

**PENGARUH MODEL TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING
DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA
DI SMP MUHAMMADIYAH SEMPOR**

Teguh Asnanto¹, Ahmad Syarif²

^{1,2}Universitas Ma'arif Nahdatul Ulama Kebumen

Alamat: Jalan Kutoarjo Km.05, Jatisari, Kebumen, Jawa Tengah 54317

Email: asnantohm045@mail.com¹, ahmadsyarif@umnu.ac.id²

***Abstract:** This study aims to determine the effect of the Teaching Games for Understanding (TGFU) model on improving the soccer skills of Grade VII A students at SMP Muhammadiyah Sempor. The background of this study is the low mastery of basic techniques and students' tactical understanding in soccer games. This research used a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group format. The subjects consisted of 20 students divided into an experimental group and a control group. The experimental group received instruction using the TGFU model, while the control group was taught using conventional methods. Data were collected through soccer skill tests conducted before and after the treatment. The results showed that the average posttest score of the experimental group was 10.8, higher than the control group's 7.6. The t-test analysis indicated a significant difference ($p < 0.05$). It can be concluded that the TGFU model has a positive and significant effect on improving students' soccer playing skills.*

***Keywords:** Physical Education, Soccer, TGFU, Skills, Games*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model Teaching Games for Understanding (TGFU) terhadap peningkatan keterampilan sepak bola siswa kelas VII A di SMP Muhammadiyah Sempor. Latar belakang penelitian ini adalah rendahnya penguasaan teknik dasar dan pemahaman taktis siswa dalam permainan sepak bola. Penelitian menggunakan desain quasi experiment dengan bentuk pretest-posttest control group. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan pembelajaran menggunakan model TGFU, sedangkan kelompok kontrol menggunakan pembelajaran konvensional. Data dikumpulkan melalui tes keterampilan sepak bola sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nilai posttest kelompok eksperimen sebesar 10,8, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 7,6. Hasil uji t menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa model TGFU berpengaruh positif dan signifikan dalam meningkatkan keterampilan bermain sepak bola siswa.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Sepak Bola, TGFU, Keterampilan, Permainan

Pendidikan jasmani di sekolah memiliki peran penting tidak hanya dalam meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik, tetapi juga dalam mengembangkan aspek motorik, sosial, emosional, dan pembentukan karakter (Febi dan Hanafi, 2024). Melalui Pendidikan jasmani dan aktivitas fisik yang terstruktur, siswa dilatih untuk bekerja sama, bersikap sportif, disiplin, bertanggung jawab, serta mampu menghadapi berbagai tantangan. Salah satu materi yang efektif untuk mencapai tujuan tersebut adalah permainan bola besar, khususnya sepak bola. Menurut Rifaldo dkk (2024) dan Shalikha (2024) sepak bola efektif bentuk disiplin dan kerjasama. Sepak bola menuntut penguasaan teknik dasar sekaligus pemahaman taktik, strategi permainan, komunikasi tim, serta kemampuan mengambil keputusan dengan cepat.

Namun, pembelajaran sepak bola di sekolah masih menghadapi berbagai kelemahan. Guru cenderung menggunakan pendekatan tradisional melalui metode drill yang menekankan latihan teknik secara terpisah dan berulang tanpa konteks permainan. Pendekatan ini sering kali membuat pembelajaran terasa monoton dan kurang bermakna, sehingga siswa kesulitan menerapkan teknik yang

telah dipelajari ketika berada dalam situasi permainan yang sebenarnya. Rendahnya pemahaman taktis dan kemampuan pengambilan keputusan menjadi kendala utama dalam keterampilan bermain siswa.

Hasil observasi awal di SMP Muhammadiyah Sempor pada 2 April 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII A memiliki keterampilan bermain sepak bola yang masih rendah, baik dari aspek teknik maupun taktik. Siswa mengalami kesulitan dalam memahami ruang bermain, pergerakan tanpa bola, koordinasi tim, serta strategi menyerang dan bertahan. Hal ini mengindikasikan bahwa pembelajaran yang diterapkan sebelumnya belum mampu memberikan pengalaman bermain yang mendukung peningkatan keterampilan secara menyeluruh.

Sebagai solusi, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih kontekstual dan inovatif, salah satunya melalui model *Teaching Games for Understanding* (TGFU). Teaching Games for Understanding adalah sebuah model pembelajaran yang berfokus pada pengembangan kemampuan siswa dalam memainkan permainan untuk penampilan di dalam kegiatan jasmani (K. Hulu, dkk, 2025). Tujuan model ini adalah siswa dapat memahami konteks

permainan secara menyeluruh melalui pengalaman bermain yang dimodifikasi (Harvey & Jarrett, 2010; Pill, 2016).

Dengan pendekatan TGFU, siswa dilibatkan secara aktif dalam permainan, didorong untuk berpikir kritis, memahami situasi permainan, dan mengambil keputusan secara tepat. Penerapan model ini diharapkan mampu meningkatkan keterampilan bermain sepak bola siswa secara komprehensif, baik dari aspek teknik, taktik, maupun kognitif dan afektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi experimental*) dengan desain *pretest-posttest control group*. Penelitian quasi eksperimen adalah suatu metode penelitian yang bertujuan untuk menguji hubungan sebab-akibat antara variabel tanpa melakukan pengacakan secara penuh terhadap subjek penelitian (Anastasia, 2025). Subjek penelitian adalah 20 siswa kelas VII A SMP Muhammadiyah Sempor yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang menerima pembelajaran dengan model TGFU dan kelompok kontrol yang menggunakan metode konvensional (*drill*). Instrumen penelitian terdiri dari tes keterampilan sepak bola yang mencakup *passing*, *dribbling*, dan *shooting*, yang digunakan pada pretest dan posttest. Selain

itu, observasi proses pembelajaran dan dokumentasi kegiatan dilakukan untuk memperoleh data pendukung mengenai aktivitas dan perkembangan siswa selama penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas penerapan model *Teaching Games for Understanding* (TGFU) dalam meningkatkan keterampilan bermain sepak bola siswa kelas VII A SMP Muhammadiyah Sempor. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan teknik dasar yang signifikan pada kelompok eksperimen, baik dilihat dari nilai tes maupun dari kualitas keterlibatan siswa selama pembelajaran berlangsung. Peningkatan tersebut diidentifikasi melalui perbandingan nilai pretest dan post-test, pengamatan proses pembelajaran, serta analisis statistik yang meliputi uji normalitas, uji homogenitas, dan uji-t.

Pada tahap awal, peneliti melakukan pretest kepada kedua kelompok untuk mengukur kemampuan dasar siswa sebelum diberikan perlakuan. Berdasarkan hasil pretest, diperoleh rata-rata nilai kelompok eksperimen sebesar 4,20, sedangkan kelompok kontrol memperoleh nilai rata-rata 4,70. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan awal kedua kelompok

relatif tidak jauh berbeda, sehingga dapat diasumsikan bahwa kedua kelompok memiliki kemampuan awal yang setara. Kesetaraan ini penting sebagai dasar untuk memastikan bahwa peningkatan kemampuan siswa pada tahap selanjutnya benar-benar disebabkan oleh perlakuan yang diberikan, bukan oleh kemampuan awal yang berbeda.

Setelah pretest, kelompok eksperimen diberikan pembelajaran dengan menggunakan model TGFU, sementara kelompok kontrol menerima pembelajaran menggunakan metode drill yang biasa digunakan dalam pembelajaran teknik dasar sepak bola. Proses pembelajaran berlangsung selama beberapa pertemuan, di mana siswa kelompok eksperimen terlibat dalam berbagai bentuk permainan yang dimodifikasi sesuai dengan prinsip-prinsip TGFU. Siswa pada kelompok eksperimen terlihat lebih terlibat secara aktif dalam diskusi dan refleksi mengenai strategi permainan, sementara siswa pada kelompok kontrol lebih sering terlibat dalam latihan berulang teknik dasar tanpa adanya konteks permainan yang nyata.

Setelah seluruh sesi pembelajaran selesai dilaksanakan, peneliti kembali melakukan posttest untuk mengukur kemampuan siswa setelah diberikan perlakuan. Hasil posttest menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan nilai rata-rata menjadi 10,80, sementara kelompok kontrol mengalami peningkatan nilai rata-rata menjadi 7,60. Peningkatan nilai pada kelompok eksperimen sebesar 6,60 poin, hampir dua kali lipat lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya meningkat 2,90 poin. Perbedaan peningkatan tersebut memberikan indikasi awal bahwa pembelajaran menggunakan model TGFU lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan bermain sepak bola dibandingkan metode pembelajaran tradisional berbasis drill.

Tabel 1. Perbandingan Nilai Rata-rata Pretest dan Posttest

Kelompok	Jumlah Siswa	Rata-rata Pretest	Rata-rata Posttest	Peningkatan
Eksperimen (TGFU)	10 siswa	4,2	10,8	6,6

Kontrol (Drill)	10 siswa	4,7	7,6	2,9
-----------------	----------	-----	-----	-----

Peningkatan yang jauh lebih besar pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa model TGFU memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pencapaian keterampilan teknik dasar seperti passing, dribbling, dan shooting. Selain itu, hasil observasi memperlihatkan bahwa siswa kelompok eksperimen juga mengalami peningkatan dalam hal pemahaman taktis, kemampuan bekerja sama, serta keterampilan mengambil keputusan dalam situasi permainan. Hal ini berbeda dengan kelompok kontrol yang hanya terfokus pada penguasaan teknik dasar tanpa mengaitkan

latihan tersebut dengan konteks permainan sesungguhnya.

Untuk memastikan apakah peningkatan tersebut signifikan secara statistik, peneliti melakukan uji normalitas terhadap data pretest dan posttest menggunakan metode Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada kedua kelompok lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis parametrik selanjutnya.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

<i>Normality Test (Shapiro-Wilk)</i>		
	<i>W</i>	<i>p</i>
Posttest	0.927	0.133

Note. A low p-value suggests a violation of the assumption of normality

Kelompok	Pretest (p-value)	(p- Posttest (p-value)	Keterangan
Eksperimen	> 0,05	> 0,05	Data berdistribusi normal
Kontrol	> 0,05	> 0,05	Data berdistribusi normal

Setelah memastikan data berdistribusi normal, uji homogenitas varians dilakukan menggunakan *Levene's Test*. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai p pada posttest lebih besar dari 0,05, yang

berarti varians kedua kelompok homogen. Dengan demikian, penggunaan *Independent Samples T-Test* untuk menguji perbedaan dua kelompok dapat dilakukan dengan tepat.

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas Varians

<i>Homogeneity of Variances Test (Levene's)</i>				
	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>df2</i>	<i>p</i>
<i>Posttest</i>	1.29	1	18	0.272

Note. A low p-value suggests a violation of the assumption of equal variances

Variabel	p-value	Keterangan
Posttest	> 0,05	Varians kedua kelompok homogen

Setelah normalitas dan uji t menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$, homogenitas terpenuhi, uji t dilakukan sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat untuk mengetahui signifikansi perbedaan signifikan antara kelompok nilai posttest antara kedua kelompok. Hasil eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan.

Tabel 4. Hasil Uji t (Independent Samples T-Test)

Kelompok	Rata-rata Posttest	p-value	Keterangan
Eksperimen (TGFU)	10,8		
Kontrol (Drill)	7,6	< 0,05	Perbedaan signifikan antara kedua kelompok

Hasil uji statistik tersebut mengapa teknik tersebut digunakan. Selain menegaskan bahwa penerapan model TGFU itu, pendekatan berbasis permainan dalam lebih efektif dibandingkan metode drill TGFU meningkatkan motivasi dan dalam meningkatkan keterampilan bermain keterlibatan siswa, sehingga mereka lebih sepak bola siswa. Model TGFU yang bersemangat mengikuti proses menempatkan pemahaman taktis sebagai pembelajaran terbukti mampu membantu siswa memahami konteks pembelajaran. Selain itu, observasi permainan secara lebih mendalam. Siswa perilaku belajar siswa, dan hasil analisis tidak hanya mempelajari bagaimana statistik memberikan bukti kuat bahwa melakukan teknik, tetapi juga kapan dan model TGFU merupakan pendekatan

Secara keseluruhan, kombinasi antara peningkatan nilai posttest, observasi perilaku belajar siswa, dan hasil analisis statistik memberikan bukti kuat bahwa model TGFU merupakan pendekatan

pembelajaran yang efektif, signifikan, dan layak diterapkan pada pembelajaran sepak bola di tingkat SMP.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan model Teaching Games for Understanding (TGFU) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan bermain sepak bola siswa kelas VII A SMP Muhammadiyah Sempor. Penerapan model ini terbukti lebih efektif dibandingkan pembelajaran konvensional berbasis drill, sebagaimana terlihat dari peningkatan hasil posttest kelompok eksperimen yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Melalui pendekatan berbasis permainan, siswa menjadi lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran, lebih termotivasi, serta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai taktik dan strategi permainan. Aktivitas permainan yang dimodifikasi dalam model TGFU mampu mengembangkan kemampuan pengambilan keputusan, pemahaman ruang, serta kemampuan membaca situasi permainan secara lebih komprehensif. Temuan ini menunjukkan bahwa model TGFU layak dijadikan alternatif pembelajaran dalam mata pelajaran PJOK, khususnya pada materi permainan

bola besar seperti sepak bola, karena mampu menghadirkan pembelajaran yang menyenangkan, kontekstual, dan bermakna bagi peserta didik. Dengan demikian, model TGFU direkomendasikan untuk digunakan oleh guru dalam meningkatkan kualitas proses dan hasil pembelajaran permainan di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Harvey, S., Cushion, C. J., & Massa-Gonzalez, A. N. (2010). Learning a new method: Teaching Games for Understanding in the coaches' eyes. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(4), 361–382.
- Pill, S. (2016). Implementing TGfU in primary school physical education: Understanding the learner. *Active and Healthy Magazine*, 23(1/2), 10–14.
- Febi Pristilia dan Moh. Hanafi, “Peran Pendidikan Jasmani dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di Era Digital: Studi Literatur,” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, vol. 8, no. 4, hlm. 8922–8931, 2025.
- M. F. Rifaldo, K. Leksono, A. V. Indarto, dan A. Wahyudi. (2024). “Integrasi nilai-nilai pendidikan karakter melalui aktivitas sepak

bola di SD Negeri 1 Surabaya Kedaton,” *Jurnal Agritech*, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Gadjah Mada, hlm. 59–70.

- K. Hulu, Rizkikurniati, dan Jokopriono. (2025). “Penerapan pendekatan Teaching Game for Understanding (TGFU) passing untuk meningkatkan hasil belajar sepakbola pada siswa kelas VIII SMP Swasta Madani Marindal 1,” *Jurnal Dunia Pendidikan*, vol. 5, no. 5, pp. 1593–1611, Apr. 2025.
- G. Anastasia dan S. R. Rindrayani, “Metodologi penelitian quasi eksperimen,” *ADIBA: Journal of Education*, vol. 5, no. 2, pp. 183–192, Apr. 2025.
- M. Salikha, E. . Prabowo, and I. . Setiawan, “Model Pembelajaran Dribbling Sepak Bola Menggunakan Metode Cooperative Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) Untuk Siswa SMP”, *Al-Ihda*, vol. 19, no. 2, pp. 1551–1564, Oct. 2024.