

Penerapan Metode *Teaching At The Right Level (TaRL)* dalam Meningkatkan Teknik Dasar Passing Sepak Bola

Taufik Hidayat*, Soemardiawan, Jamaludin

Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Indonesia.

*Correspondence: taufikhidayat22271245.5f@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the effectiveness of implementing the Teaching at the Right Level (TaRL) method in improving basic soccer passing techniques among students at MTS Malaka. The study used the Classroom Action Research (CAR) method, conducted in two cycles, with MTS Malaka students as the research subjects. Each cycle consisted of the planning, implementation, observation, and reflection stages. The instruments used included a psychomotor test to measure passing skills, a cognitive test to measure understanding of theory and tactics, and an affective observation sheet to assess students' motivation, cooperation, and self-confidence. The results showed a significant improvement in all three assessment aspects. In the psychomotor aspect, there was an increase from 28.12% in Cycle I to 87.5% in Cycle II. The cognitive aspect improved from 43.75% to 90.62%, and the affective aspect improved by an average of 25%. These improvements demonstrate that the TaRL approach, combined with the Small-Sided Games model, is effective in enhancing students' soccer passing skills.

Keyword: Teaching at the Right Level (TaRL), Passing Techniques, Soccer, Classroom Action Research, MTS

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penerapan metode *Teaching at the Right Level* (TaRL) dalam meningkatkan teknik dasar *passing* sepak bola pada siswa MTS Malaka. Penelitian menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan subjek penelitian adalah siswa MTS Malaka. Setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Instrumen yang digunakan meliputi tes psikomotor untuk mengukur keterampilan *passing*, tes kognitif untuk mengukur pemahaman teori dan taktik, serta lembar observasi afektif untuk menilai motivasi, kerja sama, dan kepercayaan diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada ketiga aspek penilaian. Pada aspek psikomotor terjadi peningkatan dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II. Aspek kognitif meningkat dari 43,75% menjadi 90,62%, dan aspek afektif meningkat rata-rata sebesar 25%. Peningkatan ini membuktikan bahwa pendekatan TaRL yang dikombinasikan dengan model *Small-Sided Games* efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* sepak bola siswa. Keberhasilan ini didukung oleh asesmen diagnostik yang akurat, pengelompokan siswa berdasarkan kemampuan, pembelajaran berdiferensiasi, dan terciptanya lingkungan belajar yang inklusif.

Kata kunci: *Teaching at the Right Level*, TaRL, Teknik Passing, Sepak Bola, Penelitian Tindakan Kelas, MTS

Received: 5 Juli 2026 | Revised: 10, 14 30 Juli, 10 Agustus 2026

Accepted: 18 Agustus 2026 | Published: 20 Agustus 2026



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam sistem pendidikan nasional karena tidak hanya mengembangkan aspek fisik dan kebugaran peserta didik, tetapi juga membentuk karakter seperti sportivitas, kerja sama tim, disiplin, dan tanggung jawab (Kusnandar, 2023; Salahudin et al., 2024). Di antara berbagai cabang olahraga yang diajarkan, sepak bola menempati posisi paling populer karena permainannya yang dinamis dan mampu melibatkan banyak peserta didik secara aktif. Teknik dasar *passing* (mengumpan) merupakan keterampilan paling fundamental dalam sepak bola karena hampir setiap saat dalam pertandingan pemain melakukan umpan kepada rekannya, baik sebagai sarana menyusun serangan, mempertahankan penguasaan bola, maupun menciptakan peluang mencetak gol (Festiawan, 2023; Roni et al., 2018).

Penguasaan teknik *passing* yang akurat membutuhkan kombinasi harmonis antara keterampilan teknis (posisi kaki tumpu, perkenaan bola, dan gerakan lanjutan), koordinasi tubuh, ketepatan waktu, serta pemahaman taktis tentang kapan dan ke mana bola harus diumpankan (Lacy & Williams, 2022; Karim, 2025). Hasil observasi awal yang dilakukan di MTS Malaka pada September 2024 mengungkapkan lima permasalahan signifikan dalam pembelajaran teknik dasar *passing* sepak bola. Pertama, rendahnya penguasaan teknik *passing* siswa, di mana hanya sekitar 30% dari total siswa yang mampu melakukan teknik *passing* dengan benar sesuai kriteria gerakan yang ditetapkan (posisi kaki tumpu tepat di samping bola, perkenaan bola pada kaki bagian dalam, dan gerakan lanjutan yang sempurna).

Mayoritas siswa masih melakukan kesalahan teknis seperti posisi kaki yang salah, perkenaan bola yang tidak tepat, dan tidak adanya gerakan lanjutan. Kedua, kesenjangan kemampuan antar siswa yang cukup lebar berdasarkan tes awal keterampilan *passing* yang menunjukkan rata-rata nilai siswa berada di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM=75) dengan rentang nilai sangat bervariasi (45-80), mengindikasikan adanya perbedaan kemampuan yang signifikan antara siswa yang memiliki pengalaman bermain lebih banyak dan siswa pemula. Siswa dengan pengalaman bermain cenderung mendominasi proses pembelajaran, sementara siswa pemula merasa tertinggal dan kehilangan motivasi (Hamid et al., 2024; Agnesia & Prima, 2026).

Ketiga, pendekatan pembelajaran yang belum terdiferensiasi, di mana guru cenderung menyamaratakan perlakuan tanpa mempertimbangkan kemampuan awal siswa. Pendekatan satu ukuran untuk semua (*one-size-fits-all*) yang diterapkan dalam sistem pendidikan tradisional gagal memenuhi kebutuhan siswa dari berbagai tingkat kemampuan; siswa berprestasi tinggi merasa kurang tertantang, sementara siswa dengan kemampuan rendah kesulitan mengikuti pelajaran (Kurniawati et al., 2024). Keempat, rendahnya hasil belajar pada aspek kognitif dan psikomotor. Observasi menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa sangat rendah, dengan 65% siswa mengaku tidak percaya diri saat melakukan *passing* di depan teman-temannya, dan 40% siswa mengaku kurang termotivasi mengikuti pembelajaran karena merasa kemampuannya jauh di bawah teman lain.

Partisipasi aktif dalam pembelajaran juga sangat rendah, di mana hanya 30-40% siswa yang benar-benar aktif melakukan latihan *passing*, sementara siswa lainnya cenderung pasif

dan hanya menjadi pengamat. Penelitian serupa yang dilakukan di SMK Negeri 3 Semarang menunjukkan bahwa pada kondisi awal sebelum penerapan TaRL, ketuntasan belajar pada aspek kognitif hanya mencapai 43,75% dan pada aspek psikomotor hanya 28,12% pada siklus I (Harsena et al., 2024). Kelima, keterbatasan waktu dan sarana pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 2 Ngaglik, guru PJOK hanya memiliki 2 jam pelajaran (2 JP) dalam seminggu, yang mana sudah berkurang 30 menit untuk persiapan siswa mengganti pakaian olahraga sebelum dan sesudah pembelajaran (Pangestu & Pratama, 2025).

Keterbatasan waktu ini menyebabkan guru kesulitan memfasilitasi masing-masing siswa sesuai dengan gaya belajar dan kebutuhannya. Selain itu, kondisi sarana dan prasarana seperti lapangan yang berdebu dan tidak rata serta bola yang kurang baik juga menghambat proses pembelajaran. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih responsif dan adaptif terhadap kebutuhan peserta didik. Pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) merupakan pendekatan pembelajaran yang memetakan peserta didik sesuai dengan tingkatan kemampuannya dalam proses pembelajaran yang terdiri dari tingkatan rendah, sedang, dan tinggi (Banerjee et al., 2022).

Pendekatan ini berfokus pada pemetaan tingkat kemampuan siswa dan mengelompokkan mereka ke dalam level pembelajaran sesuai dengan kompetensinya. Dalam penerapan pendekatan TaRL, asesmen diagnostik terlebih dahulu harus dilaksanakan oleh guru untuk mengetahui kebutuhan, latar belakang, karakteristik, dan gaya belajar peserta didik, sehingga guru mengetahui kemampuan awal dan perkembangan awal peserta didik sebagai dasar untuk merancang pembelajaran yang berpihak pada peserta didik (Wismanto, 2024). Pendekatan TaRL dikembangkan oleh Pratham di India dan telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan fundamental seperti membaca dan berhitung di berbagai tingkat pendidikan di negara berkembang (Banerji & Chavan, 2022).

Pemecahan masalah melalui pendekatan TaRL dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut. Pertama, pelaksanaan asesmen diagnostik untuk memetakan kemampuan awal siswa dalam teknik *passing*, meliputi aspek kognitif (pemahaman teori), psikomotor (keterampilan gerak), dan afektif (sikap dan motivasi). Hasil asesmen ini menjadi dasar bagi guru dalam menyusun strategi pembelajaran yang berpihak pada peserta didik (Ulfha et al., 2025). Kedua, pengelompokan siswa berbasis kemampuan ke dalam tiga level: rendah, sedang, dan tinggi. Setiap kelompok mendapatkan materi dan latihan yang sesuai dengan tingkat penguasaannya, sehingga pembelajaran menjadi lebih terarah dan efektif (Hamid et al., 2024; Aprilia, 2024).

Pendekatan ini mengelompokkan siswa berdasarkan tingkat keterampilan aktual mereka daripada usia atau kelas (Banerjee et al., 2022). Ketiga, perancangan aktivitas pembelajaran berdiferensiasi. Kelompok rendah fokus pada penguasaan gerakan dasar dan koordinasi, kelompok sedang pada peningkatan akurasi dan konsistensi, sedangkan kelompok tinggi pada penguasaan *passing* dalam situasi permainan yang lebih kompleks. Pembelajaran berdiferensiasi ini membantu mengoptimalkan minat dan bakat siswa dalam pembelajaran PJOK (Adisjam & Saparia, 2023). Keempat, penerapan model permainan yang sesuai dengan mengkombinasikan pendekatan TaRL dengan model *Small-Sided Games* (SSG) untuk meningkatkan keterlibatan aktif siswa dan memberikan lebih banyak kesempatan untuk berlatih dalam situasi nyata. SSG memungkinkan lebih banyak sentuhan bola, partisipasi

aktif, dan pengambilan keputusan dalam situasi permainan yang sesungguhnya (Maulana, et al., 2026).

Penelitian menunjukkan bahwa *Small-Sided Games* efektif dalam meningkatkan kemampuan kondisi fisik dan keterampilan teknik passing control (Maulana et al., 2026). Kelima, evaluasi dan refleksi berkelanjutan dilakukan pada setiap akhir siklus untuk mengukur kemajuan siswa dan melakukan perbaikan pada siklus berikutnya. TaRL menekankan penilaian rutin untuk melacak kemajuan setiap siswa, memastikan bahwa setiap siswa tetap pada jalur yang sesuai dengan tingkat perkembangannya (Banerji & Chavan, 2022). Penelitian tentang penerapan pendekatan TaRL dalam pembelajaran sepak bola memiliki relevansi yang kuat dengan kebijakan pendidikan saat ini.

Kurikulum Merdeka yang diperkenalkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi pada tahun 2022 memberikan fleksibilitas bagi guru untuk menyesuaikan metode pengajaran sesuai kebutuhan dan tingkat kemampuan siswa, sehingga sangat mendukung implementasi pendekatan TaRL (Kemendikbudristek, 2022). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, baik pada aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Survei terhadap 50 guru dan 50 siswa SMP menunjukkan bahwa 76% guru telah mengimplementasikan TaRL, dan 88% siswa merespons positif penerapan TaRL dalam pembelajaran keterampilan sepak bola (Pangestu & Pratama, 2025).

Guru menyatakan bahwa TaRL memudahkan mereka dalam membagi dan mengelompokkan kelas sesuai kebutuhan dan kemampuan setiap siswa. Kebaruan (*state of the art*) dari penelitian ini terletak pada beberapa hal. Pertama, penelitian tentang penerapan TaRL dalam konteks pembelajaran sepak bola di madrasah (MTS) masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada pembelajaran akademik seperti literasi dan numerasi (Banerjee et al., 2022). Kedua, penelitian ini mengintegrasikan pendekatan TaRL dengan model *Small-Sided Games* yang secara spesifik dirancang untuk meningkatkan keterampilan passing sepak bola.

Ketiga, penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dua siklus yang komprehensif, meliputi penilaian aspek psikomotor, kognitif, dan afektif secara terintegrasi. Keempat, penelitian ini relevan dengan konteks pendidikan di Indonesia yang sedang menerapkan Kurikulum Merdeka dan membutuhkan model-model pembelajaran inovatif yang berpihak pada peserta didik. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk (1) meningkatkan persentase ketuntasan psikomotor siswa dalam teknik *passing* sepak bola dari 28,12% menjadi minimal 85% setelah penerapan pendekatan TaRL di MTS Malaka; (2) meningkatkan persentase ketuntasan kognitif siswa tentang teknik dan taktik *passing* sepak bola dari 43,75% menjadi minimal 85% melalui pendekatan TaRL; (3) menganalisis perubahan sikap afektif siswa (motivasi, kerja sama, dan kepercayaan diri) selama pembelajaran dengan pendekatan TaRL; dan (4) mengevaluasi efektivitas pendekatan TaRL yang dikombinasikan dengan model *Small-Sided Games* dalam meningkatkan keterampilan passing sepak bola siswa.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan model pembelajaran PJOK yang lebih inklusif, adaptif, dan efektif di madrasah, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar sepak bola siswa dengan beragam tingkat

kemampuan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru PJOK dalam mengimplementasikan pendekatan TaRL di sekolah masing-masing serta memberikan masukan bagi pengambil kebijakan pendidikan dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih berpihak pada peserta didik.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR) yang bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran di kelas secara langsung melalui tindakan terencana dan reflektif (Arikunto, 2022). PTK bersifat deskriptif kuantitatif karena analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan hasil belajar siswa tanpa membuat generalisasi (Hasanah et al., 2020). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTS Malaka yang mengikuti pembelajaran PJOK pada materi sepak bola. Jumlah partisipan sebanyak 32 siswa yang terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 14 siswa perempuan, dengan rentang usia 13-15 tahun.

Pemilihan subjek didasarkan pada keberagaman tingkat kemampuan siswa dalam teknik dasar *passing* sepak bola yang teridentifikasi dari hasil observasi awal, dengan rentang nilai tes awal antara 45-80, sehingga memungkinkan penerapan pendekatan TaRL secara optimal melalui pengelompokan berdasarkan tingkat kemampuan (Hamid et al., 2024). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari empat tahapan utama: perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*action*), observasi (*observation*), dan refleksi (*reflection*) (Kunandar, 2022).

Tabel 1. Alur penelitian tindakan kelas

Siklus	Tahap	Kegiatan
Siklus I	Perencanaan	Menyusun RPP berbasis TaRL, menyiapkan instrumen asesmen diagnostik, lembar observasi, dan tes keterampilan passing
	Pelaksanaan	Melaksanakan asesmen diagnostik (2 JP), mengelompokkan siswa ke dalam 3 level kemampuan, menerapkan pembelajaran berdiferensiasi selama 3 pertemuan (masing-masing 2 JP)
	Observasi	Mencatat keaktifan siswa, teknik passing, dan respons siswa selama pembelajaran
	Refleksi	Menganalisis hasil observasi dan tes, mengidentifikasi hambatan, merumuskan perbaikan
Siklus II	Perencanaan	Menyusun RPP perbaikan, menyiapkan media visual dan aktivitas berjenjang
	Pelaksanaan	Menerapkan perbaikan strategi selama 3 pertemuan, menggunakan media visual, SSG, dan latihan berkelompok intensif
	Observasi	Mencatat peningkatan keterampilan, keaktifan, dan motivasi siswa
	Refleksi	Mengevaluasi capaian akhir dan menentukan keberhasilan tindakan

Pada tahap perencanaan siklus I, peneliti merancang RPP berbasis TaRL dan melakukan asesmen diagnostik untuk memetakan kemampuan awal siswa. Pelaksanaan tindakan siklus I dilakukan selama 3 pertemuan dengan membagi siswa ke dalam tiga level (rendah, sedang, tinggi). Kelompok rendah fokus pada gerakan dasar dan koordinasi, kelompok sedang pada akurasi dan konsistensi, sedangkan kelompok tinggi pada penguasaan *passing* dalam situasi kompleks (Kurniawati et al., 2024). Observasi dilakukan

oleh peneliti dan kolaborator menggunakan lembar observasi terstruktur (Hamid et al., 2024). Setelah siklus I, dilakukan refleksi untuk merumuskan perbaikan pada siklus II.

Pada siklus II, strategi ditingkatkan dengan penggunaan media visual, demonstrasi langsung, dan model *Small-Sided Games* (4v4 dan 5v5) serta latihan berkelompok dengan rotasi posisi (Maulana et al., 2026). Evaluasi dan refleksi kembali dilakukan untuk mengukur capaian akhir pembelajaran. Instrumen penelitian terdiri dari tiga jenis yang telah melalui uji validitas isi (*expert judgment*) oleh dua ahli dan uji reliabilitas antar penilai (*inter-rater reliability*) dengan koefisien korelasi 0,85-0,92 untuk instrumen psikomotor, serta uji *test-retest* dengan koefisien reliabilitas 0,88 untuk tes psikomotor dan 0,84 untuk tes kognitif.

Tabel 2. Rubrik penilaian psikomotor (keterampilan passing)

Aspek Penilaian	Skor 4 (Sangat Baik)	Skor 3 (Baik)	Skor 2 (Cukup)	Skor 1 (Kurang)
Posisi kaki tumpu	Kaki tumpu tepat di samping bola, lutut ditekuk	Kaki tumpu di samping bola, lutut kurang ditekuk	Kaki tumpu agak jauh dari bola	Kaki tumpu terlalu jauh/dekat
Perkenaan bola	Tepat di tengah bola dengan kaki bagian dalam	Hampir tepat di tengah bola	Sering meleset	Selalu meleset
Gerakan lanjutan	Ada gerakan lanjutan dan transfer berat badan	Ada gerakan lanjutan kurang sempurna	Gerakan lanjutan terputus-putus	Tidak ada gerakan lanjutan
Akurasi passing	Tepat sasaran 4-5 kali	Tepat sasaran 3 kali	Tepat sasaran 2 kali	Tepat sasaran ≤ 1 kali

Tabel 3. Spesifikasi tes kognitif

Aspek Penilaian	Jenis Soal	Jumlah Soal	Skor Maksimal	Kriteria Ketuntasan
Pemahaman peraturan	Pilihan ganda	10	100	≥ 75 (KKM)
Pemahaman taktik passing	Pilihan ganda	10	100	≥ 75 (KKM)
Pemahaman teknik dasar	Pilihan ganda	10	100	≥ 75 (KKM)

Tabel 4. Rubrik penilaian afektif

Aspek Penilaian	Skor 4 (Sangat Baik)	Skor 3 (Baik)	Skor 2 (Cukup)	Skor 1 (Kurang)
Kerja sama	Selalu membantu teman	Sering membantu teman	Kadang membantu	Tidak pernah membantu
Kedisiplinan	Selalu mengikuti instruksi	Sering mengikuti instruksi	Kadang mengikuti	Tidak mengikuti
Sportivitas	Menerima hasil dengan lapang	Menerima hasil dengan baik	Kadang menerima	Tidak menerima
Motivasi	Sangat antusias	Antusias	Cukup antusias	Tidak antusias
Kepercayaan diri	Percaya diri tinggi	Percaya diri	Cukup percaya diri	Tidak percaya diri

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui tiga tahap yaitu tahap persiapan (1 minggu) observasi awal, penyusunan RPP berbasis TaRL, validasi instrumen, uji reliabilitas, dan koordinasi dengan kolaborator. Tahap pelaksanaan siklus I (3 pertemuan, masing-masing 2 JP) Asesmen diagnostik, pengelompokan siswa, penerapan pembelajaran berdiferensiasi, observasi, tes akhir siklus, dan refleksi. Tahap pelaksanaan siklus II (3 pertemuan, masing-masing 2 JP) Revisi RPP, penerapan strategi perbaikan (media visual, SSG, latihan berkelompok intensif), observasi, tes akhir, dan refleksi akhir. Penelitian ini melibatkan kolaborator yaitu guru PJOK MTS Malaka dengan kualifikasi pengalaman mengajar minimal

5 tahun, telah mengikuti pelatihan TaRL, dan tidak terlibat langsung dalam perancangan tindakan.

Peran kolaborator meliputi observasi bersama, pemberian masukan pada refleksi, penilaian bersama hasil tes, dan partisipasi dalam diskusi reflektif. Triangulasi data dilakukan melalui tiga cara triangulasi sumber (peneliti, kolaborator, siswa), triangulasi teknik (tes, observasi, catatan lapangan), dan triangulasi waktu (berbagai pertemuan) (Maulana et al., 2026). Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif menggunakan statistik deskriptif dengan formula: $\text{Nilai} = (\text{Skor yang Diperoleh} / \text{Skor Maksimal}) \times 100$ Ketuntasan belajar ditentukan berdasarkan $\text{KKM} \geq 75$ (Kunandar, 2022). Analisis mencakup perhitungan rata-rata, nilai tertinggi dan terendah, standar deviasi, serta persentase ketuntasan. Analisis kualitatif dilakukan melalui observasi dan catatan reflektif untuk mengidentifikasi perubahan perilaku dan motivasi siswa (Hamid et al., 2024). Penelitian dikatakan berhasil apabila memenuhi kriteria

Tabel 5. Indikator keberhasilan penelitian

Aspek	Indikator Keberhasilan	Cara Pengukuran
Psikomotor	$\geq 85\%$ siswa mencapai nilai ≥ 75	Tes keterampilan <i>passing</i>
Kognitif	$\geq 85\%$ siswa mencapai nilai ≥ 75	Tes tertulis pilihan ganda
Afektif	$\geq 85\%$ siswa mencapai skor minimal 3 (Baik)	Lembar observasi afektif

Hasil

Berdasarkan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam dua siklus yang terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, diperoleh data hasil penelitian yang menunjukkan peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* sepak bola siswa MTS Malaka melalui penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL). Penelitian ini menggunakan instrumen tes psikomotor, tes kognitif, dan lembar observasi afektif seperti yang telah diuraikan pada bab metode penelitian. Data hasil penelitian disajikan berdasarkan tiga aspek penilaian, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Penelitian ini mengukur kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* sepak bola dengan kriteria penilaian meliputi posisi kaki tumpu, perkenaan bola pada kaki bagian dalam, gerakan lanjutan, dan akurasi *passing*. Berdasarkan hasil tes keterampilan yang dilakukan pada setiap akhir siklus, terjadi peningkatan yang signifikan dari siklus I ke siklus II.

Tabel 6. Hasil penilaian psikomotor siklus I dan siklus II

Kategori	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
Jumlah Siswa Tuntas	28,12% (9 siswa)	87,5% (28 siswa)	+59,38%
Jumlah Siswa Tidak Tuntas	71,88% (23 siswa)	12,5% (4 siswa)	-59,38%
Rata-rata Nilai	62,34	81,56	+19,22
Nilai Tertinggi	78	92	+14
Nilai Terendah	45	68	+23
Standar Deviasi	10,45	7,23	-3,22



Diagram 1. Peningkatan ketuntasan psikomotor

Pada siklus I, jumlah siswa yang mencapai ketuntasan pada aspek psikomotor masih sangat rendah, yaitu hanya 28,12% (9 siswa) dari seluruh siswa yang mengikuti pembelajaran. Rata-rata nilai siswa pada siklus I mencapai 62,34 dengan standar deviasi 10,45 yang menunjukkan variasi kemampuan yang cukup lebar. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum mampu menguasai teknik dasar *passing* dengan benar sesuai kriteria gerakan yang ditetapkan. Setelah dilakukan perbaikan pada siklus II yang meliputi penggunaan media pembelajaran visual, demonstrasi langsung, aktivitas berjenjang yang lebih intensif, dan model latihan melalui permainan mini sepak bola (*Small-Sided Games* 4v4 dan 5v5) serta latihan berkelompok, persentase ketuntasan meningkat secara drastis menjadi 87,5% (28 siswa). Rata-rata nilai meningkat menjadi 81,56 dengan standar deviasi 7,23 yang menunjukkan variasi kemampuan yang lebih homogen. Nilai terendah meningkat dari 45 menjadi 68, yang berarti seluruh siswa telah mencapai level kompetensi minimal.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa strategi pengelompokan berdasarkan tingkat kemampuan siswa serta pendampingan langsung dari guru terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan psikomotor siswa. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Hamid et al., 2024) yang menunjukkan peningkatan persentase siswa yang mencapai KKM dari 0% pada pra-siklus menjadi 88% pada siklus II setelah penerapan pendekatan TaRL dalam pembelajaran sepak bola. Penelitian ini mengukur pemahaman siswa tentang teknik dasar *passing*, peraturan permainan, serta taktik dan strategi *passing* dalam sepak bola menggunakan tes tertulis berbentuk pilihan ganda. Hasil tes kognitif pada setiap akhir siklus menunjukkan peningkatan yang signifikan.

Tabel 7. Hasil penilaian kognitif siklus I dan siklus II

Kategori	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
Jumlah Siswa Tuntas	43,75% (14 siswa)	90,62% (29 siswa)	+46,87%
Jumlah Siswa Tidak Tuntas	56,25% (18 siswa)	9,38% (3 siswa)	-46,87%
Rata-rata Nilai	68,75	84,38	+15,63
Nilai Tertinggi	85	95	+10
Nilai Terendah	50	72	+22
Standar Deviasi	11,28	6,89	-4,39

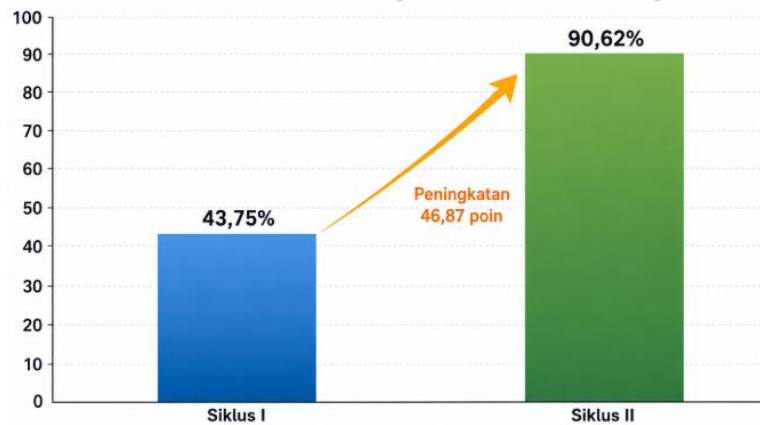


Diagram 2. Peningkatan ketuntasan kognitif

Pada siklus I, persentase ketuntasan aspek kognitif mencapai 43,75% (14 siswa), dengan rata-rata nilai 68,75 dan standar deviasi 11,28. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang belum memahami materi secara mendalam. Setelah penerapan perbaikan pada siklus II, persentase ketuntasan meningkat menjadi 90,62% (29 siswa), dengan rata-rata nilai 84,38 dan standar deviasi 6,89. Nilai terendah meningkat dari 50 menjadi 72, yang berarti seluruh siswa telah mencapai pemahaman minimal yang memadai. Berdasarkan distribusi nilai, terjadi peningkatan kategori "Sangat Baik" (nilai ≥ 85) dari 25% menjadi 56,25%, yang menunjukkan bahwa siswa tidak hanya memahami materi secara teori, tetapi juga mampu merefleksikan dan menjelaskan teknik dengan lebih mendalam.

Tidak ada lagi siswa yang masuk dalam kategori "Kurang Baik" (nilai < 60), yang berarti seluruh peserta didik sudah mencapai tingkat pemahaman yang memadai. Penelitian oleh (Harsena et al., 2024) juga menunjukkan peningkatan yang serupa, di mana ketuntasan belajar passing meningkat dari 8,5% pada pra-siklus menjadi 85,71% pada siklus II melalui pendekatan TaRL. Pengamatan terhadap aspek afektif dilakukan melalui lembar observasi yang menilai lima indikator, yaitu kerja sama, kedisiplinan, sportivitas, motivasi, dan kepercayaan diri siswa selama proses pembelajaran. Hasil observasi menunjukkan perubahan positif yang signifikan dari siklus I ke siklus II.

Tabel 8. Hasil observasi afektif siklus I dan siklus II

Aspek Penilaian	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
Kerja sama	62,5% (20 siswa)	87,5% (28 siswa)	+25,0%
Kedisiplinan	65,6% (21 siswa)	90,6% (29 siswa)	+25,0%
Sportivitas	59,4% (19 siswa)	84,4% (27 siswa)	+25,0%
Motivasi	56,3% (18 siswa)	81,3% (26 siswa)	+25,0%
Kepercayaan diri	53,1% (17 siswa)	78,1% (25 siswa)	+25,0%
Rata-rata	59,38%	84,38%	+25,0%

Pada siklus I, masih banyak siswa yang menunjukkan rendahnya kepercayaan diri saat melakukan *passing* di depan teman-temannya (hanya 53,1% siswa yang percaya diri), dan motivasi belajar masih tergolong rendah (56,3%) karena siswa merasa kemampuannya jauh di bawah teman lain. Namun, setelah penerapan pendekatan TaRL pada siklus II, terjadi

peningkatan yang signifikan pada semua aspek afektif. Seluruh indikator mengalami peningkatan rata-rata sebesar 25%. Peningkatan tertinggi terjadi pada aspek kedisiplinan (65,6% menjadi 90,6%) dan kerja sama (62,5% menjadi 87,5%). Hal ini terjadi karena pendekatan TaRL menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif, di mana siswa dikelompokkan berdasarkan tingkat kemampuan sehingga tidak ada siswa yang merasa tertinggal.

Siswa menjadi lebih percaya diri (78,1%), lebih termotivasi (81,3%), dan lebih aktif bekerja sama dengan teman sekelompoknya (87,5%). Penelitian (Hamid et al., 2024) juga mengungkapkan bahwa pendekatan TaRL berdampak positif pada aspek afektif siswa, termasuk peningkatan kerja sama tim, motivasi, dan kedisiplinan, serta membuat siswa merasa lebih nyaman dan menikmati proses pembelajaran keterampilan sepak bola. Analisis data per kelompok kemampuan menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif untuk semua level siswa.

Tabel 9. Peningkatan ketuntasan per kelompok kemampuan

Kelompok	Jumlah Siswa	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
Rendah	8 siswa	12,5% (1 siswa)	75,0% (6 siswa)	+62,5%
Sedang	14 siswa	28,6% (4 siswa)	85,7% (12 siswa)	+57,1%
Tinggi	10 siswa	40,0% (4 siswa)	100% (10 siswa)	+60,0%

Data di atas menunjukkan bahwa kelompok rendah mengalami peningkatan paling signifikan dari 12,5% menjadi 75,0% (+62,5%), yang membuktikan bahwa pendekatan TaRL sangat efektif bagi siswa dengan kemampuan awal rendah. Kelompok tinggi mencapai ketuntasan 100% pada siklus II, yang menunjukkan bahwa siswa dengan kemampuan tinggi juga mendapatkan manfaat dari pendekatan ini karena mereka mendapat tantangan yang sesuai dengan levelnya. Kelompok sedang juga mengalami peningkatan yang substansial dari 28,6% menjadi 85,7%.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada ketiga aspek penilaian setelah penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dalam pembelajaran teknik dasar *passing* sepak bola pada siswa MTS Malaka. Peningkatan ini membuktikan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* sepak bola, baik pada aspek psikomotor, kognitif, maupun afektif. Pembahasan berikut akan menguraikan secara mendalam faktor-faktor penyebab peningkatan, hubungan dengan teori-teori pembelajaran, perbandingan dengan penelitian terdahulu, serta implikasi terhadap praktik pembelajaran PJOK.

Peningkatan aspek psikomotor dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II menunjukkan bahwa pendekatan TaRL sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan praktik *passing* siswa. Peningkatan sebesar 59,38% ini merupakan peningkatan tertinggi di antara ketiga aspek yang dinilai. Keberhasilan ini disebabkan oleh beberapa faktor utama. Pertama, pelaksanaan asesmen diagnostik pada tahap awal memungkinkan guru

mengidentifikasi tingkat kemampuan setiap siswa secara akurat, sehingga materi dan metode pengajaran dapat dirancang sesuai dengan tingkat penguasaan masing-masing siswa (Ningrum et al., 2023; Dianti et al., 2025). Asesmen diagnostik yang tepat menjadi fondasi penting dalam penerapan TaRL karena guru dapat memahami kebutuhan spesifik setiap siswa sebelum merancang pembelajaran.

Kedua, pengelompokan siswa ke dalam tiga level kemampuan (rendah, sedang, tinggi) menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, di mana siswa tidak merasa tertinggal atau terlalu terbebani (Hamid et al., 2024; Lamere, 2025). Hal ini sejalan dengan teori Vygotsky tentang *Zone of Proximal Development* (ZPD) yang menyatakan bahwa pembelajaran efektif terjadi ketika siswa diberikan tantangan yang sesuai dengan tingkat kemampuannya, tidak terlalu mudah dan tidak terlalu sulit (Vygotsky, 1978). Dalam konteks TaRL, pengelompokan berdasarkan kemampuan memungkinkan setiap siswa berada dalam ZPD-nya masing-masing.

Ketiga, kombinasi pendekatan TaRL dengan model *Small-Sided Games* (SSG) pada siklus II meningkatkan keterlibatan aktif siswa dan memberikan lebih banyak kesempatan berlatih dalam situasi nyata (Maulana et al., 2026; Ihsan & Suhartina, 2024). SSG dengan jumlah pemain lebih sedikit dan lapangan lebih kecil memberikan setiap pemain lebih banyak kesempatan menyentuh bola dan terlibat aktif. Tingkat kesulitan SSG dapat disesuaikan dengan kemampuan masing-masing kelompok, di mana kelompok rendah mendapatkan aturan sederhana dan jarak dekat, sedangkan kelompok tinggi mendapatkan aturan kompleks dan jarak jauh.

Keempat, pembelajaran berdiferensiasi memungkinkan setiap siswa belajar sesuai kecepatan dan gaya belajarnya masing-masing, yang didukung oleh umpan balik langsung dari guru. Kelompok rendah fokus pada penguasaan gerakan dasar melalui latihan berpasangan statis dengan jarak 3-5 meter, kelompok sedang pada peningkatan akurasi dan konsistensi melalui latihan berpasangan dinamis dengan jarak 5-10 meter, sedangkan kelompok tinggi pada penguasaan *passing* dalam situasi permainan kompleks melalui latihan *passing* dengan tekanan dan simulasi permainan 3v3. Pendekatan ini memastikan bahwa setiap siswa mendapatkan latihan yang sesuai dengan kebutuhannya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Kurniawati et al., 2024) yang melaporkan peningkatan ketuntasan psikomotor dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II. Penelitian (Hamid et al., 2024) juga menunjukkan peningkatan persentase siswa yang mencapai KKM dari 0% pada pra-siklus menjadi 88% pada siklus II setelah penerapan pendekatan TaRL dalam pembelajaran sepak bola. Hal ini mengkonfirmasi bahwa TaRL adalah pendekatan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa. Peningkatan aspek kognitif dari 43,75% pada siklus I menjadi 90,62% pada siklus II menunjukkan bahwa pendekatan TaRL tidak hanya meningkatkan keterampilan praktik, tetapi juga pemahaman teoritis siswa tentang teknik dasar *passing*, peraturan, serta taktik dan strategi permainan.

Peningkatan sebesar 46,87% ini mengindikasikan bahwa pendekatan TaRL mampu menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik. Peningkatan ini terjadi karena dalam pendekatan TaRL, pembelajaran teori dan praktik diintegrasikan secara seimbang. Setiap kelompok mendapatkan penjelasan teoritis yang disesuaikan dengan tingkat pemahamannya,

di mana kelompok rendah mendapatkan penjelasan mendasar tentang teknik dan peraturan, sedangkan kelompok tinggi mendapatkan pemahaman yang lebih kompleks tentang taktik dan strategi (Harsena et al., 2024). Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran bermakna (*meaningful learning*) yang menekankan bahwa pengetahuan baru harus terintegrasi dengan pengetahuan yang sudah dimiliki siswa (Ausubel, 1968).

Penggunaan media visual pada siklus II, seperti video demonstrasi, juga membantu siswa memahami materi secara lebih konkret, terutama bagi siswa dengan gaya belajar visual (Rahman, 2023). Video demonstrasi memungkinkan siswa melihat gerakan teknik *passing* yang benar secara berulang-ulang, sehingga pemahaman konseptual mereka berkembang secara lebih mendalam. Selain itu, diskusi kelompok dan tanya jawab yang intensif mendorong terjadinya pertukaran pengetahuan antar siswa, sehingga pemahaman konseptual siswa berkembang secara kolektif melalui interaksi sosial (Vygotsky, 1978). Penelitian (Pangestu & Pratama, 2025) juga mengungkapkan bahwa pendekatan TaRL mampu meningkatkan hasil belajar kognitif karena mendorong siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran.

Ketika siswa ditempatkan dalam kelompok dengan tingkat pemahaman yang sama, mereka merasa lebih nyaman untuk bertanya dan berdiskusi, yang pada gilirannya meningkatkan pemahaman konseptual mereka. Hal ini diperkuat oleh teori konstruktivisme sosial yang menekankan peran interaksi sosial dalam membangun pengetahuan (Vygotsky, 1978). Hasil penelitian pada aspek afektif menunjukkan peningkatan pada semua indikator yang diamati, yaitu kerja sama (62,5% menjadi 87,5%), kedisiplinan (65,6% menjadi 90,6%), sportivitas (59,4% menjadi 84,4%), motivasi (56,3% menjadi 81,3%), dan kepercayaan diri (53,1% menjadi 78,1%). Peningkatan rata-rata sebesar 25% ini menunjukkan bahwa pendekatan TaRL memberikan dampak positif terhadap sikap dan perilaku siswa.

Peningkatan kerja sama terjadi karena siswa ditempatkan dalam kelompok dengan kemampuan yang sama, sehingga mereka saling membutuhkan dan saling membantu tanpa ada rasa inferior atau superior (Hamid et al., 2024). Hal ini sejalan dengan teori motivasi *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 2000) yang menyatakan bahwa kebutuhan akan *relatedness* (hubungan sosial) terpenuhi ketika siswa merasa menjadi bagian dari kelompok yang setara. Dalam lingkungan yang inklusif, siswa lebih termotivasi untuk bekerja sama karena mereka merasa dihargai dan diterima. Kedisiplinan meningkat karena setiap siswa memiliki tanggung jawab yang jelas terhadap kelompoknya (Kunandar, 2022).

Dalam pembelajaran berbasis TaRL, setiap siswa memiliki peran spesifik dalam kelompoknya, sehingga mereka termotivasi untuk mengikuti instruksi dan menyelesaikan tugas dengan baik. Peningkatan sportivitas terjadi karena siswa diajarkan untuk fokus pada peningkatan kemampuan diri sendiri, bukan pada perbandingan dengan orang lain (Kunandar, 2023). Lingkungan belajar yang tidak kompetitif mengurangi tekanan psikologis dan mendorong siswa untuk menerima hasil dengan lapang dada. Motivasi belajar meningkat karena siswa merasa pembelajaran dirancang sesuai dengan kemampuan mereka, sehingga tidak merasa terlalu terbebani atau terlalu diremehkan (Pangestu & Pratama, 2025).

Hal ini sejalan dengan teori *Self-Determination Theory* yang menyatakan bahwa kebutuhan akan *competence* (kompetensi) terpenuhi ketika siswa merasa mampu menyelesaikan tugas yang diberikan. Ketika siswa diberikan tantangan yang sesuai dengan

kemampuannya, mereka merasa kompeten dan termotivasi untuk terus belajar. Kepercayaan diri meningkat secara drastis karena siswa dilatih dalam kelompok dengan kemampuan yang sama, sehingga mereka tidak merasa dibandingkan dengan siswa yang lebih mahir, dan setiap kelompok mendapat apresiasi atas kemajuan yang dicapai (Maulana et al., 2026).

Peningkatan kepercayaan diri ini sangat penting karena siswa yang percaya diri akan lebih berani mencoba, lebih gigih menghadapi kesulitan, dan lebih terbuka terhadap umpan balik. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Hamid et al., 2024) yang mengungkapkan bahwa pendekatan TaRL berdampak positif pada aspek afektif siswa, termasuk peningkatan kerja sama tim, motivasi, dan kedisiplinan, serta membuat siswa, terutama siswi perempuan, merasa lebih nyaman dan menikmati proses pembelajaran keterampilan sepak bola. Analisis data per kelompok kemampuan menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif untuk semua level siswa.

Kelompok rendah mengalami peningkatan paling signifikan dari 12,5% menjadi 75,0% (+62,5%), yang membuktikan bahwa pendekatan TaRL sangat efektif bagi siswa dengan kemampuan awal rendah. Hal ini terjadi karena siswa dengan kemampuan rendah mendapatkan perhatian dan latihan yang sesuai dengan kebutuhan mereka, tanpa tekanan untuk mengikuti kecepatan siswa yang lebih mahir. Lingkungan belajar yang aman dan suportif memungkinkan mereka untuk belajar tanpa rasa malu atau takut gagal. Kelompok sedang juga mengalami peningkatan yang substansial dari 28,6% menjadi 85,7% (+57,1%). Siswa dalam kelompok sedang mendapatkan latihan yang cukup menantang untuk meningkatkan akurasi dan konsistensi mereka, tanpa merasa kewalahan oleh materi yang terlalu sulit.

Kelompok tinggi mencapai ketuntasan 100% pada siklus II, yang menunjukkan bahwa siswa dengan kemampuan tinggi juga mendapatkan manfaat dari pendekatan ini karena mereka mendapat tantangan yang sesuai dengan levelnya melalui latihan passing dengan tekanan, passing sambil bergerak, dan simulasi permainan 3v3. Data ini mengkonfirmasi bahwa TaRL adalah pendekatan yang inklusif karena memberikan manfaat bagi semua siswa, terlepas dari tingkat kemampuan awal mereka. Hal ini sejalan dengan temuan (Banerjee et al. 2022) yang menyatakan bahwa TaRL efektif dalam meningkatkan keterampilan fundamental siswa di berbagai tingkat kemampuan.

Temuan penelitian ini memiliki hubungan yang kuat dengan beberapa teori pembelajaran. *Pertama*, teori Vygotsky tentang *Zone of Proximal Development* (ZPD) menjelaskan mengapa pengelompokan berdasarkan kemampuan efektif. Dalam ZPD, siswa belajar paling baik ketika mereka diberikan tantangan yang sedikit di atas kemampuan mereka saat ini, dengan bantuan dari teman yang lebih mampu atau guru (Vygotsky, 1978). TaRL mengimplementasikan prinsip ini dengan mengelompokkan siswa berdasarkan tingkat kemampuan aktual mereka dan memberikan tantangan yang sesuai dengan level ZPD masing-masing.

Kedua, teori *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 2000) menjelaskan peningkatan motivasi dan kepercayaan diri siswa. Ketika kebutuhan psikologis dasar akan otonomi (kemampuan memilih), kompetensi (merasa mampu), dan keterhubungan (merasa diterima) terpenuhi, motivasi intrinsik siswa meningkat. TaRL memenuhi ketiga kebutuhan ini: otonomi melalui pilihan aktivitas yang sesuai, kompetensi melalui tantangan yang sesuai

kemampuan, dan keterhubungan melalui kerja sama dalam kelompok setara. *Ketiga*, teori konstruktivisme sosial menekankan bahwa pengetahuan dibangun melalui interaksi sosial (Vygotsky, 1978).

Dalam TaRL, diskusi kelompok dan kerja sama antar siswa memungkinkan terjadinya pertukaran pengetahuan dan pengalaman, yang memperkaya pemahaman konseptual siswa. Siswa belajar tidak hanya dari guru, tetapi juga dari teman sekelompoknya. Hasil penelitian ini sangat relevan dengan Kurikulum Merdeka yang memberikan fleksibilitas bagi guru untuk menyesuaikan metode pengajaran sesuai kebutuhan dan tingkat kemampuan siswa (Kemendikbudristek, 2022). Pendekatan TaRL sejalan dengan prinsip Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran yang berpihak pada peserta didik, di mana guru berperan sebagai fasilitator yang membantu siswa mengembangkan potensinya secara optimal.

Pendekatan TaRL juga sejalan dengan tujuan Kurikulum Merdeka mengembangkan profil pelajar Pancasila. Peningkatan aspek afektif seperti kerja sama (gotong royong), kedisiplinan (kemandirian), sportivitas (berakhlak mulia), motivasi, dan kepercayaan diri merupakan nilai-nilai yang ditekankan dalam pembentukan profil pelajar Pancasila. Melalui TaRL, siswa belajar untuk bekerja sama dalam kelompok (gotong royong), bertanggung jawab atas pembelajaran sendiri (kemandirian), dan mengembangkan sikap sportif serta percaya diri (berakhlak mulia). Peningkatan aspek kognitif juga mendukung dimensi bernalar kritis, di mana siswa tidak hanya menghafal teori tetapi juga mampu menganalisis dan menerapkan taktik serta strategi dalam permainan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan efektivitas TaRL dalam konteks pendidikan jasmani. Penelitian (Hamid et al., 2024) menunjukkan peningkatan persentase siswa yang mencapai KKM dari 0% pada pra-siklus menjadi 88% pada siklus II setelah penerapan TaRL dalam pembelajaran sepak bola. Penelitian (Kurniawati et al., 2024) juga melaporkan peningkatan ketuntasan psikomotor dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II. Penelitian (Pangestu & Pratama, 2025) mengungkapkan bahwa 76% guru telah mengimplementasikan TaRL dan 88% siswa merespons positif penerapan TaRL dalam pembelajaran keterampilan sepak bola.

Penelitian (Maulana et al., 2026) menunjukkan bahwa integrasi TaRL dengan SSG efektif dalam meningkatkan hasil belajar futsal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada konteks pelaksanaan di madrasah (MTS), yang masih jarang diteliti, serta integrasi TaRL dengan SSG secara spesifik untuk meningkatkan keterampilan passing sepak bola. Penelitian ini juga menggunakan desain PTK dua siklus yang komprehensif, meliputi penilaian aspek psikomotor, kognitif, dan afektif secara terintegrasi.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *Teaching at the Right Level* (TaRL) terbukti efektif dalam meningkatkan teknik dasar *passing* sepak bola pada siswa MTS Malaka. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan yang signifikan pada ketiga aspek penilaian, yaitu aspek psikomotor dari 28,12% pada siklus I menjadi 87,5% pada siklus II (peningkatan 59,38%), aspek kognitif dari 43,75% menjadi 90,62% (peningkatan 46,87%), serta aspek afektif dengan peningkatan rata-

rata sebesar 25% yang mencakup kerja sama (62,5% menjadi 87,5%), kedisiplinan (65,6% menjadi 90,6%), sportivitas (59,4% menjadi 84,4%), motivasi (56,3% menjadi 81,3%), dan kepercayaan diri (53,1% menjadi 78,1%).

Keberhasilan ini didukung oleh pelaksanaan asesmen diagnostik yang akurat, pengelompokan siswa berdasarkan tingkat kemampuan ke dalam tiga level (rendah, sedang, tinggi), serta pembelajaran berdiferensiasi yang memungkinkan setiap siswa belajar sesuai dengan kapasitasnya masing-masing (Kurniawati et al., 2024; Hamid et al., 2024). Analisis data per kelompok kemampuan menunjukkan bahwa pendekatan TaRL memberikan manfaat bagi semua level siswa, dengan peningkatan paling signifikan terjadi pada kelompok rendah (12,5% menjadi 75,0%), yang membuktikan bahwa pendekatan ini sangat efektif bagi siswa dengan kemampuan awal rendah.

Integrasi pendekatan TaRL dengan model *Small-Sided Games* (SSG) pada siklus II terbukti menjadi strategi yang sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* karena memberikan kesempatan lebih banyak bagi setiap siswa untuk terlibat aktif, menyentuh bola, dan berlatih dalam situasi yang mendekati kondisi pertandingan nyata dengan tingkat kesulitan yang dapat disesuaikan dengan kemampuan masing-masing kelompok (Maulana et al., 2026). Pendekatan ini juga menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif dan menyenangkan, di mana siswa tidak merasa tertinggal atau tertekan karena dibandingkan dengan siswa lain, sehingga motivasi dan kepercayaan diri siswa meningkat secara signifikan.

Temuan ini sejalan dengan teori Vygotsky tentang *Zone of Proximal Development* dan teori *Self-Determination Theory* yang menekankan pentingnya tantangan yang sesuai kemampuan serta pemenuhan kebutuhan psikologis dasar siswa untuk meningkatkan motivasi intrinsik. Penelitian ini juga relevan dengan Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran yang berpihak pada peserta didik dan pengembangan profil pelajar Pancasila melalui peningkatan kerja sama (gotong royong), kemandirian, sportivitas (berakhlak mulia), dan kemampuan bernalar kritis (Kemendikbudristek, 2022). Bagi guru PJOK disarankan untuk menerapkan pendekatan TaRL dengan melakukan asesmen diagnostik terlebih dahulu, mengelompokkan siswa berdasarkan kemampuan, dan merancang pembelajaran berdiferensiasi yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap kelompok, serta mengintegrasikan model *Small-Sided Games* untuk meningkatkan keterlibatan aktif siswa.

Pernyataan Penulis

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi/penelitian yang berjudul "Penerapan Metode Teaching At The Right Level (TaRL) Dalam Meningkatkan Teknik Dasar Passing Sepak Bola Pada Siswa MTS Malaka" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa penelitian ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di perguruan tinggi mana pun, dan sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka

Daftar Pustaka

- Agnesia, S. D., & Prima, E. (2026). Psikologi Pendidikan dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jejak digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(4), 4949-4959. <https://indojurnal.com/index.php/jejakdigital/article/view/3059>
- Aprilia, P. (2024). Cara Penanganan Siswa Berkemampuan di atas Rata-Rata Sedang dan Rendah. *Journal of Knowledge and Collaboration*, 1(7), 311-323. <https://ojs.arbain.co.id/index.php/jkc/article/view/53>
- Adisjam, A., & Saparia, A. (2023). Penerapan pembelajaran diferensiasi mengoptimalkan minat dan bakat murid dalam pembelajaran pjok smp al azhar mandiri palu. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 22(4), 54-61. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjkr/article/view/16571>
- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ausubel, D. P. (1968). *Educational Psychology: A Cognitive View*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Banerjee, A., Banerji, R., Berry, J., Duflo, E., Kannan, H., Mukherji, S., Shotland, M., & Walton, M. (2016). *Teaching at the Right Level: A Review of Evidence from India*. Pratham. <https://www.nber.org/papers/w22746>
- Banerji, R., & Chavan, M. (2020). *Improving Learning Outcomes through TaRL: Evidence from India*. Pratham.
- Dianti, K., Ulfah, M., Salam, A., Gunawan, G., & Luthfiyah, L. (2025). Analisis Asesmen Diagnostik, Formatif dan Sumatif Serta Implikasinya terhadap Efektivitas Sistem Evaluasi Pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 5(2), 555-565. <https://jurnal.bimaberilmu.com/index.php/jppi/article/view/1234>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Festiawan, R., Hooi, L. B., Widiawati, P., Yoda, I. K., Antoni, M. S., & Nugroho, A. I. (2021). The Problem-Based Learning: How the effect on student critical thinking ability and learning motivation in COVID-19 pandemic?. *Journal Sport Area*, 6(2), 231-243. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6\(2\).6393](https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(2).6393)
- Hamid, A. A., Juliantine, T., & Nugraha, R. (2024). Implementation Teaching at the Right Level Approach to Football Learning in Junior High School. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 4(2), 184-198. <https://doi.org/10.53863/mor.v4i2.1421>
- Hasanah, U., Wijayanti, R., & Liesdiani, M. (2020). Penerapan Model Pembelajaran TGT (Teams Games Tournament) dengan Permainan Ludo terhadap Hasil Belajar Siswa. *ANARGYA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 3(2), 104-111. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/anargya/article/view/5334>
- Harsena, A. A., Pratama, D. S., Royana, I. F., & Junaedi, A. (2024). Upaya Peningkatan Kemampuan Passing Sepak Bola Menggunakan Pendekatan TaRL pada Siswa Kelas X Titl 1 SMK Negeri 3 Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru*, 3(2), 2503020333. <https://conference.upgris.ac.id/index.php/psnppg/article/view/7200>
- Ihsan, M., & Suhartina, S. (2024). Peningkatan Kemampuan Menendang dan Menahan Bola dengan Model Active Learning Kombinasi Small Sided Game. *Sipakainge: Inovasi*

- Penelitian, Karya Ilmiah, dan Pengembangan (Islamic Science)*, 2(3), 26-35.
<https://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/sipakainge/article/view/10565>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Kurikulum Merdeka: Panduan Pembelajaran dan Asesmen*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Karim, A. (2025). Analisis Tingkat Penguasaan Teknik Dasar Bola Tangan pada Siswa SMA Negeri 14 Gowa. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga: PEJUANG*, 1(3), 45-55.
<https://journalpejuang.web.id/index.php/jurnalpkopejuang/article/view/7>
- Kunandar. (2021). *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas sebagai Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Kurniawati, T. D., Indiati, I., Pratama, D. S., & Sutarno. (2024). Peningkatan Hasil Belajar Passing Permainan Sepak Bola Melalui Pendekatan TaRL dalam Pembelajaran PJOK. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru*, 3(2), 2503020325. <https://conference.upgris.ac.id/index.php/psnppg/article/view/7071>
- Kusnandar. (2015). *Olahraga dan Pembentukan Karakter*. Bandung: Alfabeta.
- Lacy, A. C., & Williams, S. M. (2018). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Exercise Science* (8th ed.). New York: Routledge.
- Lamere, F. (2025). *Guru hebat di kelas inklusif: Keterampilan, empati dan inovatif*. PT Indonesia Delapan Kreasi Nusa.
- Maulana, A. I., Hendrayana, Y., & Nugraha, R. (2026). Improving Futsal Learning Outcomes through TaRL Based on Small-Sided Games. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 13(1), 395-402. <https://journal.unnes.ac.id/journals/jpehs/article/view/47326>
- Ningrum, A. S., dkk. (2023). *Asesmen Diagnostik dalam Pembelajaran Berdiferensiasi*. Jakarta: Penerbit Pendidikan.
- Pangestu, A. Y., & Pratama, D. S. (2025). The Influence of Teaching at The Right Level (TaRL) Learning Strategy on Physical Education Learning Outcomes: A Mixed Method Study in Vocational High Schools. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 11(1), 122–131. <https://jurnal-umbuton.ac.id/Pencerah/article/view/6970>
- Rahman, A. (2023). Penerapan Pendekatan TaRL dalam Pembelajaran Bola Basket di SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(2), 115-128.
- Roni, R., Haris, I. N., & Risyanto, A. (2018). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Ketepatan Umpan (Passing) Pada Pemain Sepak Bola Mahardhika Fc. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 4(02), 218-226.
<https://ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/view/303>
- Salahudin, S., Irawan, E., & Furkan, F. (2024). The Role of Physical Education and Sports in Shaping the Nation's Character. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 2(1), 1-8. <https://ejournal.imbima.org/index.php/champions/article/view/91>
- Ulfha, M., Sumarni, W., & Isdaryanti, B. (2025). Asesmen Diagnostik dalam Pembelajaran Berdiferensiasi di Sekolah Dasar: Tinjauan Literatur Sistematis Tahun (2021-2025). *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 8(3), 1115-1125. <https://e-journal.my.id/cjpe/article/view/6383>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Wismanto, A. (2024). Efektivitas Asesmen Diagnostik dalam Pembelajaran Berdiferensiasi dengan Pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) di SMA. *Jurnal Bastra (Bahasa dan Sastra)*, 9(3), 664-675.
<https://bastra.uho.ac.id/index.php/journal/article/view/544>