

Efektivitas Penggunaan Model Pembelajaran *Teaching Games for Understanding* dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Lompat Jauh

Mujriah^{1,*}, Indri Susilawati¹

¹Universitas Pendidikan Mandalika Mataram

*Corresponding Author: mujriah@undikma.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh model pembelajaran Teaching Games For Understanding (TGfU) terhadap motivasi belajar lompat jauh siswa SDN Petak Praya Barat. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pretest-posttest pada satu kelompok. Sebanyak 41 siswa dijadikan sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui tes motivasi belajar yang dilakukan sebelum (pretest) dan setelah (posttest) pemberian perlakuan TGfU. Hasil analisis deskriptif menunjukkan peningkatan rata-rata nilai dari 103.0256 pada pretest menjadi ke posttest 1129.4871 pada posttest. Uji normalitas dengan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Uji homogenitas variansi menunjukkan bahwa data tidak homogen. Uji-T paired sample t test menghasilkan nilai signifikan (sig.) sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan model pembelajaran TGfU terhadap motivasi belajar siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan TGfU efektif dalam meningkatkan motivasi belajar lompat jauh siswa. Disarankan agar model pembelajaran TGfU diterapkan secara luas dalam kurikulum pendidikan jasmani, dengan dukungan pelatihan guru dan variasi metode pembelajaran untuk memaksimalkan keterlibatan dan motivasi siswa. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi lebih dalam dampak jangka panjang dan adaptasi model TGfU untuk berbagai jenis olahraga.

Kata Kunci: Model Pembelajaran TGFU; Motivasi Belajar; Lompat Jauh

Received: 28 Jun 2024; Revised: 3 Jul 2024; Accepted: 4 Jul 2024; Available Online: 6 Agu 2024

1. PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peranan penting dalam meningkatkan taraf hidup seseorang. Kualitas sumber daya manusia sangat bergantung pada mutu pendidikan, yang pada akhirnya menentukan kelangsungan hidup suatu bangsa dalam menghadapi perkembangan global yang pesat. Beberapa faktor yang berperan dalam meningkatkan kualitas pendidikan meliputi pendidik, peserta didik, sarana pendidikan, lingkungan, dan tujuan pendidikan (Sumantri, Afandi, Wati, Mudayat, & Syarif, 2023). Menurut Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, salah satu tujuan pendidikan adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berpengetahuan, terampil, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. Pemerintah berusaha mencapai tujuan ini melalui berbagai program pendidikan di sekolah, termasuk pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Pendidikan memiliki peranan penting dalam meningkatkan taraf hidup seseorang. Kualitas sumber daya manusia sangat bergantung pada mutu pendidikan, yang pada akhirnya menentukan kelangsungan hidup suatu bangsa dalam menghadapi perkembangan global yang pesat. Beberapa faktor yang berperan dalam meningkatkan kualitas pendidikan meliputi pendidik, peserta didik, sarana pendidikan, lingkungan, dan tujuan pendidikan (Hidayat, Badriah, & Maryati, n.d.; Lengkana & Sofa, 2017; Sayuthi & Maesaroh, n.d.). Menurut Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, salah satu tujuan pendidikan adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berpengetahuan, terampil, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab (UU RI, 2003). Pemerintah berusaha mencapai tujuan ini melalui berbagai program pendidikan di sekolah, termasuk pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) (Gustiawati & Ismaya, 2020).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang sangat penting, memberikan siswa kesempatan untuk terlibat dalam berbagai pengalaman belajar yang berfokus pada aktivitas fisik (Bagas Pambudi, Pujiyanto, Eko Nopiyanto, & Prabowo, 2024). Olahraga adalah bentuk perilaku gerak manusia yang dilakukan dengan tujuan dan arah yang spesifik, membuatnya relevan dalam kehidupan sosial (Oktadinata, Adrizal, Munar, & Putra, 2024; Sandika & Mahfud, 2021). PJOK mencakup delapan bidang pelajaran, yaitu aktivitas bela diri, pengembangan kebugaran jasmani, permainan bola besar dan kecil, senam, gerak berirama, atletik, aktivitas air, dan kesehatan (Gustiawati & Ismaya, 2020; Tyas, Kusuma, Hadi, Hidayat, & Festiawan, 2023). Atletik dianggap sebagai induk dari berbagai cabang olahraga karena menggabungkan gerakan dasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar, sehingga pengajaran atletik di sekolah menjadi sangat penting.

Dengan kemajuan dalam bidang pendidikan, berbagai metode pembelajaran baru telah muncul untuk mengatasi permasalahan ini. Salah satu metode yang efektif adalah *Teaching Games For Understanding (TGfU)*. TGfU adalah pendekatan pembelajaran yang membantu siswa memahami olahraga melalui konsep dasar permainan, membuat pembelajaran lebih dinamis dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. (Alifia, Muhammad, & Hidayat, 2023; Ningsih, n.d.; Nuraini et al., n.d.; Pujiyanto, 2014). Model pembelajaran *Teaching Game For Understanding* dapat berkontribusi melatih berpikir kritis (Rustanto, 2023). Model pembelajaran *Teaching Game For Understanding* belum banyak diterapkan oleh guru PJOK dalam materi atletik dan sering diterapkan pada materi-materi permainan dalam pembelajaran PJOK. Motivasi belajar adalah faktor penting yang mempengaruhi hasil belajar siswa. (Nugroho & Warmi, 2022) Pembelajaran dimulai ketika siswa memiliki tujuan yang didorong oleh motivasi. Motivasi belajar merupakan perubahan energi dalam diri siswa yang ditandai dengan munculnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi ini menjadi faktor pendorong yang penting dalam proses pembelajaran untuk mencapai hasil belajar siswa. (Juniarsih, Maftuhah, & Syamsiyah, 2021; Wijaya & Bukhori, 2017). Siswa yang bermotivasi tinggi dapat mencurahkan banyak energi dalam belajar, sehingga motivasi berperan penting dalam mengembangkan semangat siswa dalam belajar (Irda Wahyuni Hasibuan, 2024; Rustandi, Sudrazat, & Rahman, 2024). Dengan demikian, diperlukan pendekatan pembelajaran yang inovatif dan menarik seperti *Teaching Game For Understanding* untuk meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, khususnya pada materi lompat jauh.

Hasil Pengamatan di SDN Petak Praya Barat pada materi lompat jauh menunjukkan bahwa siswa kurang antusias dalam mengikuti pelajaran. Selama pembelajaran, guru PJOK lebih banyak berfokus pada teknik dan taktik yang monoton. Idealnya, guru seharusnya dapat memberikan pembelajaran yang lebih efektif, efisien, dan inovatif agar berbagai target atau standar kompetensi dapat dicapai dengan baik. Metode pengajaran yang monoton dan tradisional cenderung mempengaruhi hasil belajar siswa secara negatif. Pendekatan pembelajaran konvensional tidak mampu memaksimalkan keterampilan motorik dan hasil belajar siswa. Jika pembelajaran PJOK dilakukan dengan model dan pendekatan yang tepat, tidak hanya aspek psikomotor dan afektif yang berkembang, tetapi juga aspek kognitif siswa dalam berpikir kritis dapat ditingkatkan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen untuk mengukur peningkatan motivasi belajar dalam pendidikan jasmani pada materi lompat jauh melalui pendekatan model pembelajaran *Teaching Games for Understanding*. Desain penelitian yang diterapkan adalah Quasi Eksperimen dengan bentuk pre-eksperimental menggunakan desain *One Group Pre-test Post-test*. Populasi penelitian ini terdiri dari 41 siswa kelas 5 SDN Petak Praya Barat, yang juga bertindak sebagai sampel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan angket motivasi belajar, dan kisi-kis instrumen motivasi belajar dapat dilihat pada tabel 1.

Table 1. Kisi-Kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	No Butir	
			Positif	Negatif
Motivasi Belajar	Intrinsik	Kesehatan	1,2	3,4
		Bakat	5,6,7	8
		Minat	9,11	20,12
	Ekstrinsik	Metode Mengajar	13,14,15	16
		Media Pembelajaran	17,18,20	19
		Lingkungan	21,22,23	24
		Jumlah	24	

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* terhadap motivasi belajar lompat jauh pada siswa SDN Petak Praya Barat. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan mengambil tes awal (pretest) sebelum perlakuan dan tes akhir (posttest) setelah menerapkan *Teaching Games For Understanding*.

Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest

Tabel 2. Statistik deskriptif dari hasil pretest dan posttest

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	103.0256	41	8.06521	1.75997
	Posttest	129.4871	41	13.38282	2.92037

Berdasarkan analisis data deskriptif pada Tabel 2, terlihat bahwa rata-rata nilai pretest adalah 103.0256 dan rata-rata nilai posttest adalah 129.4871, menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah penerapan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding*.

Selanjutnya, dilakukan uji normalitas dan homogenitas data pretest dan posttest menggunakan uji Shapiro-Wilk. Hasilnya menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk pretest adalah 0.216 (> 0.05) dan untuk posttest adalah 0.327 (> 0.05), menunjukkan bahwa kedua data tersebut berdistribusi normal. Namun, uji homogenitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.024, yang lebih kecil dari 0.05, mengindikasikan bahwa data tidak homogen.

Uji normalitas data pretest dan posttest dilihat dari Shapiro-Wilk. Hasil menunjukkan bahwa nilai sig. untuk pretest adalah 0.216 (> 0.05) dan posttest adalah 0.327 (> 0.05), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal. Uji homogenitas data dilakukan dan hasilnya menunjukkan nilai sig. sebesar 0.024, yang lebih kecil dari 0.05. Ini menunjukkan bahwa data tidak bersifat homogen.

Setelah memenuhi prasyarat tersebut, dilakukan pengujian hipotesis menggunakan uji-T paired sample t-test. Hasilnya menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000, yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* terhadap motivasi belajar lompat jauh siswa SDN Petak Praya Barat.

Tabel 4. Hasil Uji-T Paired Sample T Test

Uji-T Paired Sample	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	df	Sig. (2-tailed)
Pretest - Posttest	-25.61905	12.57875	2.74593	-8.355	40	0.000

Berdasarkan hasil uji-T paired sample t-test pada Tabel 5, nilai signifikansi (0.000) lebih kecil dari nilai alpha (0.05), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menyiratkan bahwa model

pembelajaran *Teaching Games for Understanding* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar lompat jauh siswa SDN Petak Praya Barat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lompat jauh siswa SDN Petak Praya Barat. Hasil penelitian mengindikasikan adanya pengaruh signifikan dari penerapan model pembelajaran TGfU terhadap motivasi belajar siswa. Hal ini terbukti dari hasil uji-T paired sample t test yang menunjukkan nilai signifikan (sig.) lebih kecil dari α (0,05), yaitu $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menandakan adanya pengaruh signifikan dari penggunaan model *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh (Fernando et al., 2024), yang menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran instruksional yang berfokus pada pemahaman siswa terhadap olahraga melalui konsep-konsep kunci dari permainan dapat meningkatkan motivasi belajar. Pendekatan *Teaching Games for Understanding* telah terbukti efektif dalam meningkatkan pembelajaran kognitif, membantu peserta didik mengembangkan kemampuan membuat keputusan yang tepat dan memecahkan masalah taktis dalam konteks permainan (Gustian, Gandasari, & Mahendra, 2024).

Temuan ini didukung juga oleh penelitian yang dilakukan oleh (Ghorbanzadeh, Kirazci, & Badicu, 2024) yang menunjukkan bahwa penerapan aktif *Teaching Games for Understanding* mendukung pengajaran yang efektif dan meningkatkan motivasi siswa terhadap pembelajaran. Model ini tidak hanya meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik sedang dan intens, tetapi juga memperkuat kemampuan kognitif mereka dalam memahami dan menerapkan konsep-konsep taktis dalam permainan.

Peningkatan motivasi belajar lompat jauh yang diamati pada siswa kelas V SDN Petak Praya Barat setelah diberikan perlakuan model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* menunjukkan efektivitas model ini dalam konteks pendidikan jasmani. Dengan *Teaching Games for Understanding*, pembelajaran menjadi lebih menarik dan interaktif, sehingga siswa lebih termotivasi untuk berpartisipasi dan belajar. Hal ini menunjukkan bahwa *Teaching Games For Understanding* adalah pendekatan yang efektif untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran olahraga, yang pada akhirnya dapat meningkatkan hasil belajar mereka secara keseluruhan. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya penggunaan model pembelajaran inovatif seperti *Teaching Games for Understanding* dalam pendidikan jasmani. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa, tetapi juga membantu mereka mengembangkan keterampilan kognitif dan taktis yang penting dalam berbagai olahraga. Oleh karena itu, penerapan *Teaching Games for Understanding* dalam kurikulum pendidikan jasmani dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* secara signifikan mempengaruhi motivasi belajar lompat jauh siswa di SDN Petak Praya Barat. Ini ditunjukkan oleh hasil uji-T paired sample t test yang memberikan nilai signifikan ($0,000 < 0,05$), yang berarti ada peningkatan motivasi belajar setelah diberikan perlakuan *Teaching Games for Understanding*. Data deskriptif juga memperlihatkan peningkatan nilai rata-rata dari pretest (103.0256) ke posttest (1129.4871), yang menegaskan efektivitas model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* dalam meningkatkan motivasi belajar lompat jauh siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifia, E., Muhammad, H. N., & Hidayat, T. (2023). Penerapan Model Pembelajaran TGT (Teams Games Tournament) dan TGfU (Teaching Games for Understanding) terhadap Motivasi Belajar pada Materi Keterampilan Kebugaran Jasmani. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, 4(1), 745–761. <https://doi.org/10.47467/edui.v4i1.6019>
- Bagas Pambudi, K., Pujiyanto, D., Eko Nopiyanto, Y., & Prabowo, A. (2024). Teaching Games For Understanding: Application of learning methods to volleyball material. *Indonesian Journal of Sport, Health and Physical Education Science*, 2(1), 41–47. <https://doi.org/10.58723/inasport.v2i1.147>
- Fernando, R., Zulrafliz, Z., Jatra, R., Sasmarianto, S., Candra, O., & Permadi, A. A. (2024). Keefektifan Model Pembelajaran TGFU dalam Meningkatkan Performa Bermain Sepak Bola: Studi Kasus Mahasiswa Prodi Penjasokesrek Universitas Islam Riau. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(1), 169–177. <https://doi.org/10.37058/sport.v8i1.9420>
- Ghorbanzadeh, B., Kirazci, S., & Badicu, G. (2024). Comparison of the effect of teaching games for understanding, sport education, combined and linear pedagogy on motor proficiency of children with developmental coordination disorder. *Frontiers in Psychology*, 15, 1385289. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1385289>
- Gustian, U., Gandasari, F. M., & Mahendra, A. (2024). Effectiveness of Teaching Games for Understanding (TGfU): Using a modified Kasti game to stimulate elementary school students' motor skills. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 5(1), 54–63. [https://doi.org/10.25299/esijope.2024.vol5\(1\).16335](https://doi.org/10.25299/esijope.2024.vol5(1).16335)
- Gustiawati, R., & Ismaya, B. (2020). *Small-side game terhadap peningkatan kebugaran jasmani peserta ekstrakurikuler sepak bola smpn 2 cilamaya kulon*.
- Hidayat, A. S., Badriah, L., & Maryati, R. (n.d.). *Efektivitas kompetensi profesional guru dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik*. 10.
- Irda Wahyuni Hasibuan, J. H. H. S. (2024). *Motivasi, Pengajaran, dan Pembelajaran*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.10467151>
- Juniarsih, W., Maftuhah, Y., & Syamsiyah, S. (2021). Peningkatan Motivasi Belajar Matematika Simetri Lipat Dan Simetri Putar Melalui Media Sparkol. *Educatif Journal of Education Research*, 4(1), 8–17. <https://doi.org/10.36654/educatif.v4i1.87>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Ningsih, E. P. (n.d.). *Analisis Peran Pembelajaran Berbasis Permainan dalam Meningkatkan Partisipasi Siswa pada Pelajaran PJOK*.
- Nugroho, R., & Warmi, A. (2022). *Pengaruh motivasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa di smpn 2 tirtamulya*.
- Nuraini, A., Bayani, Q. N. N., Azahra, R. K. F., Habibah, R. I., Zahirah, S. N., & Mulyana, A. (n.d.). *Analisis nilai-nilai karakter dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar*.
- Oktadinata, A., Adrizal, M., Munar, H., & Putra, A. J. (2024). *Life skills in tarung derajat*.
- Pujiyanto, A. (2014). *Persepsi guru pendidikan jasmani terhadap model teaching games for understanding (tgfu)*. *Journal of Physical Education*.
- Rustandi, R., Sudrazat, A., & Rahman, A. A. (2024). *Analisis tingkat motivasi siswa sekolah dasar dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di kecamatan situraja*. 9.
- Rustanto, H. (2023). *Melatih kemampuan berpikir kritis dengan metode teaching games for understanding (tgfu) mata pelajaran penjasorkes siswa sekolah menengah pertama (smp) di kota pontianak*. 12.

- Sandika, A., & Mahfud, I. (2021). Penerapan Model Latihan Daya Tahan Kardiovaskuler With The Ball Permainan Sepak Bola SSB BU Pratama. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 32–36. <https://doi.org/10.33365/joupe.v2i1.859>
- Sayuthi, H., & Maesaroh, S. (n.d.). *Efektivitas program bantuan operasional sekolah dalam meningkatkan akses pendidikan*.
- Sumantri, R. J., Afandi, R., Wati, Y. E. R., Mudayat, M., & Syarif, A. (2023). Improving Volleyball Bottom Passing Learning Results Through Playing Ball Throwing. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 1(3), 24–30. <https://doi.org/10.59923/champions.v1i3.34>
- Tyas, J. P., Kusuma, D. W. Y., Hadi, H., Hidayat, R., & Festiawan, R. (2023). The relationship between social interaction abilities and physical education learning participation of childrens with special needs on locomotor movements in inclusive elementary schools. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 6(1), 49. <https://doi.org/10.31258/jope.6.1.49-59>
- Wijaya, O. P., & Bukhori, I. (2017). Effect of learning motivation, family factor, school factor, and community factor on student learning outcomes on productive subjects. *Jurnal Pendidikan Bisnis Dan Manajemen*, 3(3), 192–202. <https://doi.org/10.17977/um003v3i32017p192>