

Penerapan Model Pembelajaran Teaching at the Right Level Pada Materi Shooting Sepak Bola Untuk Meningkatkan Hasil Belajar

Implementation the Teaching at the Right Level Learning Model on Football Shooting Material to Improve Learning Outcomes

Mohammad Satriyo Bhakti¹, Dhedhy Yuliawan², Rina Dwi Rahmawati³, Abdul Haris Nugroho⁴

¹satriyobhakti99@gmail.com, Pendidikan Profesi Guru/Pascasarjana, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

²Dhedhy_jogja@umpkediri.ac.id, Pendidikan Jasmani/FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

³rinadwirahmawati79@gmail.com, SMAN 1 Pare, Indonesia

⁴abdul.haris@umy.ac.id, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

Abstrak

Teaching at the Right Level atau biasa di singkat (TaRL) adalah metode pendekatan pada proses pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan masing-masing peserta didik untuk memastikan proses belajar yang efektif. Penelitian ini diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam teknik shooting sepak bola. Subjek penelitian melibatkan 36 siswa kelas 10 P 10 SMAN 1 Pare, terdiri dari 22 perempuan dan 14 laki-laki. Pada Siklus I, rata-rata nilai siswa adalah 64,58, dengan 81% (29 siswa) masuk dalam kelompok kurang mahir, 19% (7 siswa) kelompok mahir, dan tidak ada yang sangat mahir. Setelah perbaikan di Siklus II, rata-rata nilai meningkat menjadi 84,44. Sebanyak 56% (20 siswa) termasuk kelompok mahir, 44% (16 siswa) kelompok sangat mahir, dan tidak ada lagi yang kurang mahir. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam teknik shooting sepak bola.

Kata kunci: Pembelajaran, TaRL, Shooting, Sepakbola, Hasil belajar.

Abstract

Teaching at the Right Level (TaRL) is an instructional approach in which the learning process is adjusted to the individual abilities of each student to ensure effective learning. This study was implemented in physical education learning, specifically focusing on soccer shooting techniques. The research subjects consisted of 36 tenth-grade students of class X P10 at SMAN 1 Pare, comprising 22 female students and 14 male students. In Cycle I, the average student score was 64.58, with 81% (29 students) classified as less proficient, 19% (7 students) as proficient, and none classified as highly proficient. After improvements were made in Cycle II, the average score increased to 84.44. A total of 56% (20 students) were categorized as proficient, 44% (16 students) as highly proficient, and no students remained in the less proficient category. These results indicate that the TaRL approach is effective in improving students' understanding and skills in soccer shooting techniques..

Keywords: Learning, Teaching at the Right Level (TaRL), soccer shooting skills, soccer, and learning outcomes.

PENDAHULUAN

Pengembangan pola pikir berkaitan dengan pentingnya memiliki keterampilan dalam memahami dan mengolah pengetahuan tentang lingkungan sekitar. Demikian pula, olahraga merupakan bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia karena berperan penting dalam meningkatkan kondisi fisik, baik jasmani maupun rohani. Kesadaran akan hubungan timbal balik dalam penerapan olahraga sangat diperlukan (Kristiawan, 2019). Mewujudkan tujuan pengajaran pendidikan jasmani bukanlah hal yang mudah dan memerlukan usaha yang serius. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2022, pendidikan olahraga dapat dilaksanakan melalui lembaga atau satuan pendidikan dalam bentuk kegiatan intrakurikuler, ekstrakurikuler, maupun kegiatan nonformal yang disesuaikan dengan kebutuhan. Oleh karena itu, guru perlu memiliki sikap dan kemampuan dasar yang baik dalam mengelola proses belajar mengajar (Mabrur et al., 2021).

Rendahnya pemahaman dan kurangnya antusiasme peserta didik dalam belajar juga dialami oleh peserta didik Kelas 10 P 10 SMAN 1 Pare, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri. Hal itu terungkap saat guru melaksanakan assesmen diagnostik untuk memahami pemahaman awal dan kemampuan dasar yang dimiliki peserta didik. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, peneliti mencoba menerapkan model pembelajaran Teaching at the Right Level pada materi shooting dalam permainan sepak bola (Fataha & Gani, 2025). Teaching at the Right Level adalah salah satu cara guru untuk melakukan pendekatan pembelajaran yang menyesuaikan metode dan materi ajar sesuai dengan tingkat kemampuan peserta didik. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah memastikan setiap peserta didik belajar sesuai dengan tingkatan pemahamannya, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan efisien. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, termasuk sepak bola, pendekatan Teaching at the Right Level salah satu cara untuk mengoptimalkan pembelajaran adalah dengan mengklasifikasikan peserta didik ke dalam kelompok yang didasarkan pada tingkat keterampilan dan pemahaman dasar peserta didik dalam teknik permainan sepak bola dengan bahasan shooting (Mahardhewa, 2023).

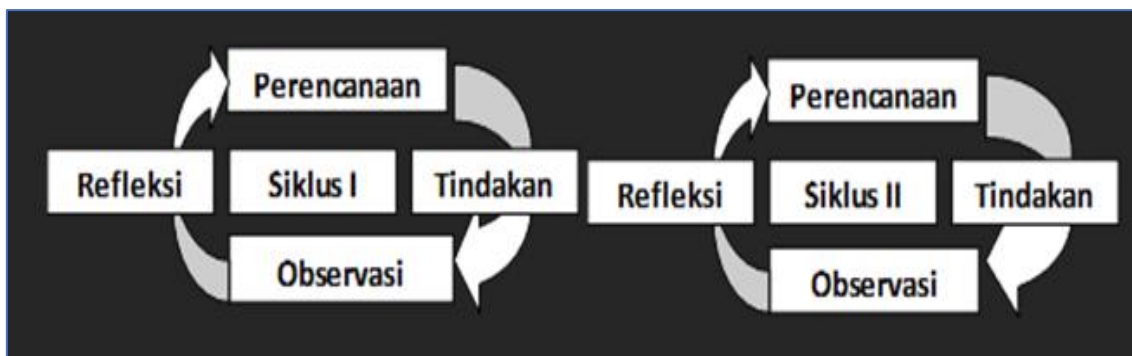
Pada dasarnya, tujuan dari pendidikan dasar adalah membentuk peserta didik agar memiliki tanggung jawab terhadap pembangunan bangsa, mempersiapkan diri untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, mampu berperan dalam masyarakat, serta mengembangkan potensi diri sesuai dengan bakat, minat, kemampuan, dan kondisi lingkungan (Damarjati & Pratama, 2021). Penerapan model pembelajaran ini diharapkan

dapat menjadi solusi atas permasalahan yang ditemukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMAN 1 Pare. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan keterampilan fisik, teknik, taktik, serta mental. Dalam pembelajaran sepak bola, peserta didik perlu menguasai teknik dasar seperti passing, dribbling, shooting, dan controlling. Shooting sendiri adalah gerakan menendang bola ke arah gawang dengan bagian kaki tertentu dengan tujuan mencetak gol (Harfadli et al., 2024). Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya keterampilan peserta didik dalam melakukan teknik shooting pada permainan sepak bola. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang lebih inovatif dan inklusif, untuk meningkatkan penguasaan teknik shooting dalam proses pembelajaran sepak bola

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menjawab permasalahan berdasarkan kondisi nyata di lapangan. Penelitian ini menggunakan perhitungan angka sebagai media analisis, dengan teknik pengumpulan data melalui tes praktik keterampilan (Sugiyono, 2023). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 10 P 10 SMAN 1 Pare, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri, yang berjumlah 36 peserta didik, terdiri dari 22 perempuan dan 14 laki-laki. Rencana pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini berlangsung mulai November 2024 hingga Februari 2025. Penelitian ini dilakukan oleh penulis dengan proses pelaksanaan secara bersiklus. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, di mana setiap siklus dilakukan dalam dua pertemuan. Tahapan penelitian ini mengacu pada model yang dikembangkan oleh (Asmara et al., 2025). Seperti yang disebutkan dalam Dikdasmen, model ini terdiri dari empat tahapan utama dalam setiap siklus, yaitu: (1) Perencanaan, (2) Tindakan, (3) Observasi, (4) Refleksi

Gambr 1. Prosedur Siklus Pembelajaran



HASIL

Sebelum memberikan materi pembelajaran shooting pada sepak bola, guru perlu untuk menetapkan target keberhasilan dalam penelitian ini. Keberhasilan yang ditentukan di kelas 10 P10 SMAN 1 Pare, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri adalah penelitian dinyatakan tuntas apabila mendapatkan nilai persentase di atas 80%. Selama proses penelitian guru bertindak sebagai pemimpin yang mengatur jalannya pembelajaran (Suroyo & Yuli Hartati, 2014). Pelaksanaan tindakan ini berupa siklus yang didalamnya terdapat pengamatan, tindakan dan refleksi:

Tabael 1. Siklus I

SIKLUS I			
Kelompok	Range Kategori	Frekuensi Peserta	Persentase
Kurang Mahir	0-75	29	81%
Mahir	76-85	7	19%
Sangat Mahir	86-100	0	0%
Jumlah		36	100%

Tabel tersebut menunjukkan hasil distribusi kemampuan shooting sepak bola siswa pada Siklus I, di mana dari total 36 peserta didik, sebagian besar berada pada kategori kurang mahir dengan rentang nilai 0–75, yaitu sebanyak 29 siswa atau 81%, yang menandakan bahwa mayoritas siswa belum menguasai teknik shooting dengan baik. Selanjutnya, sebanyak 7 siswa atau 19% berada pada kategori mahir dengan rentang nilai 76–85, sementara pada kategori sangat mahir dengan rentang nilai 86–100 tidak terdapat siswa (0%). Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan shooting sepak bola siswa pada Siklus I masih didominasi oleh kategori kurang mahir, sehingga diperlukan perbaikan dan penguatan pembelajaran pada siklus berikutnya.

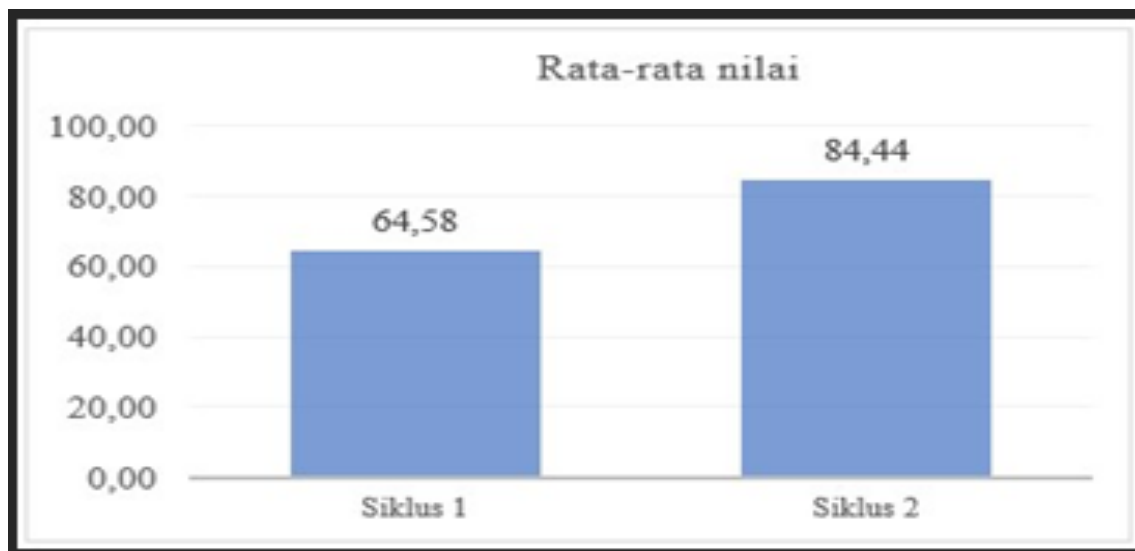
Tabel 1. Hasil Siklus II

SIKLUS II			
Kelompok	Range Kategori	Frekuensi Peserta	Persentase
Kurang Mahir	0-75	0	0%
Mahir	76-85	20	56%
Sangat Mahir	86-100	16	44%
Jumlah		36	100%

Tabel Siklus II menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan shooting sepak bola siswa, di mana dari total 36 peserta didik tidak terdapat lagi siswa yang berada pada kategori kurang mahir (0%) dengan rentang nilai 0–75. Sebanyak 20 siswa atau 56% berada pada kategori mahir dengan rentang nilai 76–85, sedangkan 16 siswa atau 44% telah mencapai kategori sangat mahir dengan rentang nilai

86–100. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah mencapai tingkat penguasaan keterampilan shooting yang baik hingga sangat baik, sehingga pembelajaran pada Siklus II dapat dikatakan berhasil meningkatkan hasil belajar siswa. Jika digambarkan dalam bentuk diagram dapat dilihat di bawah ini:

Gambar 2. Histogram perbandingan Siklus I dan II



PEMBAHASAN

Pada Siklus I, hasil belajar peserta didik masih tergolong rendah dengan nilai rata-rata sebesar 64,58 dan didominasi oleh kategori kurang mahir sebanyak 81%. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik belum menguasai teknik shooting sepak bola secara optimal. Rendahnya hasil belajar tersebut disebabkan oleh tingginya ketergantungan peserta didik terhadap guru, serta minimnya inisiatif untuk berpikir kritis dan kreatif dalam proses pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan teori Zona Perkembangan Proksimal (ZPD) Vygotsky yang menyatakan bahwa pembelajaran akan efektif apabila intervensi guru berada sedikit di atas kemampuan aktual peserta didik, sehingga mereka tertantang untuk berkembang dengan dukungan yang sesuai.

Berdasarkan hasil refleksi pada Siklus I, dilakukan beberapa perbaikan pembelajaran pada Siklus II, antara lain penyusunan ulang rencana pembelajaran yang lebih sesuai dengan karakteristik peserta didik, penyederhanaan materi, serta pemberian penjelasan dan contoh teknik shooting yang lebih jelas dan terstruktur. Perbaikan tersebut berdampak signifikan terhadap proses dan hasil belajar peserta didik. Pada Siklus II, peserta didik mulai menunjukkan kemandirian, keaktifan, serta kemampuan berpikir kritis dan reflektif selama pembelajaran berlangsung. Hal ini tercermin dari peningkatan

nilai rata-rata menjadi 84,44, dengan 56% peserta didik berada pada kategori mahir dan 44% pada kategori sangat mahir, serta tidak ada lagi peserta didik yang berada pada kategori kurang mahir.

Peningkatan tersebut memperkuat efektivitas model Teaching at the Right Level (TaRL), yaitu pendekatan pembelajaran yang menyesuaikan proses, konten, dan strategi pengajaran berdasarkan tingkat kemampuan peserta didik. Model ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menekankan bahwa pembelajaran merupakan proses aktif dalam membangun pengetahuan melalui pengalaman dan refleksi. Melalui TaRL, peserta didik terlibat langsung dalam praktik shooting sepak bola sesuai dengan tingkat kemampuannya, sehingga pemahaman dan keterampilan dapat berkembang secara optimal.

Selain itu, hasil penelitian ini juga didukung oleh Self-Determination Theory yang menyatakan bahwa motivasi belajar akan meningkat ketika peserta didik merasa kompeten, memiliki otonomi, dan terlibat secara aktif dalam pembelajaran. Pengelompokan peserta didik berdasarkan kemampuan dalam TaRL menciptakan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan belajar, serta meningkatkan motivasi intrinsik. Peserta didik menjadi lebih berani mencoba, berefleksi, dan memperbaiki kesalahan dalam melakukan teknik shooting.

Dari sisi perkembangan kognitif dan sosial-emosional, peserta didik kelas X berada pada tahap operasional formal, di mana mereka mulai mampu berpikir abstrak, reflektif, dan mandiri. Penerapan TaRL yang dilengkapi dengan strategi perancah (scaffolding) memungkinkan guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan dukungan bertahap sesuai kebutuhan peserta didik. Pendekatan ini menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, menurunkan rasa takut gagal, serta meningkatkan kepercayaan diri dan konsentrasi belajar.

Dengan demikian, penerapan model Teaching at the Right Level (TaRL) yang berorientasi pada kebutuhan dan kemampuan peserta didik terbukti mampu meningkatkan hasil belajar teknik shooting sepak bola secara signifikan. Pembelajaran menjadi lebih efektif karena peserta didik tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi sebagai subjek aktif yang berpikir kritis, mandiri, dan berkembang sesuai dengan tahapan perkembangannya. Temuan ini menegaskan pentingnya pembelajaran adaptif dan terdiferensiasi dalam pendidikan jasmani untuk mengoptimalkan potensi peserta didik secara menyeluruh..

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas pada siklus I dan siklus II ini mendapatkan kesimpulan bahwa tingkat ketergantungan peserta didik terhadap guru sebagai sumber belajar masih tinggi. Jika guru tidak memfasilitasi kebutuhan belajar peserta didik dalam proses pembelajaran maka peserta didik tidak akan memaksimalkan potensi diri, kemampuan berpikir kritis, mandiri dan kreativitasnya selama proses pembelajaran. Namun setelah mendapatkan refleksi dan beberapa perbaikan mulai dari rancangan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan peserta didik dengan tingkat perkembangan dan partisipasi keaktifan dengan efektifitas penerapan teaching at the right level pada proses belajar sepak bola materi shooting terbukti bisa mengoptimalkan kemampuan dalam memahami materi dan keterampilan peserta didik.

REFERENSI

- Asmara, E. E., Subekti, E. E., & Istikomah, A. (2025). Implementasi Pendekatan Culturally Responsive Teaching (Crt) Dalam Pembelajaran Pendidikan Pancasila Di Kelas Iii Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusa*, 09(01), 1323–1328.
- Bijak Laksono Putro, & Sudarso. (2022). Perbandingan Metode Part Practice Dengan Metode Whole Practice Dalam Pembelajaran Shooting Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas Xi Ak 3 Dan Ak 2 Yp Smk Trisila Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(2), 586–590.
- Damarjati, R., & Pratama, D. S. (2021). Implementasi Pendekatan Teaching At The Right Level (Tarl) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Permainan Bola Basket Peserta Didik Kelas Xi Smk Negeri 3 Semarang. *Pranata Hukum*, 6(2), 117–132.
- Fajari, A. J., & Indahwati, N. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Aptitude Treatment Interaction Terhadap Hasil Belajar Lay Up Dalam Pembelajaran Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas X Ipa 4 Sman 4 Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 06(01), 83–87.
- Farabi, M. R. A. S. (2018). Penerapan Pendekatan Taktisterhadap Hasil Belajar Passing Dan Controlling Dalam Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7, 41–46.
- Fataha, I., & Gani, A. A. (2025). Peningkatan Kemampuan Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam Melalui Metode Jigsaw. 7(2), 164–171.
- Fernando, A. C., Himawanto, W., & Nugroho, D. S. (2025). Efektivitas Implementasi Teaching At The Right Level (Tarl) Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas Iv Sdn Bulusari 1. 3(4), 80–90.
- Harfadli, Amrullah, R., Putra, B. M., & Naufaldi, F. (2024). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Kaki Bagian Dalam Sepakbola Melalui Model Pembelajaran Problem-Based Learning Dan Pendekatan Teaching At The Right Level Pada Siswa Kelas Xi M8 Sma Negeri 2 Pontianak. *Seminar Nasional Avoer*, 3(2017), 185–197.

- Kristiawan, M. (2019). Analisis Pengembangan Kurikulum Dan Pembelajaran. In Wachid, Riyanto, Badeni, R. Chandra, & S. Hamzah (Eds.), Upp Fkip Univ. Bengkulu (1st Ed.). Unit Penerbitan Dan Publikasi Fkip Univ. Bengkulu.
- Mabrur, M., Setiawan, A., & Mubarok, M. Z. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Direct Instruction Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Guling Depan Senam Lantai. *Physical Activity Journal*, 2(2), 193. <https://doi.org/10.20884/1.Paju.2021.2.2.4014>
- Mahardhewa, N. A. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Shooting Bola Basket Melalui Metode Pembelajaran Teaching At The Right Level (Tarl) Pada Siswa Kelas Xii Titl2 Smk N 7 Semarang Tahun Pelajaran 2024-2025. 10, 221–232.
- I., Ilamiah, K., Zakat, S. A., Instrumen, S., Dalam, I., & Al, T. (2023). Peningkatan Kemampuan Menendang Dan Menahan Bola Dengan Model Active Learning Kombinasi Small Sided Game. *Jurnal Akuntansi*, 1(6), 1–22.
- Rubiyatno, Perdana, R. P., Supriatna, E., Yanti, N., & Suryadi, D. (2023). Team Game Tournament (Tgt)-Type Cooperative Learning Model: How Does It Affect The Learning Outcomes Of Football Shooting? *Edu Sportivo: Indonesian Journal Of Physical Education*, 4(1), 86–96. [https://doi.org/10.25299/Es:Ijope.2023.Vol4\(1\).12130](https://doi.org/10.25299/Es:Ijope.2023.Vol4(1).12130)
- Setyawan, H., & Indahwati, N. (2017). Pembelajaran Aptitude Treatment Interaction (Ati) Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Kaki Bagian Dalam Pengaruh Model Pembelajaran Aptitude Treatment Interaction (Ati) Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Kaki Bagian Dalam. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 5(3), 1–6.
- Simbolon, Y. J., & Makorohim, M. F. (2025). Learning Models In Football Passing: Literature Review Study. 16(03), 324–335.
- Sugiyono. (2023). Metode Penelitian Kualitatif (Untuk Penelitian Yang Bersifat: Eksploratif, Enterpretif, Interaktif Dan Konstruktif). Metode Penelitian Kualitatif.
- Suroyo, B. A., & Yuli Hartati, S. C. (2014). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (Stand) Terhadap Hasil Belajar Shooting Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(1), 56–60.
- Syah, D. F., Suryaningsih, L., & Ridwan, M. (2024). Optimalisasi Hasil Belajar GerakDasar Shooting Sepak Bola Melalui Pendekatan Tarl. *Jurnal Keolahragaan Juara*, 04(02), 164–170. <https://doi.org/10.37304/Juara.V4i2.15220>
- Widodo, A. (2022). Pengembangan Model Permainan Target Untuk Meningkatkan Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepakbola. 4.
- Yunika, I., & Cahya, D. (2025). Shooting Basket Dengan Metode Kombinasi PermainanTarget Pada Siswa Kelas X 3 Sma Negeri 7 Kediri. 2(4).