

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Shooting Sepak Bola Melalui Pembelajaran Kooperatif Teams Games SD Negeri Betet 3 Kota Kediri

Efforts to Improve Soccer Shooting Learning Outcomes Through Cooperative Learning Team Games at Betet 3 State Elementary School, Kediri City

Retna Wintariana¹, M. Akbar Husein Allsabab², Moh. Aan Zainul Arifin³

¹Wintarianaretna@gmail.com, PPG, Pascasarjana, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

²Akbarhusein@unpkediri.ac.id, Penjas, FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

³edugamekediri@gmail.com, SD Negeri Betet 3, Kota Kediri, Jawa Timur, Indonesia

Abstrak

Keterampilan Shooting dalam Sepak Bola sangat penting dalam sepak bola, terutama bagi siswa sekolah dasar, karena menentukan efektivitas mencetak gol dan memenangkan pertandingan. Metode pembelajaran konvensional dalam pelatihan sepak bola sekolah memiliki kelemahan, seperti individualistik dan kurangnya interaksi serta kolaborasi yang optimal antar siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana membuat pembelajaran menembak sepak bola lebih efektif dengan memasukkan metode Teams Games Tournament (TGT) dalam kerja kelompok. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) digunakan dalam dua siklus untuk melakukan penelitian ini. Setiap siklus terdiri dari empat langkah: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Siswa kelas tiga SD Negeri Betet 3 di Kota Kediri ikut serta dalam penelitian ini. Tes kemampuan menembak diberikan sebelum, selama, dan setelah kegiatan (pra-siklus) untuk mengumpulkan data. Terdapat peningkatan yang signifikan secara statistik dalam kemampuan menembak sepak bola siswa. Dengan skor rata-rata 66,05. Hanya delapan siswa, atau 29% dari total, yang mampu menyelesaikan tahap pembelajaran pra-siklus. Dua puluh siswa yang tersisa, atau 71% dari total, tidak mampu melakukannya. Rata-rata, siswa pada siklus I memperoleh skor 73,46, dengan 19 siswa (atau 67,9% dari total) lulus semua mata kuliah dan 12 siswa (atau 32,1% dari total) tidak lulus. Siklus II berhasil diselesaikan oleh 25 siswa (89,3%) dengan skor rata-rata 80,56, sementara 3 siswa (10,7%) tidak lulus.

Kata kunci: Hasil Belajar, Teams Games Tournament (TGT), Shooting, Sepak Bola.

Abstract

Shooting skills in soccer are crucial, especially for elementary school students, as they determine the effectiveness of scoring goals and winning matches. Conventional learning methods in school soccer training have weaknesses, such as individualism and a lack of optimal interaction and collaboration between students. The purpose of this study was to determine how to make soccer shooting learning more effective by incorporating the Team Games Tournament (TGT) method into group work. Classroom Action Research (CAR) was used in two cycles to conduct this study. Each cycle consisted of four steps: planning, implementation, observation, and reflection. Third-grade students of SD Negeri Betet 3 in Kediri City participated in this study. Shooting ability tests were administered before, during, and after the activity (pre-cycle) to collect data. There was a statistically significant increase in students' soccer shooting ability, with an average score of 66.05. Only eight students, or 29% of the total, were able to complete the pre-cycle learning stage. The remaining twenty students, or 71% of the total, were unable to complete the learning stage. On average, students in cycle I obtained a score of 73.46, with 19 students (or 67.9% of the total) passing all courses and 12 students (or 32.1% of the total) failing. Cycle II was successfully completed by 25 students (89.3%) with an average score of 80.56, while 3 students (10.7%) failed.

Keywords: Learning Outcomes, Team Games Tournament (TGT), Shooting, Football.

PENDAHULUAN

Keterampilan Shooting dalam Sepak Bola sangat penting dalam sepak bola, terutama bagi siswa sekolah dasar, karena menentukan efektivitas mencetak gol dan memenangkan pertandingan (Irfan et al., 2017). Keterampilan ini membutuhkan kekuatan fisik, koordinasi, akurasi, dan pengambilan keputusan yang cepat. Namun, keterampilan ini seringkali kurang optimal atau bahkan tidak optimal karena berbagai kendala. Kendala tersebut meliputi keterbatasan fasilitas olahraga, peralatan, frekuensi latihan, dan variasi teknik menembak (Bimantoro et al., 2024). Secara fisik, siswa seringkali memiliki kekuatan otot kaki yang kurang, sehingga mengakibatkan daya tendang dan akurasi yang buruk. Kesejahteraan mental juga merupakan faktor krusial, karena kurangnya kepercayaan diri dan ketidakpastian memengaruhi hasil tembakan (Amananti, 2024).

Metode pembelajaran konvensional dalam pelatihan sepak bola sekolah memiliki kelemahan, seperti individualistik dan kurangnya interaksi serta kolaborasi yang optimal antar siswa (Sukapriatnadi & Adi, 2023). Pelatihan cenderung monoton dan kurang variatif, hanya berfokus pada gerakan berulang tanpa pendekatan kontekstual dan evaluasi konstruktif. Pendekatan ini jarang melibatkan siswa dalam proses pembelajaran aktif, sehingga mengakibatkan penurunan motivasi dan penguasaan teknik yang kurang efektif (Mokodompit, 2023).

Pendekatan pembelajaran yang lebih kooperatif dan interaktif, seperti model pembelajaran kooperatif Student Team Achievement Division (STAD), diperlukan. Model ini mendorong siswa untuk belajar bersama sebagai tim, saling membantu, dan bertanggung jawab bersama untuk mencapai tujuan pembelajaran (Azrul Azwira et al., 2023; I Putu Darmayasa et al., 2023). Proses kolaboratif ini tidak hanya meningkatkan keterampilan menembak teknis, tetapi juga meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, dan keterampilan sosial siswa. Guru dapat memberikan latihan yang menarik dan efektif dengan mempertimbangkan keberagaman kemampuan siswa (Andrianto, 2024).

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan kooperatif dapat meningkatkan keterampilan menembak siswa secara signifikan melalui interaksi dan kolaborasi intensif dalam tim. Melatih keterampilan seseorang di berbagai bidang dan mencapai tujuan pendidikan seseorang dimungkinkan melalui penggunaan model pembelajaran (Sam'ani & Mashud, 2025). Keberhasilan suatu pembelajaran dan antusiasme siswa sangat dipengaruhi oleh model pengajaran yang dipilih. Adapun penelitian ini bertujuan untuk

membantu siswa menjadi penembak sepak bola yang lebih baik, dan jika berhasil, maka hasilnya akan memuaskan.

METODE

Dengan menggunakan paradigma pembelajaran kooperatif Teams Games Tournament (TGT), teknik pembelajaran yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (Studi Tindakan). Tujuan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah untuk meningkatkan proses dan praktik pembelajaran di kelas atau sekolah tempat instruktur mengajar. Penelitian ini dapat dilakukan melalui kemitraan dengan peneliti atau oleh guru sendiri yang berperan ganda sebagai peneliti. Pendidik terlibat dalam penelitian tindakan ketika mereka secara metodis dan objektif mengumpulkan, memproses, menganalisis, dan melaporkan data tentang tindakan yang mereka lakukan dalam wewenang dan lingkungan mereka untuk meningkatkan kondisi pembelajaran. Peningkatan kemampuan menembak sepak bola merupakan fokus dari penelitian tindakan kelas ini, yang menggunakan metodologi pembelajaran kooperatif yang serupa dengan TGT (Tama et al., 2019).

HASIL

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian tindakan kelas menggunakan metode Teams Games Tournament (TGT), terdapat peningkatan signifikan dalam kemampuan menembak sepak bola siswa dari pra-siklus ke siklus I dan siklus II. Rata-rata nilai hasil belajar meningkat dari 66,05 pada pra-siklus menjadi 73,46 pada siklus I dan mencapai 80,56 pada siklus II. Persentase siswa yang tuntas juga mengalami peningkatan dari 28,57% (pra-siklus) menjadi 60,7% (siklus I) dan mencapai 89,3% (siklus II).

Berikut ini sinopsis capaian pembelajaran pra siklus, siklus I, dan siklus II setelah kegiatan pembelajaran pada masing-masing tahapan selesai dilaksanakan.

Tabel 1. Rangkuman Hasil Belajar pre- siklus Siklus I dan Siklus II

Nilai	Pre-siklus	Siklus I	Siklus II
Tuntas	9 (28.57%)	17 (60.7%)	25 (89.3%)
Tidak Tuntas	21 (71.43%)	11 (47,2%)	3 (10.7%)

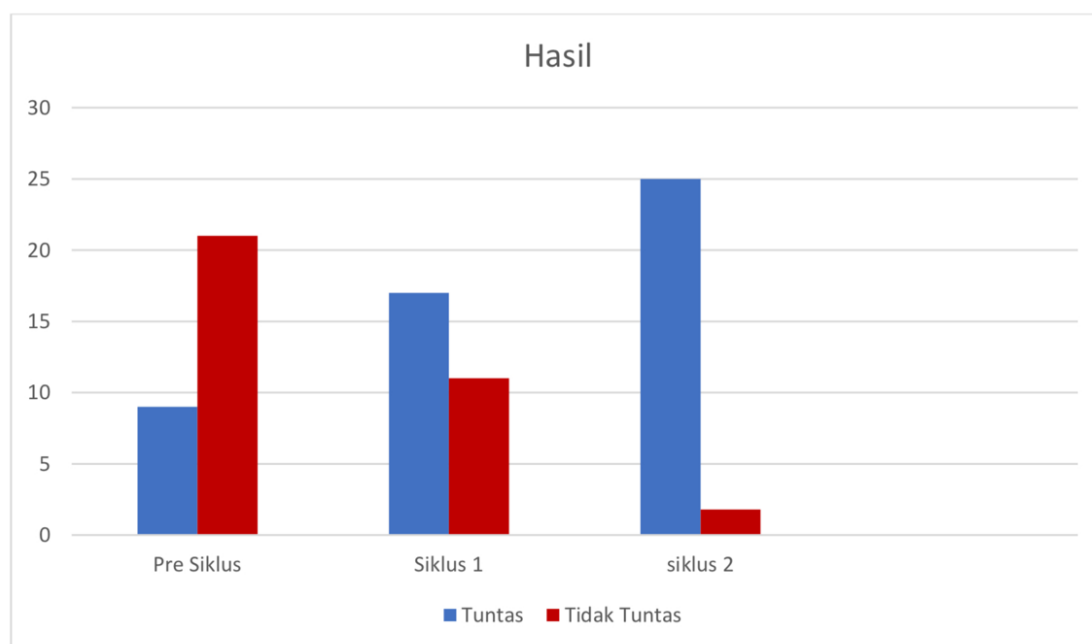
Data kuantitatif tersebut dapat dirincikan sebagai berikut:

1. Pra-siklus, hanya 9 dari 30 siswa (29%) yang berhasil mencapai kriteria ketuntasan.
2. Pada siklus I, jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 17 orang (60,7%).

3. Pada siklus II, sebanyak 25 siswa (89,3%) menyelesaikan pembelajaran dengan nilai tuntas.

Peningkatan ini menunjukkan efektivitas metode TGT dalam meningkatkan hasil belajar menembak sepak bola. Selain itu, observasi selama proses pembelajaran memperlihatkan adanya peningkatan antusiasme dan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan pembelajaran (Prasetyo & Sudarso, 2018). Peningkatan hasil belajar pada pembelajaran siklus I dan II dapat dilihat dalam Grafik berikut ini.

Gambar 1. Grafik Peningkatan Hasil Pembelajaran



PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa paradigma pembelajaran kooperatif Teams Games Tournament (TGT) memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan menembak sepak bola pada siswa kelas tiga SD Negeri Betet 3 Kota Kediri (Irfan et al., 2017; Setyo, 2017). Hasil yang meningkat secara bertahap dari pra-siklus hingga siklus II mengindikasikan bahwa metode pembelajaran yang melibatkan kerja kelompok dan elemen kompetitif dapat memotivasi siswa secara efektif.

Beberapa aspek penting dalam keberhasilan metode ini antara lain:

1. Motivasi dan keterlibatan siswa: Dengan menggunakan pendekatan TGT, siswa menjadi lebih termotivasi karena adanya unsur permainan dan tantangan kompetisi yang memberikan semangat untuk belajar dan berlatih.

2. Kondisi pembelajaran yang lebih santai namun terstruktur: Penggunaan pendekatan kelompok memungkinkan siswa belajar dalam suasana yang lebih menyenangkan dan saling mendukung.
3. Penguatan pembelajaran melalui tutor sebaya: Adanya dukungan dari teman sebaya saat belajar juga mempercepat pemahaman teknik menembak bola dan meningkatkan kepercayaan diri siswa.
4. Peningkatan sikap kooperatif: Lebih dari sekadar kemampuan teknis, model TGT juga mengajarkan nilai-nilai kerja sama dan tanggung jawab yang bermanfaat dalam pembelajaran jangka panjang.
5. Penggunaan evaluasi berulang: Siklus refleksi dan evaluasi yang bertahap mengidentifikasi kendala dan memandu perbaikan teknik pembelajaran secara berkelanjutan.

Dengan menggunakan teknik Teams Games Tournament (TGT) untuk menganalisis hasil shooting sepak bola, kami menemukan bahwa 8 siswa (29%) menyelesaikan pra-siklus, sementara 20 siswa (71%) tidak menyelesaikannya. Skor rata-rata adalah 66,05. Dengan skor rata-rata 73,46, 19 siswa (67,9% dari total) menyelesaikan ujian pada siklus pertama, sementara 9 siswa (32,1%) tidak menyelesaikannya. Pada siklus kedua, skor rata-rata 80,56 dicapai oleh 25 siswa (89,3%), sementara 3 siswa (10,7%) tidak menyelesaikan ujian.

Teams Games Tournament (TGT) adalah strategi pembelajaran kooperatif yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa guna menciptakan pengalaman belajar yang lebih menarik dan efektif (Hendriadi et al., 2023). Siswa dapat belajar dalam suasana yang lebih santai di setiap sesi, yang mendorong rasa tanggung jawab, kolaborasi, dan keterlibatan dalam proses pembelajaran. Pendekatan pembelajaran ini dipilih karena alasan-alasan berikut.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan (Purnomo et al., 2025; B. M. Putra et al., 2025) menjelaskan bahwa proses pembelajaran yang efektif perlu didukung dengan prosedur penelitian yang sistematis, sehingga pembelajaran dapat dievaluasi dan diperbaiki secara berkelanjutan. Pendekatan penelitian tindakan kelas yang digunakan dalam penelitian ini memungkinkan guru untuk secara sistematis mengamati, memperbaiki, dan meningkatkan teknik pembelajaran untuk hasil yang lebih baik. Adapun penelitian (Novion, 2020) menekankan pentingnya pembelajaran keterampilan motorik dengan pendekatan teori dan metode yang tepat, termasuk pembelajaran

kontekstual dan melibatkan latihan berulang. Model pembelajaran kooperatif seperti TGT sesuai dengan prinsip ini karena memadukan latihan bersama dalam kelompok sehingga siswa mendapat dukungan teman sebaya dan motivasi lebih tinggi.

(Purwanto & Yuliawan, 2025) menjelaskan bahwa evaluasi pembelajaran harus melibatkan aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik, dan metode pembelajaran kooperatif bisa meningkatkan ketiga aspek tersebut secara simultan. Dalam konteks ini, TGT tidak hanya meningkatkan teknik menembak, tetapi juga motivasi dan kerja sama siswa. (Hasan et al., 2024; R. A. Putra et al., 2025) mengungkapkan bahwa proses belajar mengajar yang efektif harus memberikan layanan khusus dan metode yang bervariasi sesuai karakteristik siswa. Hal ini sejalan dengan prinsip model TGT yang memungkinkan penyesuaian teknik belajar dalam kelompok kecil, sehingga pembelajaran menjadi lebih menarik dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Dengan mengacu pada penelitian-penelitian ini, penggunaan metode Teams Games Tournament (TGT) sebagai paradigma pembelajaran kooperatif dapat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kemampuan menembak sepak bola siswa, serta menumbuhkan sikap kooperatif dan motivasi belajar yang tinggi. Oleh sebab itu, implementasi metode TGT disarankan untuk dipertimbangkan oleh pendidik dalam pengajaran pendidikan jasmani, khususnya untuk meningkatkan keterampilan teknis yang memerlukan latihan berulang dan dinamika kelompok.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa penerapan paradigma pembelajaran kooperatif Teams Games Tournament (TGT) secara signifikan meningkatkan kemampuan menembak sepak bola pada siswa kelas tiga SD Negeri Betet 3 Kota Kediri. Terbukti dari peningkatan skor hasil belajar rata-rata dari 66,05 pada pra-siklus menjadi 73,46 pada siklus I dan 80,56 pada siklus II, serta peningkatan persentase siswa yang mencapai ketuntasan dari 28,57% menjadi 89,3%. Metode TGT tidak hanya efektif meningkatkan keterampilan teknik menembak, tetapi juga memotivasi siswa, meningkatkan keterlibatan aktif, serta menumbuhkan sikap kerja sama dan tanggung jawab dalam proses pembelajaran. Selain itu, pendekatan pembelajaran yang santai namun terstruktur, didukung oleh tutor sebaya dan evaluasi berulang dalam siklus penelitian, mempercepat pemahaman dan kepercayaan diri siswa. Hasil ini konsisten dengan temuan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif seperti TGT efektif dalam meningkatkan aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik siswa secara simultan. Oleh

karena itu, metode TGT sangat direkomendasikan untuk digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam pengembangan keterampilan teknis yang memerlukan latihan berulang dan kerja sama kelompok. Dengan demikian, penggunaan Teams Games Tournament (TGT) sebagai model pembelajaran dapat menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar dan kemampuan menembak sepak bola siswa serta membangun sikap kooperatif yang mendukung proses pembelajaran di sekolah dasar.

REFERENSI

- Amananti, W. (2024). *Implementasi Pembelajaran Melalui Pendekatan Kooperatif Teams Games Turnament Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Di Mi Al Hidayah Tahun Ajaran 2023/2024* (Vol. 4, Issue 02, Pp. 7823–7830).
- Andrianto, J. R. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Team Games Tournament Terhadap Hasil Belajar Passing Kaki Bagian Dalam Sepakbola. *Mutiara Pgsd*, 108–114.
- Azrul Azwira, Ahmad Atiq, Fitriana Puspa Hidasari, Wiwik Yunitaningru, & Andika Triansyah. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team Game Tournament (Tgt) Terhadap Hasil Belajar Shooting Sepakbola. *Jurnal Porkes*, 6(1), 246–265. <https://doi.org/10.29408/Porkes.V6i1.16742>
- Bimantoro, D. S., Purnomo, A. M. I., & Sugito. (2024). Efektivitas Kiper Dalam Membangun Serangan Pada Tim Persik Kediri The. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 2(02), 155–166.
- Hasan, N., Dinata, V. C., & Wijayanto, B. (2024). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Menggunakan Pendekatan Diferensiasi Pembelajaran Sdn Babatan 1/456 Surabaya. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 2(04), 302–310.
- Hendriadi, H., Triansyah, A., Bafadal, M. F., & ... (2023). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Learning Tipe Teams Games Tournament (Tgt) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli. *Innovative: Journal Of ...*, 3 Nomor 2, 10725–10734.
- I Putu Darmayasa, Edi Agus Saputra, I. K., & I Ketut Semarayasa. (2023). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Tgt Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Sepak Bola Pada Peserta Didik Kelas Ix Smp Negeri 4 Sukasada. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 10(1), 21–28. <https://doi.org/10.23887/Jjp.V10i1.47367>
- Irfan, R. N., Harmono, S., & Puspodari. (2017). Analisis Literasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Siswa Putra Smp Negeri 1 Pagu Kabupaten Kediri. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 18(2), 104–114.
- Mokodompit, M. (2023). Penerapan Model Cooperative Learning Tipe Team Games

- Tournament Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Pjok Materi Permainan Sepak Bola Mini Di Kelas V Sdn 1 Tombolikat. In *Accident Analysis And Prevention* (Vol. 183, Issue 2, Pp. 153–164).
- Novion, Z. (2020). Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament (Tgt) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Menganalisis Teknik Dasar Passing Dalam Permainan Sepakbola. *Journal Sport Area*, 3(1), 87. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(1\).1412](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(1).1412)
- Prasetyo, G. A., & Sudarso. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tgt Terhadap Hasil Belajar Passing Sepak Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam. *Seuneubok Lada: Jurnal Ilmu-Ilmu Sejarah ...*, 6(2), 512.
- Purnomo, A. M. I., Setiawan, I., Firdaus, M., & Himawanto, W. (2025). *Pengembangan Instrumen Tes Passing Untuk Permainan Floorball*. 11(2), 307–317.
- Purwanto, J., & Yulianan, D. (2025). Integrasi Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar: Sebuah Kajian Literatur. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 3(02), 258–269.
- Putra, B. M., Yulianan, D., & Bakti, R. A. (2025). Survei Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Ssb Airlangga Wates, Kabupaten Kediri, Jawa Timur Tahun 2024. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 3(02), 168–180.
- Putra, R. A., Yulianan, D., & Rahmawati, R. D. (2025). Upaya Meningkatkan Passing Bawah Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode Teaching At The Right Level (Tarl) Pada Siswa X P4 Sman 1 Pare. *Nusantara Sporta: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 18(2), 104–114.
- Sam'ani, & Mashud. (2025). Meningkatkan Kemampuan Passing Kaki Bagian Dalam Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Tgt Pada Siswa Smp. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(4), 327–334.
- Setyo, P. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (Stad) Terhadap Hasil Belajar Menggiring Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya*, 5(2), 215–223.
- Sukapriatnadi, I. K., & Adi, I. P. P. (2023). Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Pada Materi Sepak Bola Teknik Shooting. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(2), 142–148. <https://doi.org/10.23887/jiku.v11i2.62103>
- Tama, I. G. S., Artanayasa, I. W., & Satyawan, I. M. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division Terhadap Hasil Belajar Passing Sepakbola. *Jurnal Penjakora*, 6(1), 35. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v6i1.17641>