Volume 7 Nomor 2 Oktober 2026
JURNAL DUNIA PENDIDIKAN
https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP
E-ISSN: 2746-8674

Efektivitas Model Pembelajaran *Teaching Game For Undestanding* (TGFU) Tentang Hasil Pembelajaran Shooting Sepak Bola di SMK Bululawang Malang

Dimas Putro Pandowo[1], Winarno[2], Tria M Aris[3], Luthfie Lufthansa[4], Shoffurijal Agyanur[5]
[1,2,3,4,5] Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi, Universitas Insan Budi Utomo, Jawa Timur, Indonesia
Jalan Simpang Arjuno, No14B Jawa Timur, 65119, Indonesia
Email: dimasputro50@gmail.com

Abstrak
Studi ini bertujuan menganalisis efektivitas model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) terhadap hasil pembelajaran shooting sepak bola di SMK Bululawang Malang. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain Pretest postest one group yang melibatkan 48 siswa kelas X sebagai sampel. Perawatan diberikan selama 8 pertemuan pembelajaran PJOK dengan instrumen uji shooting dalam sepak bola. Analisis data menggunakan tes normalitas, homogenitas, dan uji t sampel berpasangan melalui SPSS 25. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan shooting, dengan rata-rata skor pre-tes 12,11 dan skor pasca-tes 16,13 (tanda 0,000 < 0,05). Temuan ini membuktikan bahwa model TGfU efektif dalam meningkatkan hasil pembelajaran shooting, karena mengintegrasikan aspek teknik, taktik, dan pengambilan keputusan dalam konteks permainan otentik. Oleh karena itu, TGfU layak direkomendasikan sebagai alternatif strategi pembelajaran PJOK yang mampu mengembangkan keterampilan psikomotorik, kognitif, dan afektif siswa secara komprehensif.

Kata Kunci: Mengajar Permainan Untuk Pemahaman, Shooting Sepak Bola, Hasil Pembelajaran, PJOK

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) adalah bagian integral dari sistem pendidikan yang berfungsi untuk mengembangkan kompetensi siswa secara keseluruhan, termasuk aspek fisik, kognitif, afektif, dan sosial melalui aktivitas gerak yang direncanakan (Shirley, 2025). Dalam pelaksanaannya, pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada penguasaan teknik olahraga, tetapi juga diarahkan untuk membentuk keterampilan berpikir taktis, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan kerja sama antar siswa. Salah satu materi yang memiliki karakteristik ini adalah permainan sepak bola, karena melibatkan kombinasi keterampilan teknis, pemahaman taktik, dan kemampuan membuat keputusan dalam situasi permainan yang dinamis (Khoirul Anwar Pulungan et al., 2022).

Di antara berbagai teknik dasar sepak bola, shooting adalah keterampilan yang sangat menentukan keberhasilan tim dalam mencetak gol. Kemampuan shooting tidak hanya dipengaruhi oleh kualitas teknik tendangan bola, tetapi juga oleh kemampuan pemain untuk membaca situasi permainan, menentukan waktu yang tepat, memilih sudut tembakan, dan membuat keputusan dengan cepat saat berada di bawah tekanan (Journal et al., 2025). Oleh karena itu, pembelajaran shooting tidak cukup hanya dengan latihan teknis berulang, melainkan perlu dikembangkan melalui model pembelajaran yang mampu mengintegrasikan aspek teknik, taktik, dan pengambilan keputusan dalam situasi permainan yang otentik (Fitrah et al., 2024).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa hasil pembelajaran dari shooting sepak bola pada siswa masih belum optimal. Proses pembelajaran PJOK di berbagai sekolah masih didominasi oleh pendekatan yang berpusat pada guru, dengan penekanan pada praktik teknis yang terpisah dari konteks permainan (Tarju & Wahidi, 2017). Kondisi ini membuat siswa dapat melakukan gerakan teknis selama latihan, tetapi kesulitan menerapkannya pada situasi permainan nyata. Selain itu, rendahnya keterlibatan siswa dalam proses belajar menyebabkan motivasi belajar, kreativitas dalam bermain, dan kemampuan pengambilan keputusan tidak dikembangkan secara optimal (Gultom & Dewi Endriani, 2021). Kondisi ini menjadi tantangan bagi guru PJOK untuk menerapkan model pembelajaran yang lebih kontekstual, aktif, dan berorientasi pada pengalaman bermain.

Salah satu model pembelajaran yang dinilai berdasarkan karakteristik permainan inovasi adalah Teaching Games for Understanding (TGfU). Model ini dikembangkan oleh Bunker dan Thorpe dengan menempatkan permainan sebagai pusat proses pembelajaran (Shirley, 2025). TGfU menekankan pemahaman taktik sebelum menguasai teknik agar siswa belajar melalui pemecahan masalah permainan, pengambilan keputusan, dan penerapan keterampilan teknis sesuai dengan konteks permainan (Raswadi et al., 2025). Dengan pendekatan ini, siswa tidak hanya tahu cara shooting, tetapi juga memahami kapan, mengapa, dan dalam situasi apa keterampilan tersebut digunakan secara efektif (Journal et al., 2025).

Berbagai studi telah menunjukkan efektivitas model TGfU dalam meningkatkan hasil pembelajaran dari permainan olahraga. Penelitian oleh Pauzi et al. melaporkan bahwa penerapan model TGfU mampu meningkatkan hasil pembelajaran sepak bola, terutama dalam keterampilan dribbling, karena pembelajaran berlangsung melalui

situasi pertandingan yang mendorong keterlibatan aktif siswa (Ardiani et al., 2026). Studi lain yang dilakukan oleh Idrus menunjukkan bahwa metode TGfU memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan shooting sepak bola karena peserta mendapatkan lebih banyak kesempatan untuk membuat keputusan dan melaksanakan teknik dalam kondisi permainan nyata. Penelitian terbaru oleh Pratama dan Nurhayati juga membuktikan bahwa model TGfU memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan hasil pembelajaran keterampilan shooting sepak bola pada siswa sekolah menengah. Selain meningkatkan keterampilan teknis, penerapan TGfU melalui permainan mirip sepak bola juga terbukti dapat meningkatkan keterampilan pengambilan keputusan siswa selama pertandingan (Sang et al., 2025).

Namun, hasil tinjauan penelitian sebelumnya menunjukkan masih ada beberapa kesenjangan penelitian. Sebagian besar studi sebelumnya telah meneliti efektivitas TGfU pada salah satu keterampilan dasar seperti passing atau dribbling, sementara studi yang secara khusus menganalisis efektivitas TGfU terhadap hasil belajar shooting masih relatif terbatas (Ardiani et al., 2026). Selain itu, sebagian besar studi hanya berfokus pada peningkatan keterampilan teknik tanpa mengaitkannya dengan karakteristik hasil pembelajaran PJOK yang mencakup kemampuan menerapkan teknik dalam konteks permainan. Perbedaan karakteristik siswa, lingkungan sekolah, dan pelaksanaan pembelajaran juga memungkinkan hasil yang berbeda, sehingga penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memperkuat bukti empiris tentang efektivitas model TGfU (Raswadi et al., 2025).

Keunikan dari penelitian ini terletak pada pengujian efektivitas model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) yang berfokus pada peningkatan hasil pembelajaran shooting sepak bola melalui aktivitas permainan yang membutuhkan pengambilan keputusan langsung dalam situasi bermain (Effect et al., 2024). Studi ini tidak hanya mengevaluasi peningkatan keterampilan teknik shooting, tetapi juga memandang hasil pembelajaran sebagai hasil pembelajaran yang diperoleh melalui pengalaman bermain yang bermakna agar memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang implementasi TGfU dalam pembelajaran PJOK (Mubarok & Mudzakir, 2020).

Berdasarkan deskripsi ini, studi ini bertujuan menganalisis efektivitas model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) terhadap hasil pembelajaran shooting sepak bola di SMK Bululawang Malang. Hasil penelitian ini diharapkan

memberikan kontribusi ilmiah terhadap pengembangan model pembelajaran PJOK berbasis permainan, serta menjadi referensi bagi guru dalam memilih strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kualitas hasil pembelajaran siswa secara lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan adalah metode eksperimental dengan metode penelitian eksperimental adalah studi untuk menentukan pengobatan dan dampaknya pada individu. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest postest* (Scott, 2020). Perlakuan diberikan sebanyak 8 pertemuan pembelajaran PJOK. Populasi dalam studi ini adalah 48 siswa kelas 10 SMK Bululawang Malang, sampel yang digunakan adalah total sampling yang berarti seluruh populasi digunakan sebagai sampel riset sebanyak 48 siswa.

Instrumen yang digunakan adalah tes shooting sepak bola untuk mengukur keterampilan shooting bola yang ditempatkan pada titik 16,5 m di depan gawang.

Teknik analisis data dalam studi ini didukung dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 25 melalui analisis yang akan digunakan sebagai berikut. (1) Uji normalitas > data 0,05 dengan distribusi normal, (2) Uji homogenitas menggunakan *uji levene* > data homogen 0,05, (3) Hipotesis penelitian menggunakan uji t (*uji t sampel berpasangan)* dengan tingkat tanda < 0,05). Validitas Internal yaitu dengan Maturation (kematangan) Siswa bisa meningkat keterampilannya karena bertambah usia atau pengalaman, bukan semata-mata karena TGfU. Testing effect dengan Pengulangan tes shooting dapat membuat siswa terbiasa dengan format tes, sehingga hasil meningkat bukan karena perlakuan.

Validitas instrumen dengan konteks tes shooting sepak bola pada Validitas isi (content validity) Tes harus mencerminkan keterampilan shooting yang sesungguhnya. Seperti menendang bola ke target gawang dengan variasi jarak dan sudut. Butir tes sesuai dengan tujuan pembelajaran sepak bola. Validitas konstruk (construct validity) tes disesuaikan dengan konsep keterampilan shooting, yaitu akurasi, kekuatan, dan konsistensi. Tes hanya mengukur kecepatan menendang tanpa memperhatikan akurasi, maka validitas konstruknya lemah. Test-retest reliability tes diulang dalam kondisi sama, hasilnya konsisten. Inter-rater reliability lebih dari satu penguji, skor yang diberikan harus serupa, sedangkan Internal consistency butir tes harus menunjukkan konsistensi hasil.

Instrumen Tes

1. Tes Shooting ke Target:
    a. Bola ditempatkan di titik tertentu.
    b. Siswa menendang ke gawang dengan target yang dibagi menjadi beberapa zona skor.
    c. Skor diberikan berdasarkan akurasi (misalnya zona tengah = 5 poin, zona samping = 3 poin).
2. Tes Shooting Berulang:
    a. Siswa melakukan beberapa kali shooting dalam waktu tertentu.
    b. Dinilai dari jumlah tendangan yang tepat sasaran.
3. Tes Shooting dalam Situasi Permainan:
    a. Shooting dilakukan dalam permainan kecil (small sided game).
    b. Dinilai dari efektivitas keputusan dan akurasi tendangan.

Prosedur penerapan Model TGfU secara rinci tahapan penerapan TGfU selama 8 pertemuan

1. Pertemuan 1–2:

a. Pengenalan permainan sederhana (mini game) untuk membangun pemahaman taktik dasar shooting.
b. Fokus pada *game appreciation* dan *tactical awareness*.

2. Pertemuan 3–4:

a. Latihan situasi permainan kecil (3 vs 3, 4 vs 4) dengan target shooting.
b. Siswa belajar mengambil keputusan kapan menembak.

3. Pertemuan 5–6:

a. Latihan variasi shooting (jarak dekat, jarak jauh, sudut berbeda).
b. Fokus pada *skill execution* dalam konteks permainan.

4. Pertemuan 7–8:

a. Simulasi pertandingan mini dengan penekanan pada penerapan shooting.
b. Evaluasi keterampilan dan refleksi pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Studi ini bertujuan untuk menentukan efektivitas model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) terhadap hasil pembelajaran shooting sepak bola. Penelitian ini dilakukan selama 8 pertemuan melalui hasil data penelitian *one group pretest postest*. Berikut adalah hasil analisis data deskriptif statistik sebagai berikut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) terhadap hasil belajar shooting sepakbola. Penelitian ini dilakukan selama 8x pertemuan melalui hasil data penelitian *pretest* dan

posttest. Dibawah ini merupakan hasil analisis data deskriptif statistik adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Analisis Statistik

Pretest`Analisis Statistik		*Postest* Analisis Statistik	
N	48	N	48
Mean	12,11	*Mean*	16,13
Std. Deviation	1,241	*Std. Deviation*	1,132
Minimum	8	*Minimum*	11
Maximum	12	*Maximum*	19

Berdasarkan tabel 1 diatas diperoleh hasil analisis deskriptif statistik pada data *pretest* dan *postest* keterampilan *passing* futsal yaitu pada *pretest* diperoleh nilai *mean* sebesar 11,10, pada nilai standar deviasi yaitu 1,997, kemudian untuk nilai terendah yaitu 6, dan nilai tertinggi yaitu 15. Sedangkan pada *posttest* diperoleh nilai *mean* sebesar 15,10, kemudian pada nilai standar deviasi yaitu 1,165 dan diperoleh nilai terendah yaitu 13, dan nilai tertinggi yaitu 17. Dibawah ini merupakan hasil uji prasyarat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Kelompok Data	*Shapiro-Wilk*
	Sig.
Pretest *shooting*	0,113
Posttest *shooting*	0,122

Berdasarkan hasil pada tabel 2 diatas diperoleh hasil uji normalitas pada pretest shooting futsal menggunakan *Shapiro-wilk* yaitu sig. 0,113 > 0,05, maka data *pretest* tersebut berdistribusi normal. Sedangkan pada hasil *posttest shooting* diperoleh nilai uji normalitas yaitu sig. 0,122 > 0,05, maka data pada *posttest* tersebut berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances	
Levene Statistic	Sig.
	.218

Sesuai hasil uji homogenitas pada tabel 3 diatas didapatkan nilai sig 0,218 (Homogen), maka dapat disimpulkan jika data dalam penelitian ini memiliki varians yang homogen. Maka selanjutkan dikarenakan data dalam penelitian ini berdistribusi normal dan homogen, maka uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan jenis uji parametrik yaitu *paired sample t-test.*

Tabel 4. Hasil Uji *Paired Samples Test*

Kelompok Data	Pretest-Posttest	Keterangan
Sig. (2-tailed)	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis uji *paired samples test* diatas, didapatkan nilai sig yaitu 0,000 < 0,05. Degan demikian hasil penelitian diperoleh hasil yaitu terdapat efektivitas model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) terhadap hasil belajar shooting sepakbola.

Pembahasan

Hasil studi menunjukkan bahwa model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) memiliki pengaruh positif terhadap hasil pembelajaran shooting sepak bola. Peningkatan hasil pembelajaran menunjukkan bahwa pembelajaran yang berorientasi pada pemahaman permainan mampu mengembangkan keterampilan teknis lebih efektif dibandingkan pembelajaran yang hanya menekankan pengulangan gerakan (drill). Dalam model TGfU, siswa memiliki kesempatan untuk memahami situasi permainan terlebih dahulu, kemudian menentukan aksi alternatif yang tepat sebelum melaksanakan teknik shooting (Sang et al., 2025). Dengan demikian, peningkatan hasil pembelajaran yang diperoleh tidak hanya mencerminkan penguasaan teknik menendang bola ke gawang, tetapi juga peningkatan kemampuan berpikir taktis dan pengambilan keputusan selama pertandingan.

Secara konseptual, temuan ini sejalan dengan teori Teaching Games for Understanding yang dikembangkan oleh Bunker dan Thorpe. Pendekatan TGfU menempatkan permainan sebagai inti pembelajaran agar siswa membangun pemahaman melalui pengalaman bermain, pemecahan masalah, dan refleksi situasi permainan (Alwi et al., 2026). Berbeda dengan pendekatan teknik tradisional yang mengajarkan keterampilan secara terpisah, TGfU mengintegrasikan aspek teknik, taktik, dan pengambilan keputusan dalam satu rangkaian aktivitas pembelajaran. Oleh karena itu, keterampilan shooting berkembang dalam konteks permainan sehingga lebih mudah untuk ditransfer ke situasi yang cocok.

Hasil studi ini sejalan dengan penelitian Pratama dan Nurhayati yang menemukan bahwa penerapan model TGfU memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil pembelajaran shooting sepak bola pada siswa sekolah menengah. Studi tersebut

menunjukkan bahwa peningkatan paling terasa terjadi pada aspek keterampilan karena peserta didik mendapatkan lebih banyak kesempatan untuk shooting dalam berbagai situasi permainan, sementara peningkatan aspek pengetahuan tidak sebesar peningkatan keterampilan (Sgrò et al., 2018). Temuan ini memperkuat hasil studi ini bahwa efektivitas TGfU terutama terlihat pada kemampuan siswa untuk melaksanakan teknik shooting dengan tepat sesuai kondisi permainan.

Penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Itrus yang melaporkan bahwa penerapan metode TGfU mampu secara signifikan meningkatkan kemampuan shooting pemain sepak bola. Menurut studi tersebut, pembelajaran berbasis permainan memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna karena pemain tidak hanya berlatih menendang bola, tetapi juga belajar memilih waktu yang tepat untuk shooting ke gawang. Kesamaan hasil ini menunjukkan bahwa keberhasilan TGfU tidak hanya dipengaruhi oleh peningkatan frekuensi latihan teknik, tetapi juga oleh perkembangan kemampuan siswa untuk memahami konteks permainan sebelum mengambil tindakan (Zemková & Zapletalová, 2022).

Temuan studi ini juga konsisten dengan penelitian Faridatul 'Ala et al. yang menerapkan model TGfU melalui permainan 4 versus 4 untuk meningkatkan keterampilan shooting. Hasil studi menunjukkan bahwa modifikasi permainan dalam kelompok kecil mampu meningkatkan kualitas tembakan karena setiap pemain memiliki kesempatan lebih besar untuk mengendalikan bola, menembus, menciptakan ruang, dan menyelesaikan serangan melalui tembakan ke gawang (Ala & Rahmalia, 2025). Kondisi ini menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis permainan memberikan rangsangan teknik dan taktik secara bersamaan sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif dibandingkan pembelajaran yang hanya berfokus pada praktik teknik individu (Subyakto et al., 2024).

Selain meningkatkan keterampilan shooting, model TGfU juga telah terbukti mampu mengembangkan keterampilan pengambilan keputusan siswa. Penelitian Saputri, Lubay, dan Slamet tentang implementasi TGfU melalui permainan mirip sepak bola menunjukkan peningkatan kemampuan bermain yang mencakup pengambilan keputusan, implementasi teknis, dan dukungan untuk rekan setim (Pajar & Fernando, 2024). Hasil ini memperkuat temuan studi ini karena keterampilan shooting yang baik tidak hanya ditentukan oleh kualitas tendangan, tetapi juga oleh kemampuan pemain untuk menentukan kapan harus shooting, kepada siapa bola dioper, atau kapan

mempertahankan penguasaan bola. Dengan kata lain, TGfU mampu mengembangkan aspek kognitif dan psikomotor secara bersamaan (Onsiri et al., 2020).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Pauzi et al. yang menyatakan bahwa model TGfU mampu meningkatkan hasil pembelajaran sepak bola dengan meningkatkan keterlibatan aktif siswa selama proses pembelajaran. Mereka menjelaskan bahwa pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan mendorong siswa untuk lebih termotivasi belajar karena aktivitas yang dilakukan menyerupai pertandingan nyata. Meskipun studi ini berfokus pada keterampilan dribel, prinsip pembelajaran yang digunakan memiliki kesamaan dengan studi ini, yaitu mengembangkan keterampilan teknis melalui pemahaman permainan, bukan hanya berlatih gerakan berulang (Adigüzel et al., 2021).

Dari perspektif teori pembelajaran motorik, efektivitas TGfU dapat dijelaskan melalui prinsip pembelajaran kontekstual dan desain pembelajaran representatif. Kedua prinsip ini menegaskan bahwa mempelajari keterampilan olahraga akan lebih efektif jika lingkungan latihan menyerupai kondisi pertandingan sebenarnya (Firmana et al., 2023). Selama pembelajaran TGfU, siswa terus-menerus menghadapi perubahan situasi permainan sehingga mereka harus melakukan pengamatan, menganalisis posisi teman dan lawan, menentukan aksi alternatif, lalu melakukan tembakan. Proses ini menghasilkan adaptasi motorik yang lebih baik dibandingkan pelatihan teknik yang dilakukan secara terpisah tanpa tekanan permainan.

Dari sudut pandang pedagogis, TGfU juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk menjadi pembelajar aktif. Guru bertindak sebagai fasilitator yang membimbing siswa melalui pertanyaan taktis, diskusi kelompok, dan refleksi tentang jalannya permainan (Shirley, 2025). Strategi ini mendorong siswa untuk membangun pengetahuan secara mandiri sehingga pemahaman mereka tentang konsep permainan menjadi lebih mendalam. Kondisi ini berbeda dari pendekatan konvensional yang umumnya masih berpusat pada guru dan menempatkan siswa sebagai penerima informasi secara pasif.

Jika dibandingkan dengan model pembelajaran pendekatan teknis tradisional, TGfU memiliki beberapa keunggulan. Dalam pendekatan tradisional, siswa biasanya menguasai teknik dasar terlebih dahulu sebelum menerapkannya dalam permainan (Rogo et al., 2022). Akibatnya, banyak pelajar kesulitan mentransfer keterampilan ini saat menghadapi tekanan dan dinamika permainan lawan. Sebaliknya, TGfU

mengembangkan keterampilan teknis bersama dengan pemahaman taktis agar peserta didik terbiasa membuat keputusan dalam kondisi dunia nyata. Hal ini diduga menjadi faktor utama peningkatan hasil pembelajaran shooting dalam studi ini.

Berdasarkan temuan keseluruhan penelitian dan hasil perbandingan dengan penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) adalah pendekatan pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar shooting sepak bola. Efektivitas ini diperoleh karena TGfU mengintegrasikan pembelajaran teknik, pemahaman taktis, pengambilan keputusan, dan pengalaman bermain dalam satu proses pembelajaran. Oleh karena itu, model TGfU layak direkomendasikan sebagai alternatif pembelajaran PJOK yang mampu meningkatkan kualitas hasil belajar siswa secara menyeluruh, baik dalam aspek psikomotorik, kognitif, maupun bermain dalam situasi otentik.

KESIMPULAN

Studi ini membuktikan bahwa model pembelajaran Teaching Games for Understanding (TGfU) efektif dalam meningkatkan hasil pembelajaran shooting sepak bola pada siswa SMK Bululawang Malang. Hasil tes statistik menunjukkan peningkatan signifikan dari rata-rata pra-tes ke rata-rata pasca-tes, sehingga dapat disimpulkan bahwa TGfU mampu mengintegrasikan keterampilan teknis, pemahaman taktis, dan pengambilan keputusan dalam konteks permainan yang otentik. Penerapan TGfU tidak hanya meningkatkan kemampuan menendang bola ke gawang, tetapi juga mengembangkan aspek kognitif dan psikomotor siswa melalui pengalaman bermain yang bermakna. Oleh karena itu, TGfU layak direkomendasikan sebagai alternatif strategi pembelajaran PJOK yang lebih kontekstual, aktif, dan komprehensif dibandingkan pendekatan teknik tradisional.

DAFTAR PUSTAKA

Adigüzel, S., Karataş, B., & Yücel, B. (2021). Dampak pelatihan interval intensitas tinggi selama delapan minggu yang diterapkan oleh tim atletik nasional terhadap beberapa keterampilan motorik berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Isu Pendidikan*, *7*(1), 589. https://doi.org/10.5296/jei.v7i1.18736

Ala, F., & Rahmalia, A. (2025). *Menerapkan Model Teaching Games for Understanding pada Permainan Sepak Bola 4 vs 4: Strategi untuk Meningkatkan Keterampilan* shooting. Id. pada halaman 396–405.

Alwi, M., Manurizal, L., & Putra, D. (2026). *JIKOR : Journal of Sports Science Efek latihan sepak bola empat gol terhadap kemampuan menghentikan umpan di Lubuk Bendahara Football Academy*. *1*(2), 10–18.

Ardiani, R. P., Lubay, L. H., & Fahri, A. S. (2026). *Pengaruh Model Teaching Games for Understanding (TGFU) terhadap pemahaman bermain*. *9*(2), 1318–1330. https://doi.org/10.29408/porkes.v9i2.35188

Efek, T., Sepak Bola, O. F., On, T., & Kemampuan, T. (2024). *Jurnal Riset Sepak Bola*. 30–36.

Firmana, I., Subarjah, H., & Mahendra, A. (2023). *Jurnal Area Olahraga Meningkatkan keterampilan bermain sepak bola melalui pengajaran permainan untuk pemahaman: Pendekatan permainan yang bersifat kecil*. *8*(2), 184–193.

Fitrah, M., Nursafatullah, A., Irawan, D., Habibi, A. I., & Dwi, Y. (2024). *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Fisik dan Olahraga Penerapan Metode Pelatihan E-Movement terhadap Hasil Kecepatan Atlet Sepak Bola Club Deltras FC 1989*. *9* (November), 178–184.

Gultom, E. S., & Dewi Endriani. (2021). Pengaruh variasi pelatihan serangan menggunakan winger terbalik terhadap hasil tembakan dalam pertandingan sepak bola di atlet SSB TGM Medan tahun 2020. *Jurnal Pendidikan Jasmani (JPJ), 2*(1), 31–36. https://doi.org/10.55081/jpj.v2i1.231

Jurnal, J., Olahraga, K., & Rahmadhea, S. (2025). *Penerapan model TGfU (Teaching Games for Understanding) dalam pendidikan jasmani*. *3*(2), 61–69.

Khoirul Anwar Pulungan, Arief Ibnu Haryanto, Meri Haryani, I Kadek Suardika, & Nurkhoiroh. (2022). Meningkatkan Kemampuan Guru untuk Mengajar Tanggung Jawab dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Pembelajaran Kesehatan. *SPRINTER: Journal of Sports Science*, *3*(3), 245–253. https://doi.org/10.46838/spr.v3i3.238

Mubarok, M. Z., & Mudzakir, D. O. (2020). *PENINGKATAN KETERAMPILAN DRIBEL PEMAIN SEPAK BOLA.* 28–40. https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1381

Onsiri, S., Amitpai, C., Sukomol, N., Sirisopon, N., Tanpanit, A., & Kardinal, B. J. (2020). Efek suplementasi kaempfera parviflora terhadap daya tahan kardiovaskular atlet: Studi acak yang dikontrol plasebo, dan desain paralel. *Asian Journal of Sports Medicine*, *11*(3), 1–6. https://doi.org/10.5812/asjsm.99247

Pajar, R., & Fernando, R. (2024). *Hubungan antara kelincahan dengan kemampuan berkendur siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 18 Pekanbaru*. *4*, 329–341.

Raswadi, M. D., Makassar, U. N., Futsal, T. D., & Jasmani, P. (2025). *Efektivitas Pendekatan TGfU dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar futsal dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswac SMA Negeri 10 Makassar*. *Sci. 4*, 191–202.

Rogo, A. D., Syafutra, W., & Supriyadi, M. (2022). *Pengaruh metode pelatihan zig-zag terhadap keterampilan dribble SSB satria muda*. *6*(2), 1934–1939.

Sang, J., Gulo, P., Aulia, C., Lombu, S., & Daviansyah, L. (2025). *Tinjauan Pustaka Sistematis: Efektivitas Metode Teaching Games for Understanding (TGfU) dalam Pembelajaran Bola Basket*. *5* (September), 434–453.

Sgrò, F., Bracco, S., Pignato, S., & Lipoma, M. (2018). *Permainan Sisi Kecil dan Keterampilan Teknis dalam Pelatihan Sepak Bola: Tinjauan Sistematis dan Implikasi untuk Praktisi Olahraga dan Pendidikan Jasmani*. *Pertimbangkan* 6:9–19. https://doi.org/10.17265/2332-7839/2018.01.002

Subyakto, R. C., Pamungkas, H., Kurniawan, R., & Yusuf, H. (2024). *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga Pengaruh Komposisi Tubuh terhadap Eksplosivitas Otot Kaki Pemain Sepak Bola Persija Jakarta League 1*. *5*(3), 407–412.

Sugiyono. (2020). *Riset Kuantitatif Kualitatif dan Metode R&D (Edisi ke-3).* Bandung: Alfabeta.

Syafir, M. I. (2025). *Pengembangan Model Teaching Games For Understanding (TGFU), Pendekatan Multiple Games untuk Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Pembelajaran*

Kesehatan (PJOK). 1102–1112.

Tarju, T., & Wahidi, R. (2017). Pengaruh metode pelatihan terhadap peningkatan passing dalam pertandingan sepak bola. *JUARA: Sports Journal*, *2*(2), 66. https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.35

Zemková, E., & Zapletalová, L. (2022). Peran kontrol neuromuskular terhadap stabilitas postur dan inti dalam gerakan fungsional dan performa atlet. *Frontiers in Physiology*, *13* (Februari), 1–21. https://doi.org/10.3389/fphys.2022.796097