E-ISSN: 3031-8521
P-ISSN: 3032-1867
Halaman 64-75
Volume 3 Nomor 2 Tahun 2026

Peningkatan Keaktifan dan Partisipasi Siswa melalui Strategi Pembelajaran Aktif Berbasis Game-Based Learning pada Materi Passing Sepak Bola Kelas VII SMP

Rizki Prasetya Dwiaji[1], Rajip Mustafillah Rusdiyanto[2], Rafi Anggayuh Salman[3]

[1,2]Pendidikan Profesi Guru, Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Malang
[3]Pendidikan Olahraga Universitas Insan Budi Utomo
e-mail: rizki.prasetya.2531617@students.um.ac.id[1],
rajip.mustafillah.fik@um.ac.id[2], rafiangga123@gmail.com[3]

Abstrak

Keaktifan dan partisipasi siswa merupakan aspek penting dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), karena keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga keterlibatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Namun, dalam pembelajaran materi passing sepak bola masih ditemukan siswa yang kurang aktif, kurang percaya diri, serta memiliki kesempatan bergerak yang terbatas akibat pembelajaran yang belum sepenuhnya berpusat pada aktivitas siswa. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa melalui penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning pada pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian dilaksanakan pada siswa kelas VII F SMPN 1 Pakisaji dengan jumlah subjek 30 siswa dan dilaksanakan dalam dua siklus. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif untuk mengetahui peningkatan keaktifan dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK. Persentase partisipasi aktif siswa meningkat dari 40% pada Siklus I menjadi 50% pada Siklus II, sedangkan aktivitas pasif seperti menunggu giliran mengalami penurunan dari 14% menjadi 6,25%. Selain itu, respon positif siswa terhadap pembelajaran meningkat dari 63,3% pada Siklus I menjadi 83,3% pada Siklus II. Penerapan permainan Zona Passing Challenge memberikan kesempatan yang lebih besar kepada siswa untuk bergerak, bekerja sama, berkomunikasi, dan terlibat secara

langsung dalam proses pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran PJOK untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa pada materi passing sepak bola. Strategi ini mampu menciptakan pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan berpusat pada siswa.

Kata kunci: Keaktifan Siswa; Partisipasi Pembelajaran; Game-Based Learning

Abstract

Student activity and participation are important aspects of Physical Education, Sport, and Health (PJOK) learning, as learning success is not only determined by students' mastery of movement skills but also by their involvement during the learning process. However, in football passing lessons, some students still show low participation, lack of confidence, and limited opportunities to perform physical activities due to learning processes that are not fully student-centered. This study aimed to improve students' activity and participation through the implementation of Active and Participatory Learning strategy based on Game-Based Learning in PJOK learning on the topic of inside-foot passing in football. This study employed Classroom Action Research (CAR) using the Kemmis and McTaggart model consisting of planning, action, observation, and reflection stages. The research was conducted with 30 students of class VII F at SMPN 1 Pakisaji and was carried out in two cycles. Data were collected through observation, documentation, and field notes. The data were analyzed using descriptive quantitative and qualitative analysis to determine the improvement of students' activity and participation during the learning process. The results showed that the implementation of Active and Participatory Learning based on Game-Based Learning improved students' involvement in PJOK learning. The percentage of students' active participation increased from 40% in Cycle I to 50% in Cycle II, while passive activities such as waiting for turns decreased from 14% to 6.25%. Furthermore, students' positive responses toward learning increased from 63.3% in Cycle I to 83.3% in Cycle II. The implementation of the Zona Passing Challenge game provided greater opportunities for students to move, cooperate, communicate, and actively participate in the learning process. It can be concluded that the Active and Participatory Learning strategy based on Game-Based Learning can be an alternative learning strategy in PJOK to improve students' activity and participation in football passing lessons. This strategy creates a more active, enjoyable, and student-centered learning environment.

Keywords: *Student Activity; Learning Participation; Game-Based Learning*

LATAR BELAKANG

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang memiliki peran strategis dalam mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan gerak, kesehatan, serta pembentukan karakter peserta didik.

Pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada penguasaan teknik olahraga, tetapi juga menjadi sarana untuk menanamkan nilai-nilai disiplin, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, dan kemampuan berinteraksi sosial. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK perlu dirancang melalui aktivitas yang melibatkan siswa secara aktif, baik secara fisik, kognitif, maupun sosial, sehingga proses pembelajaran tidak hanya berpusat pada guru, tetapi mampu mendorong keterlibatan peserta didik secara optimal.

Salah satu materi dalam pembelajaran PJOK tingkat SMP yang memiliki karakteristik aktivitas gerak tinggi adalah permainan sepak bola. Dalam permainan sepak bola, teknik dasar passing menggunakan kaki bagian dalam merupakan salah satu keterampilan fundamental yang harus dikuasai siswa karena berperan dalam membangun kerja sama tim, mempertahankan penguasaan bola, serta menciptakan pola permainan yang efektif. Namun, pembelajaran teknik dasar passing di sekolah masih sering menghadapi berbagai permasalahan, seperti rendahnya keaktifan siswa, kurangnya kesempatan melakukan aktivitas gerak, serta rendahnya motivasi siswa untuk terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran. Kondisi tersebut menyebabkan pembelajaran PJOK belum sepenuhnya mampu mencapai tujuan yang diharapkan, khususnya dalam meningkatkan keterampilan sekaligus keterlibatan aktif siswa.

Permasalahan rendahnya keaktifan dan partisipasi siswa juga ditemukan berdasarkan hasil observasi awal pada pembelajaran PJOK materi passing sepak bola di kelas VII SMP. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian siswa masih cenderung pasif selama proses pembelajaran berlangsung. Beberapa siswa hanya menunggu instruksi guru, kurang percaya diri dalam melakukan praktik, serta belum terlibat secara maksimal dalam aktivitas kelompok. Selain itu, pembelajaran yang masih dominan menggunakan pola latihan konvensional menyebabkan kesempatan siswa untuk bergerak dan berinteraksi menjadi terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penerapan strategi pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif, menyenangkan, dan memberikan kesempatan kepada seluruh siswa untuk berpartisipasi.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang berbasis aktivitas dan permainan dapat memberikan dampak positif terhadap keterlibatan siswa dalam pembelajaran sepak bola. Penelitian yang dilakukan oleh Andinata dan Zusyah Porja Daryanto (2023) menunjukkan bahwa pembelajaran sepak bola melalui metode bermain mampu meningkatkan keterampilan passing kaki bagian dalam sekaligus meningkatkan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas bermain dapat menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik sehingga siswa lebih termotivasi untuk mengikuti kegiatan praktik.

Selanjutnya, penelitian Dendi Irawan (2021) menunjukkan bahwa penerapan small sided games dalam pembelajaran sepak bola memberikan pengaruh terhadap peningkatan hasil belajar passing siswa. Model permainan dengan kelompok kecil memberikan kesempatan yang lebih besar bagi siswa untuk melakukan aktivitas fisik, berinteraksi dengan teman, serta mengambil keputusan selama permainan

berlangsung. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan mampu meningkatkan intensitas keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK.

Penelitian Awaluddin dkk. (2023) juga menunjukkan bahwa penerapan metode latihan diamond pass dapat meningkatkan hasil belajar passing sepak bola melalui penelitian tindakan kelas. Peningkatan tersebut terjadi karena siswa memperoleh pengalaman praktik secara langsung dan berulang sehingga keterampilan gerak dapat berkembang secara bertahap. Selain itu, penelitian Putri Grace Yuliana dan I Gede Suwiwa (2023) menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe Numbered Head Together (NHT) mampu meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik passing serta kontrol sepak bola. Pembelajaran berbasis kerja sama kelompok terbukti mampu meningkatkan komunikasi, interaksi, dan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa pembelajaran yang melibatkan aktivitas permainan, kerja sama, dan interaksi sosial memiliki potensi besar dalam meningkatkan aktivitas serta hasil belajar siswa pada materi sepak bola. Namun, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada peningkatan keterampilan teknik dan hasil belajar siswa, sedangkan aspek keaktifan dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran belum menjadi fokus utama. Selain itu, penelitian yang secara khusus mengintegrasikan strategi pembelajaran aktif dan partisipatif dengan pendekatan Game-Based Learning dalam materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada siswa SMP masih terbatas.

Strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning menjadi salah satu alternatif pendekatan yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Strategi ini menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran melalui keterlibatan langsung dalam aktivitas permainan, kerja sama kelompok, komunikasi, pengambilan keputusan, serta refleksi terhadap pengalaman belajar. Berbeda dengan permainan yang hanya berorientasi pada aktivitas fisik, pendekatan ini dirancang untuk memastikan seluruh siswa memiliki kesempatan berpartisipasi, baik dalam melakukan gerakan, bekerja sama dengan anggota kelompok, maupun terlibat dalam proses pengambilan keputusan selama pembelajaran berlangsung.

Penerapan strategi pembelajaran yang aktif dan menyenangkan diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar PJOK yang lebih menarik serta meningkatkan keterlibatan siswa secara menyeluruh. Melalui aktivitas permainan yang terstruktur, siswa tidak hanya berlatih keterampilan passing, tetapi juga mengembangkan kemampuan komunikasi, kerja sama, tanggung jawab, dan sportivitas dalam pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa melalui penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning pada pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola di kelas VII SMP. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan melalui dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Melalui penerapan strategi tersebut, diharapkan proses pembelajaran PJOK

dapat berlangsung lebih aktif, partisipatif, dan mampu meningkatkan keterlibatan siswa secara optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang dilakukan secara sistematis dan reflektif melalui tindakan tertentu untuk memperbaiki proses pembelajaran serta meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa melalui penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning pada pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola.

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Pakisaji pada siswa kelas VII F semester genap tahun ajaran 2025/2026. Subjek penelitian berjumlah 30 siswa yang terdiri atas siswa kelas VII F yang mengikuti pembelajaran PJOK materi teknik dasar passing sepak bola. Pemilihan subjek penelitian didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan masih rendahnya tingkat keaktifan dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Desain penelitian mengacu pada model Penelitian Tindakan Kelas yang dikembangkan oleh Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), observasi (observing), dan refleksi (reflecting). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri atas satu kali perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi terhadap hasil tindakan yang telah dilakukan.

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun perangkat pembelajaran berupa modul ajar, skenario pembelajaran berbasis Game-Based Learning, lembar observasi aktivitas siswa, instrumen penilaian keaktifan dan partisipasi, serta menyiapkan sarana pembelajaran berupa bola sepak, cone, dan area permainan. Perencanaan juga dilakukan dengan menyusun bentuk aktivitas permainan yang dapat meningkatkan keterlibatan siswa selama pembelajaran.

Tahap pelaksanaan tindakan dilakukan dengan menerapkan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning. Pembelajaran dirancang melalui beberapa aktivitas, yaitu latihan passing berpasangan, passing menuju target, serta permainan Zona Passing Challenge. Permainan Zona Passing Challenge dilakukan secara berkelompok dengan aturan siswa harus melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam menuju area sasaran untuk memperoleh poin kelompok. Aktivitas tersebut dirancang untuk meningkatkan intensitas gerak, kerja sama, komunikasi, dan keterlibatan seluruh siswa dalam proses pembelajaran.

Tahap observasi dilakukan oleh peneliti bersama guru PJOK sebagai observer kolaborator. Observasi dilakukan untuk mengamati aktivitas guru dan siswa selama pembelajaran berlangsung. Aspek yang diamati meliputi perhatian siswa terhadap pembelajaran, keterlibatan dalam aktivitas permainan, keberanian berkomunikasi, kerja sama kelompok, antusiasme, serta partisipasi siswa selama kegiatan berlangsung.

Tahap refleksi dilakukan setelah setiap siklus selesai melalui analisis hasil observasi dan catatan lapangan. Hasil refleksi digunakan untuk mengetahui keberhasilan tindakan serta menentukan perbaikan yang diperlukan pada siklus berikutnya. Refleksi dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan observer untuk meningkatkan efektivitas penerapan strategi pembelajaran.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan. Observasi digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat keaktifan dan partisipasi siswa selama pembelajaran berlangsung. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan pembelajaran dan catatan aktivitas siswa, sedangkan catatan lapangan digunakan untuk mencatat kejadian penting selama pelaksanaan tindakan.

Instrumen penelitian berupa lembar observasi aktivitas siswa dan lembar observasi pelaksanaan pembelajaran. Instrumen keaktifan dan partisipasi siswa menggunakan indikator yang meliputi: (1) perhatian siswa terhadap pembelajaran, (2) keterlibatan siswa dalam aktivitas permainan, (3) keberanian bertanya dan menjawab, (4) kerja sama dalam kelompok, dan (5) antusiasme siswa selama pembelajaran. Penilaian dilakukan menggunakan skala 1–4 dengan kategori semakin tinggi skor menunjukkan semakin baik tingkat keaktifan siswa.

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari hasil persentase keaktifan dan partisipasi siswa pada setiap siklus, sedangkan data kualitatif diperoleh dari hasil observasi, dokumentasi, dan refleksi pembelajaran. Persentase aktivitas siswa dihitung menggunakan rumus:

$P = F/N \times 100\%$

Keterangan:

P = persentase aktivitas siswa

F = jumlah skor yang diperoleh

N = skor maksimal

Hasil analisis setiap siklus dibandingkan untuk mengetahui peningkatan keaktifan dan partisipasi siswa setelah penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning. Indikator keberhasilan penelitian ditentukan apabila: Minimal 80% siswa mencapai kategori aktif dalam pembelajaran berdasarkan hasil observasi, Terjadi peningkatan persentase aktivitas fisik siswa dibandingkan kondisi awal, Minimal 80% siswa menunjukkan respons positif terhadap pembelajaran, Terjadi peningkatan efektivitas pembelajaran yang ditandai dengan berkurangnya aktivitas pasif siswa selama proses pembelajaran. Apabila indikator keberhasilan telah tercapai pada Siklus II, maka penelitian dihentikan. Namun apabila indikator belum tercapai, tindakan dapat dilanjutkan pada siklus berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas (PTK) ini dilaksanakan di SMPN 1 Pakisaji pada siswa kelas VII F dalam pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus dengan menerapkan strategi *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning*

melalui permainan *Zona Passing Challenge*. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran PJOK berlangsung.

Kondisi Awal Pembelajaran (Pra Siklus)

Berdasarkan hasil observasi awal sebelum diberikan tindakan, proses pembelajaran PJOK pada materi passing sepak bola menunjukkan bahwa keterlibatan siswa masih belum optimal. Pembelajaran masih cenderung berpusat pada guru melalui pemberian instruksi dan demonstrasi teknik, sehingga kesempatan siswa untuk melakukan aktivitas gerak secara langsung masih terbatas.

Pada kegiatan praktik, sebagian siswa masih terlihat pasif, menunggu arahan guru, dan belum sepenuhnya terlibat dalam aktivitas pembelajaran. Beberapa siswa juga masih kurang percaya diri ketika melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam serta belum menunjukkan kerja sama yang optimal dalam kegiatan kelompok.

Selain itu, waktu pembelajaran masih banyak digunakan untuk kegiatan nonaktivitas seperti pengondisian kelas, pembagian alat, dan pemberian instruksi berulang. Kondisi tersebut menyebabkan kesempatan siswa untuk bergerak, mencoba teknik, dan berpartisipasi dalam permainan menjadi kurang maksimal. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan strategi pembelajaran yang mampu meningkatkan keterlibatan siswa melalui aktivitas yang aktif, menyenangkan, dan memberikan kesempatan bergerak secara merata.

Hasil Penelitian Siklus I

Pada Siklus I, guru mulai menerapkan strategi *Active and Participatory Learning* melalui aktivitas latihan passing berpasangan dan permainan sederhana. Pembelajaran diawali dengan penjelasan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam, demonstrasi gerakan oleh guru, kemudian siswa melakukan latihan secara berpasangan.

Selama kegiatan berlangsung, guru memberikan arahan, koreksi teknik, serta motivasi agar siswa lebih aktif melakukan praktik. Aktivitas pembelajaran mulai diarahkan agar siswa tidak hanya memahami teknik secara teori, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung melalui aktivitas gerak.

Namun, pada pelaksanaan Siklus I masih ditemukan beberapa kendala. Sebagian siswa masih membutuhkan waktu untuk beradaptasi dengan pola pembelajaran yang lebih aktif. Beberapa siswa masih menunggu giliran melakukan passing sehingga intensitas aktivitas gerak belum merata.

Hasil observasi menunjukkan bahwa penerapan strategi pembelajaran mulai memberikan perubahan positif dibandingkan kondisi awal. Siswa mulai menunjukkan keterlibatan dalam kegiatan praktik, meskipun belum seluruh siswa berpartisipasi secara optimal. Berdasarkan hasil pengamatan, masih terdapat 5 siswa yang kurang memperhatikan pembelajaran dan 3 siswa yang belum berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Selain itu, belum terdapat siswa yang aktif mengajukan pertanyaan kepada guru.

Dari aspek pengelolaan pembelajaran, guru masih melakukan beberapa teguran sebanyak 3 kali dan memberikan instruksi ulang sebanyak 2 kali. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan kelas dan efektivitas penyampaian instruksi masih perlu diperbaiki. Berdasarkan hasil observasi waktu aktivitas pembelajaran, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Aktivitas Pembelajaran

Aktivitas Pembelajaran	Waktu	Persentase
Manajemen kelas	15 menit	30%
Partisipasi aktif siswa	20 menit	40%
Instruksi guru	8 menit	16%
Aktivitas lain (menunggu giliran/pasif)	7 menit	14%

Data tersebut menunjukkan bahwa partisipasi aktif siswa pada Siklus I mencapai 40% dari keseluruhan waktu pembelajaran. Meskipun telah terjadi keterlibatan siswa, aktivitas pasif masih ditemukan karena beberapa siswa masih menunggu giliran dan belum seluruhnya terlibat dalam aktivitas praktik. Dari aspek respon siswa, sebanyak 19 siswa (63,3%) menyatakan merasa senang mengikuti pembelajaran, sedangkan 11 siswa (36,7%) masih menunjukkan respon kurang positif. Hal tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran mulai menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan, tetapi masih diperlukan perbaikan agar seluruh siswa lebih termotivasi.

Refleksi Siklus I

Berdasarkan hasil refleksi Siklus I, ditemukan beberapa permasalahan, yaitu: Sebagian siswa masih kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran. Kesempatan melakukan aktivitas gerak belum merata. Waktu pembelajaran masih cukup banyak digunakan untuk pengelolaan kelas. Sebagian siswa masih menunggu giliran sehingga keterlibatan dalam pembelajaran belum maksimal.

Berdasarkan hasil refleksi tersebut, dilakukan perbaikan pada Siklus II melalui: pembagian siswa dalam kelompok kecil; persiapan alat pembelajaran sebelum kegiatan dimulai; pemberian instruksi yang lebih singkat dan jelas; penerapan permainan *Zona Passing Challenge* agar seluruh siswa memperoleh kesempatan bergerak lebih banyak.

Hasil Penelitian Siklus II

Pada Siklus II, pembelajaran dilaksanakan dengan menerapkan strategi *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* melalui permainan *Zona Passing Challenge*. Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok kecil. Setiap kelompok melakukan aktivitas passing menggunakan kaki bagian dalam dengan sistem permainan yang melibatkan kerja sama, komunikasi, dan target pencapaian kelompok.

Dalam permainan tersebut, setiap siswa diwajibkan terlibat dalam aktivitas passing dan bergerak mengikuti arah permainan. Desain permainan dibuat agar tidak terdapat siswa yang hanya menunggu giliran, sehingga seluruh siswa memperoleh kesempatan melakukan aktivitas fisik secara lebih optimal.

Hasil observasi pada Siklus II menunjukkan adanya peningkatan keaktifan dan partisipasi siswa dibandingkan Siklus I. Jumlah siswa yang kurang memperhatikan pembelajaran menurun dari 5 siswa menjadi 2 siswa, sedangkan siswa yang tidak berpartisipasi aktif menurun dari 3 siswa menjadi 1 siswa. Selain itu, keberanian siswa untuk bertanya mengalami peningkatan dari tidak ada siswa yang bertanya pada Siklus I menjadi 3 siswa yang aktif bertanya pada Siklus II.

Dari aspek pengelolaan pembelajaran, jumlah teguran guru mengalami penurunan dari 3 kali menjadi 1 kali. Hal tersebut menunjukkan bahwa suasana pembelajaran menjadi lebih kondusif dan siswa lebih mampu mengikuti aktivitas pembelajaran.

Hasil observasi waktu aktivitas pembelajaran Siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Aktivitas Pembelajaran	Waktu	Persentase
Manajemen kelas	20 menit	25%
Partisipasi aktif siswa	40 menit	50%
Instruksi guru	15 menit	18,75%
Aktivitas lain (menunggu giliran/pasif)	5 menit	6,25%

Berdasarkan tabel tersebut, partisipasi aktif siswa meningkat dari 40% pada Siklus I menjadi 50% pada Siklus II. Selain itu, aktivitas pasif mengalami penurunan dari 14% menjadi 6,25%. Hal tersebut menunjukkan bahwa penerapan permainan *Zona Passing Challenge* mampu meningkatkan kesempatan siswa untuk bergerak dan terlibat dalam pembelajaran. Dari aspek respon siswa, sebanyak 25 siswa (83,3%) menyatakan merasa senang mengikuti pembelajaran, sedangkan 5 siswa (16,7%) masih menunjukkan respon kurang positif. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan meningkatkan motivasi siswa.

Refleksi Siklus II

Berdasarkan hasil refleksi Siklus II, penerapan strategi *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* dinilai mampu meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa. Pembelajaran menjadi lebih efektif karena siswa memperoleh kesempatan bergerak yang lebih banyak, terlibat dalam kerja sama kelompok, serta berpartisipasi secara langsung dalam permainan. Berdasarkan peningkatan yang terjadi, penelitian dihentikan pada Siklus II.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* mampu meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola.

Pada kondisi awal, pembelajaran masih didominasi oleh aktivitas guru sehingga kesempatan siswa untuk melakukan aktivitas gerak masih terbatas. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswa kurang aktif dan kurang terlibat dalam proses pembelajaran. Penerapan strategi pembelajaran aktif melalui aktivitas permainan

memberikan perubahan karena siswa tidak hanya menerima penjelasan, tetapi terlibat langsung dalam pengalaman belajar.

Pada Siklus I, penerapan latihan passing berpasangan mulai meningkatkan keterlibatan siswa. Namun, beberapa kendala masih ditemukan, seperti siswa yang menunggu giliran dan kurangnya pemerataan aktivitas. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas pembelajaran yang hanya dilakukan secara berpasangan belum sepenuhnya mampu memastikan seluruh siswa bergerak secara optimal.

Perbaikan pada Siklus II melalui permainan *Zona Passing Challenge* memberikan dampak yang lebih besar terhadap keterlibatan siswa. Pembagian kelompok kecil dan aturan permainan yang mengharuskan seluruh siswa melakukan aktivitas passing membuat intensitas gerak siswa meningkat. Selain itu, unsur permainan memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik sehingga siswa lebih termotivasi untuk mengikuti pembelajaran.

Peningkatan tersebut sejalan dengan prinsip *Active Learning* yang menekankan bahwa siswa akan belajar lebih efektif ketika terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran. Dalam pembelajaran PJOK, keterlibatan fisik menjadi aspek penting karena pemahaman keterampilan gerak tidak hanya diperoleh melalui penjelasan, tetapi melalui pengalaman praktik secara langsung.

Selain itu, penerapan *Game-Based Learning* mendukung terciptanya suasana pembelajaran yang menyenangkan. Permainan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bekerja sama, berkomunikasi, mengambil keputusan, serta berkompetisi secara positif. Kondisi tersebut membantu meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa selama pembelajaran.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Andinata dan Zusyah Porja Daryanto (2023) yang menunjukkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan passing dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran sepak bola. Penelitian Dendi Irawan (2021) juga menunjukkan bahwa pendekatan permainan seperti *small sided games* mampu meningkatkan aktivitas fisik siswa karena memberikan kesempatan bergerak yang lebih besar.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang sebagian besar berfokus pada peningkatan keterampilan teknik, penelitian ini menempatkan keaktifan dan partisipasi siswa sebagai fokus utama. Integrasi strategi *Active and Participatory Learning* dengan *Game-Based Learning* memberikan pendekatan pembelajaran yang tidak hanya meningkatkan aktivitas fisik, tetapi juga mendorong kerja sama, komunikasi, dan keterlibatan sosial siswa.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan pada satu kelas dengan waktu penelitian yang relatif singkat. Selain itu, penelitian lebih berfokus pada aspek keaktifan dan partisipasi sehingga peningkatan keterampilan teknik passing belum dianalisis secara mendalam menggunakan instrumen keterampilan khusus.

Secara keseluruhan, penerapan strategi *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* melalui permainan *Zona Passing Challenge* mampu menciptakan pembelajaran PJOK yang lebih aktif, menyenangkan, dan partisipatif.

Strategi ini dapat menjadi alternatif bagi guru PJOK dalam meningkatkan keterlibatan siswa pada pembelajaran keterampilan permainan sepak bola.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan pada siswa kelas VII F SMPN 1 Pakisaji, dapat disimpulkan bahwa penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning mampu meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Penerapan strategi tersebut memberikan perubahan positif terhadap proses pembelajaran, ditunjukkan melalui peningkatan keterlibatan siswa selama aktivitas pembelajaran berlangsung. Pada Siklus I, pembelajaran mulai menunjukkan peningkatan partisipasi siswa melalui kegiatan latihan passing berpasangan, meskipun masih ditemukan beberapa kendala seperti siswa yang kurang aktif, menunggu giliran, dan keterlibatan gerak yang belum merata. Setelah dilakukan perbaikan melalui penerapan permainan Zona Passing Challenge pada Siklus II, siswa menunjukkan keterlibatan yang lebih baik, aktivitas pasif berkurang, serta suasana pembelajaran menjadi lebih kondusif dan menyenangkan. Peningkatan tersebut terlihat dari persentase partisipasi aktif siswa yang meningkat dari 40% pada Siklus I menjadi 50% pada Siklus II. Selain itu, aktivitas lain seperti menunggu giliran dan perilaku pasif mengalami penurunan dari 14% menjadi 6,25%. Respon positif siswa terhadap pembelajaran juga mengalami peningkatan, yaitu dari 63,3% pada Siklus I menjadi 83,3% pada Siklus II. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu memberikan kesempatan lebih besar kepada siswa untuk bergerak, bekerja sama, berkomunikasi, dan terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning melalui permainan Zona Passing Challenge dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran PJOK untuk menciptakan pembelajaran yang lebih aktif, partisipatif, dan menyenangkan. Strategi ini tidak hanya mendukung keterlibatan fisik siswa, tetapi juga membantu mengembangkan kemampuan kerja sama, tanggung jawab, dan interaksi sosial selama proses pembelajaran berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2021). Penelitian tindakan kelas. Jakarta: Bumi Aksara.

Andinata, A., & Daryanto, Z. P. (2023). Penerapan metode bermain dalam meningkatkan keterampilan passing kaki bagian dalam pada permainan sepak bola siswa sekolah menengah. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga.

Awaluddin, A., dkk. (2023). Penerapan metode latihan diamond pass untuk meningkatkan hasil belajar passing sepak bola melalui penelitian tindakan kelas. Jurnal Pendidikan Olahraga.

Bonwell, C. C., & Eison, J. A. (1991). Active learning: Creating excitement in the classroom. Washington, DC: George Washington University.

Dendi, I. (2021). Pengaruh penerapan small sided games terhadap hasil belajar passing

sepak bola siswa sekolah menengah. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.
Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). The action research planner. Victoria: Deakin University Press.
Kirk, D. (2010). Physical education futures. London: Routledge.
Michael, D., & Chen, S. (2006). Serious games: Games that educate, train, and inform. Boston: Thomson Course Technology.
Mitchell, S. A., Oslin, J. L., & Griffin, L. L. (2013). Teaching sport concepts and skills: A tactical games approach for ages 7 to 18 (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
Putri Grace Yuliana, & Suwiwa, I. G. (2023). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe Numbered Head Together untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik passing sepak bola. Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.
Siedentop, D., Hastie, P. A., & van der Mars, H. (2019). Complete guide to sport education (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Sugiyono. (2022). Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
Suharta, I. G. P. (2020). Strategi pembelajaran aktif dalam meningkatkan keterlibatan siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.
Sutarto, S., & Suyanto, S. (2021). Pembelajaran berbasis permainan untuk meningkatkan motivasi dan aktivitas belajar siswa dalam pendidikan jasmani. Jurnal Keolahragaan.
Wahyuni, S., & Hidayat, T. (2022). Implementasi game-based learning dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.