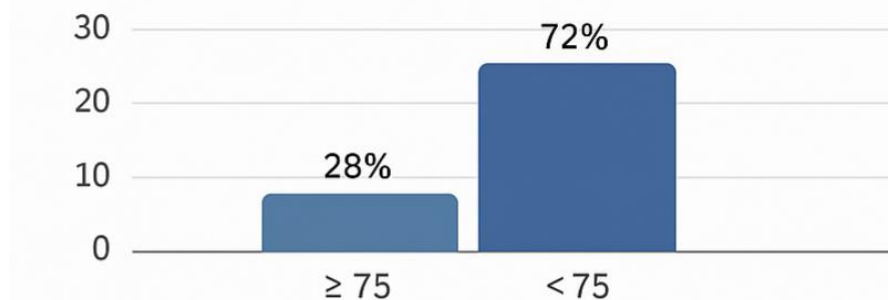
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses dan temuan pra penelitian

Data awal diperoleh bahwa sebagian besar peserta didik belum mampu melakukan gerakan senam lantai roll depan. temuannya bahwa peserta didik belum terampil dalam melakukan gerakan senam lantai roll depan, peserta didik kurang menguasai ada 26 orang dan yang menguasai ada 10 orang.

Tabel 1. Hasil Penilaian Keterampilan Senam Lantai Roll depan (pra siklus)

Rentang Nilai	Jumlah Peserta didik	Presentase Ketuntasan
≥ 75	10	28%
< 75	26	72%
Jumlah	36	100%
Nilai Rata-rata	63	
Nilai Tertinggi	80	
Nilai Terendah	50	



Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan nilai rata-rata yang diperoleh para peserta didik pada tahap pembelajaran pra siklus sebesar 63 dan persentase ketuntasan peserta didik secara klasikalnya mencapai 28%. Sehingga dari hasil analisis tes belajar pada pra-siklus sebagai bahan refleksi serta evaluasi dengan melakukan diskusi bersama guru pamong selaku rekan sejawat dalam merancang konsep proses pembelajaran yang tepat pada peserta didik untuk dilaksanakan pada Penelitian Tindakan Kelas Kolaboratif Siklus I.

Pelaksanaan Tindakan Perbaikan Pembelajaran.

a. Siklus Pertama

Peserta didik dikelompokkan berdasarkan tingkat kemampuan. Kelompok dengan tingkat kemampuan “ Rendah “ diberikan materi latihan melakukan gerakan roll depan dibantu dengan temannya. Kelompok dengan tingkat kemampuan “ Sedang “ diberi materi latihan memperbaiki tumpuan gerakan roll depan sekaligus dengan arah menggulingnya lurus kedepan

tidak miring ke kanan atau ke kiri. Kelompok dengan kemampuan “ Baik “ diberikan materi latihan melakukan gerakan roll depan dengan sikap akhiran lurus tegap kedua tangan keatas.

Berikut tabel hasil belajar Siklus I Peserta Didik :

Tabel 2. Hasil Tes belajar Siklus I

Rentang Nilai	Jumlah Peserta didik	Presentase Ketuntasan
≥ 75	19	53%
< 75	17	47%
Jumlah	36	100%
Nilai Rata-rata	71	
Nilai Tertinggi	88	
Nilai Terendah	60	

Berdasarkan tabel 2 terkait hasil tes pada siklus I dengan pendekatan TaRL pengelompokkan berdasarkan tingkat kemampuan didapatkan bahwa jumlah peserta didik mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal dari 36 orang hanya 19 orang yang tuntas dengan persentase ketuntasan mencapai 53% dan persentase nilai rata-rata sebesar 71. Nilai hasil tes tersebut diambil ketika peserta didik melakukan latihan gerakan roll depan. Sehingga dari hasil analisis tes siklus I yang telah dilakukan masih sangat jauh dari indikator keberhasilan yakni KKM. Maka berdasarkan hal itu peneliti perlu melanjutkan tindakan penelitian tindakan kelas ke siklus II.

b. Siklus kedua

Peningkatan prestasi belajar peserta didik dalam pembelajaran gerak Roll depan dengan pendekatan TaRL.

Pengelompokkan yang berdasarkan tingkat kemampuan.

Kelompok dengan tingkat kemampuan “ Rendah “ diberikan peningkatan materi latihan melakukan gerakan roll depan tanpa dibantu temannya atau melakukannya sendiri. Kelompok dengan tingkat kemampuan “ Sedang “ diberi peningkatan materi latihan melakukan gerakan roll depan dengan tumpuan yang benar sekaligus dengan arah menggulingnya lurus kedepan tidak miring ke kanan atau ke kiri dan akhirnya harus berdiri lurus tegap kedua tangan keatas.

Kelompok dengan kemampuan “ Baik “ diberikan materi latihan melakukan gerakan roll depan dengan sikap akhiran lurus tegap kedua tangan keatas sebanyak dua kali secara berkelanjutan.

Setelah itu peserta didik satu persatu melakukan gerakan roll depan untuk diketahui hasilnya.

Berikut tabel hasil belajar Siklus II Peserta Didik:

Tabel 3. Hasil Tes Belajar Siklus II

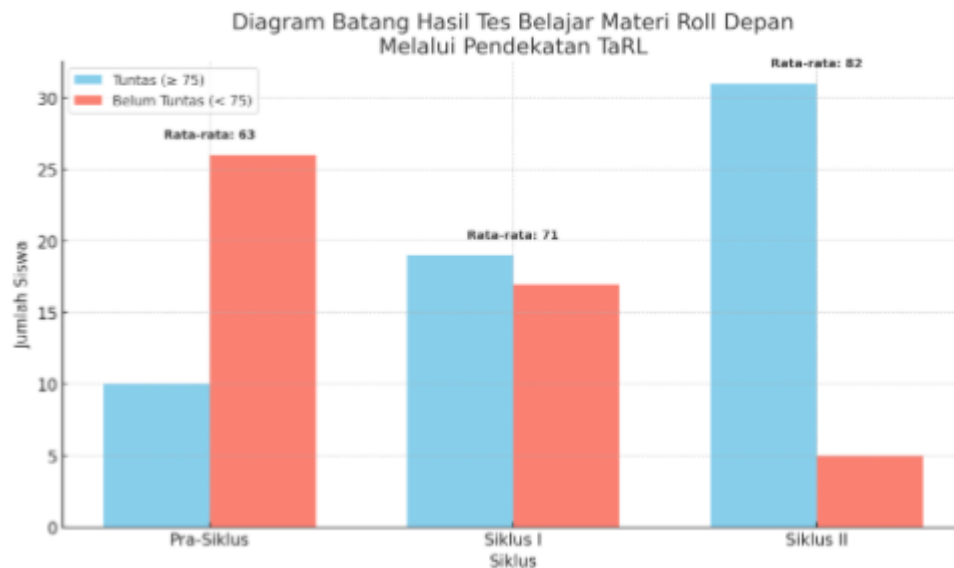
Rentang Nilai	Jumlah Peserta didik	Presentase Ketuntasan
≥ 75	31	86%
< 75	5	14%
Jumlah	36	100%
Nilai Rata-rata	82	
Nilai Tertinggi	90	
Nilai Terendah	70	

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan nilai rata-rata yang diperoleh pada siklus II adalah 82 dan persentase ketuntasan klasikalnya adalah 86%. Sehingga dari hasil analisis tes siklus II terhadap hasil belajar dan pencapaian keberhasilan sudah sesuai dengan indikator keberhasilan yang diinginkan

Berdasarkan tabel 3 terkait hasil tes pada siklus II dengan menggunakan instrument lembar penilaian psikomotorik didapatkan bahwa jumlah peserta didik mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) mengalami peningkatan dari 19 orang menjadi 31 orang yang tuntas dengan persentase ketuntasan mencapai 86% dan persentase nilai rata-rata sebesar 82 dalam pembelajaran PJOK pada materi senam lantai roll depan. Sehingga dari hasil analisis tes siklus II terhadap hasil belajar dan pencapaian keberhasilan sudah sesuai dengan indikator keberhasilan yang diinginkan. Dengan berdasarkan pada data tabel Siklus 2 maka peneliti sepakat memberhentikan proses Penelitian Tindakan Kelas Kolaboratif (PTKK) dengan atas dasar hasil tes belajar peserta didik secara klasikal sudah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yakni 75.

Tabel 4. Rekapitulasi Hasil Perhitungan Pembelajaran Roll Depan

Siklus	Jumlah Siswa	Siswa Tuntas (≥ 75)	Siswa Belum Tuntas (< 75)	Persentase Ketuntasan	Nilai Rata-rata	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah
Pra-Siklus	36	10	26	28%	63	80	50
Siklus I	36	19	17	53%	71	88	60
Siklus II	36	31	5	86%	82	90	70



Dalam penelitian yang dilakukan dikelas XI-G SMA Negeri 6 Semarang Tahun Ajaran 2024/2025 menggunakan model pembelajaran dengan pendekatan Teaching at Right Level (TaRL) yang meliputi lima tahap yaitu (1) Orientasi peserta didik pada masalah, (2) Mengorganisasi peserta didik belajar, (3) Mengelompokkan peserta didik sesuai dengan tingkat kemampuannya (4) Memberikan materi yang disesuaikan dengan tingkat kemampuannya, dan (5) Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah.

Setelah melaksanakan analisis siklus I dan II. Pada siklus I terkait hasil tes belajar peserta didik dengan menggunakan instrument lembar penilaian psikomotorik pada siklus I dari 36 peserta didik hanya 19 orang yang mencapai nilai KKM dengan ketuntasan persentase ketuntasan sebesar 53% dengan nilai rata-rata nya adalah 71. Hasil diskusi refleksi terkait proses pembelajaran pada siklus I akan dilanjutkan ke tahap siklus II. Saat melaksanakan siklus II ketuntasan hasil belajar dari 19 peserta didik yang mampu mencapai nilai KKM mengalami peningkatan yakni sebanyak 31 orang dengan persentase ketuntasan mencapai adalah 86% dengan nilai rata-ratanya sebesar 82. Dengan hasil refleksi pada siklus I ke siklus II dapat memberikan pengaruh peningkatan dalam hasil belajar peserta didik. Hal ini membuktikan bahwa proses belajar mengajar yang dilakukan dengan menggunakan model pembelajaran dengan pendekatan Teaching at Right Level (TaRL) peserta didik mengalami peningkatan dan mencapai kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

Sehingga dalam proses memperoleh hasil belajar yang baik itu diperlukan pendekatan pembelajaran yang tepat artinya pemberian materi disesuaikan dengan tingkat kemampuan masing-masing peserta didik yakni model pembelajaran dengan pendekatan Teaching at Right Level sehingga apa yang menjadi hasil belajar dapat terpenuhi dengan jumlah pengukuran belajar diatas standar yang ada disekolah. Pembelajaran yang menggunakan pendekatan Teaching at Right Level juga dapat meningkatkan aktivitas peserta didik terlihat pada pra siklus masih banyak yang malu dalam mempraktekkan gerakan senam lantai roll depan maupun bertanya untuk menyelesaikan permasalahan yang diberikan serta masih ada beberapa peserta didik masih kurang berperan aktif. Akhirnya pada siklus I dan II banyak peserta didik sudah berperan aktif dan sudah tidak merasa malu dalam mempraktekkan gerakan senam lantai roll depan dan bertanya untuk menyelesaikan permasalahan yang diberikan serta peran peserta didik sudah terlihat lebih.

4. KESIMPULAN

Berisi kesimpulan yang memuat jawaban atas pertanyaan penelitian. Ditulis dalam bentuk essay, bukan dalam bentuk numerikal.

Penerapan pendekatan pembelajaran Teaching at Right Level dalam pembelajaran senam lantai sebagai upaya peningkatan kemampuan dan keterampilan roll depan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut;

a) Penerapan model pembelajaran dengan pendekatan Teaching at Right Level dalam pembelajaran senam pada materi Roll depan dengan pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK) pada peserta didik kelas XI-G SMA Negeri 6 Semarang yang dilakukan dalam 2 siklus dapat meningkat, dengan indikator keterampilan gerakan roll depan dengan predikat tuntas mencapai 86%.

b) Bagi Guru PJOK yang mengalami kesulitan dalam membelajarkan peserta didik pada materi Senam Lantai Roll depan dianjurkan untuk menerapkan model pembelajaran dengan pendekatan Teaching at Right Level sebagai salah satu alternatif dalam pemilihan pendekatan pembelajaran yang efektif, sebagai upaya meningkatkan proses pembelajaran yang aktif dan inovatif dalam meningkatkan keterampilan peserta didik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kepala Sekolah, Guru kelas XI dan Guru Pamong Mata Pelajaran Olahraga SMA N 6 Semarang karena sudah membimbing dan membantu pelaksanaan penelitian ini. Terimakasih kepada teman-teman PPL PPG Calon Guru Universitas PGRI Semarang dan peserta didik kelas XI serta pihak-pihak yang telah mendukung dan membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Carr, W., & Kemmis, S. (1991). *Becoming critical: Education, knowledge and action research* (2nd ed.). Falmer Press.
- Indriani, D. (2022). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru*. Surya Edukasi Press.
- Supangat, A. (2021). *Strategi Pembelajaran Berdasarkan Level Kemampuan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wardani, I. G. A. K. (2007). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- 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. <https://doi.org/10.1080/02671520701809817>
- 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" in India*. NBER Working Paper No. 22746.
- Banerjee, A., & Duflo, E. (2011). *Poor Economics: A Radical Rethinking of the Way to Fight Global Poverty*. PublicAffairs.
- Duflo, E., Kiessel, J., & Lucas, A. (2020). *What Works in Education? Evidence from Teaching at the Right Level in Africa*. Innovations for Poverty Action.
- Depdiknas. (2006). *Permendiknas No. 22 Tahun 2006 tentang Standar Isi*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Pratham Education Foundation. (2018). *Teaching at the Right Level (TaRL) Approach*.
- Slavin, R. E. (2009). *Educational Psychology: Theory and Practice* (9th ed.). Pearson Education.
- Tomlinson, C. A. (2014). *The Differentiated Classroom: Responding to the Needs of All Learners*. ASCD.
- Siedentop, D. (2009). *Introduction to Physical Education, Fitness and Sport* (7th ed.). McGraw-Hill.