

Meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas ix Kebanggaan SMPN 6 Palu pada pembelajaran PJOK dengan menggunakan pendekatan *Teaching at The Right Level (TaRL)*

Akbar Papilaya*

Universitas Tadulako, Jalan Soekarno Hatta Km. 9, Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia

* Corresponding Author: akbarakbar4584@gmail.com

Received: 10 December 2024; Revised: 10 October 2025; Accepted: 21 October 2025

Abstrak: Penelitian ini berawal dari masalah rendahnya motivasi belajar yang ditemukan pada peserta didik dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Rendahnya tingkat motivasi tersebut mempengaruhi proses pembelajaran, sehingga berdampak pada hasil yang kurang optimal. Pendekatan ini diyakini dapat membantu menyesuaikan materi pembelajaran dengan tingkat kemampuan peserta didik, sehingga dapat merangsang minat dan motivasi mereka untuk lebih aktif dan bersemangat dalam mengikuti pelajaran. Oleh karena itu, tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengumpulkan data dan informasi yang berkaitan dengan upaya meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada mata pelajaran PJOK. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) dengan mengimplementasikan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL). Penelitian tindakan kelas ini dilakukan di kelas IX Kebanggaan SMP N 6 Palu dengan jumlah peserta didik sebanyak 34 orang sebagai subjek. Teknik pengumpulan data dan analisis menggunakan kuantitatif persentase. Hasil penelitian siklus I persentase motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK untuk dimensi pertama, yaitu "Perhatian" mencapai 54% dari peserta didik yang mengikuti pembelajaran. Untuk dimensi kedua, yaitu "Ketekunan," sebanyak 57% peserta didik menunjukkan motivasi tersebut, sementara untuk dimensi ketiga, yaitu "Keterlibatan" sebanyak 34% peserta didik terlibat aktif dalam pembelajaran PJOK. Pada siklus II Penelitian dimensi pertama, yaitu "Perhatian," mencapai 86% dari peserta didik yang terlibat. Pada dimensi kedua, yaitu "Ketekunan," sebanyak 91% peserta didik menunjukkan motivasi, sementara pada dimensi ketiga, yaitu "Keterlibatan," sebanyak 83% peserta didik terlibat aktif dalam pembelajaran PJOK. Dibandingkan dengan data pada siklus I, terlihat adanya peningkatan motivasi belajar peserta didik pada siklus II.

Kata Kunci: motivasi belajar, tarl, pjok

Development motivation studying of student class ix Kebanggaan SMPN 6 Palu of subject Physical Education with approach Teaching at the Right Level

Abstract: This research originated from the problem of low learning motivation found in students in Physical Education, Sports and Health (PJOK) subjects. The low level of motivation affects the learning process, resulting in less than optimal results. This approach is believed to help adapt learning materials to the ability level of students, so as to stimulate their interest and motivation to be more active and enthusiastic in participating in lessons. Therefore, the main purpose of this study is to collect data and information related to efforts to increase students' learning motivation in PJOK subjects. This research method uses the type of classroom action research (PTK) by implementing the Teaching at the Right Level (TaRL) approach. This class action research was conducted in class IX Pride of SMP N 6 Palu with 34 students as subjects. Data collection and analysis techniques using quantitative percentages. The results of cycle I research showed that the percentage of learning motivation in PJOK subjects for the first dimension, namely 'Attention' reached 54% of students who participated in the learning. For the second dimension, namely 'Perseverance,' 57% of students showed this motivation, while for the third dimension, namely

'Involvement' as many as 34% of students were actively involved in learning PJOK. In cycle II, the first dimension of research, namely 'Attention,' reached 86% of the learners involved. In the second dimension, namely 'Perseverance,' 91% of learners showed motivation, while in the third dimension, namely 'Engagement,' 83% of learners were actively involved in learning PJOK. Compared to the data in cycle I, there was an increase in students' learning motivation in cycle II.

Keywords: study motivation, tarl, physical education

How to Cite: Papilaya, A. (2025). Meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas ix Kebangsaan SMPN 6 Palu pada pembelajaran PJOK dengan menggunakan pendekatan *Teaching at The Right Level* (TaRL). *Jurnal Pedagogi Olahraga dan Kesehatan*, 6(2), 80–86. Doi:<https://doi.org/10.21831/jpok.v6i2.22799>



PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran penting dalam kemajuan suatu bangsa, di mana pendidikan merupakan salah satu penopang peradaban nasional yang baik. Dengan pendidikan, diharapkan generasi muda dapat memiliki keyakinan dan ketakwaan kepada Allah Yang Maha Kuasa, memiliki pola pikir kritis, mampu mengembangkan potensi mereka, serta memiliki pengetahuan dan keterampilan. Selain itu, pendidikan juga diharapkan dapat meningkatkan jiwa dan rasa tanggung jawab (Salahudin et al., 2024). Namun, motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa seringkali menjadi hambatan dalam mencapai hasil pendidikan yang optimal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang efektif untuk dapat meningkatkan motivasi belajar mereka. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah *Teaching at The Right Level* (TaRL), yang dirancang untuk menyesuaikan materi pembelajaran dengan tingkat kemampuan siswa, sehingga dapat membantu meningkatkan motivasi mereka dalam belajar.

Pendekatan Pengajaran pada Tingkat yang Tepat (TaRL) telah diterapkan di berbagai negara, salah satunya di India. Pendekatan ini diperkenalkan oleh sebuah organisasi inovasi pembelajaran dari India, setelah hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat literasi dan numerasi siswa masih sangat rendah. Dengan menggunakan pendekatan TaRL, pembelajaran dapat disesuaikan dengan kemampuan, kebutuhan, dan minat siswa, sehingga lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar mereka. Untuk menerapkan pendekatan ini, guru perlu melakukan penilaian awal atau tes diagnostik untuk mengidentifikasi karakteristik, kebutuhan, dan potensi masing-masing siswa. Dengan demikian, guru dapat memahami kemampuan dan perkembangan awal siswa, yang akan membantu merancang pembelajaran yang lebih terarah (Penelitian et al., 2023). Pengajaran pada Tingkat yang Tepat (TaRL) adalah pendekatan pembelajaran yang tidak mengacu pada tingkat kelas, tetapi mengacu pada tingkat kemampuan siswa. Inilah yang membedakan TaRL dari pendekatan biasa. Pengajaran pada tingkat yang tepat (TaRL) dapat menjadi solusi untuk masalah kesenjangan pemahaman yang terjadi di kelas, terutama dalam pembelajaran PJOK.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran fisik, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek gaya hidup sehat, dan pengenalan lingkungan yang bersih melalui aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan yang dipilih secara sistematis guna mencapai tujuan Pendidikan Nasional. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan salah satu upaya untuk mewujudkan manusia seutuhnya yang dilaksanakan di sekolah-sekolah, baik pada tingkat pendidikan dasar maupun menengah (Mustafa & Dwiyoogo, 2020). Namun, motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa seringkali menjadi tantangan dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani yang optimal. Hal ini terutama terkait dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang berusia 7 hingga 12 tahun, di mana mereka masih berada dalam fase perkembangan yang sangat tertarik pada aktivitas bermain.

Oleh karena itu, guru perlu mampu merancang pembelajaran yang efektif, sambil tetap mempertimbangkan dan memahami karakteristik serta kebutuhan individu siswa. Pada usia tersebut,

anak-anak mengalami perkembangan yang cepat, baik dalam aspek kognitif, psikomotorik, maupun afektif, dengan perubahan yang paling terlihat pada pertumbuhan fisik dan psikologis mereka. Untuk memastikan bahwa standar kompetensi dalam pendidikan jasmani dapat dicapai sesuai dengan pedoman dan kurikulum, guru pendidikan jasmani harus mampu merancang pembelajaran yang efektif, interaktif, dan sesuai dengan kebutuhan serta potensi siswa (Ridzky Aryandi & Usman, 2024).

Motivasi belajar merupakan salah satu aspek penting yang menentukan keberhasilan proses belajar. Berdasarkan pendapat para ahli, motivasi adalah kondisi psikologis yang memengaruhi dorongan seseorang untuk secara sadar berusaha mencapai tujuan tertentu. Motivasi juga dapat diartikan sebagai upaya yang dilakukan untuk menumbuhkan keinginan dan antusiasme dalam mencapai tujuan serta memperoleh kepuasan pribadi. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung lebih antusias, bersemangat, dan fokus, sehingga tujuan belajar dapat dicapai secara optimal (Kapti & Winarno, 2022) menambahkan bahwa motivasi mempengaruhi kemampuan siswa dalam melaksanakan berbagai aktivitas, termasuk proses belajar. Sementara itu, menurut (Citra Beauty et al., 2020), motivasi merupakan salah satu unsur penting dalam pembelajaran yang tidak boleh diabaikan. Oleh karena itu, peran motivasi belajar sangat krusial dalam mendukung kesuksesan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Penting bagi guru untuk terus mengembangkan dan mempertahankan motivasi siswa melalui berbagai strategi, seperti menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, memberikan umpan balik positif, dan merancang pembelajaran yang menarik dan relevan dengan kebutuhan siswa.

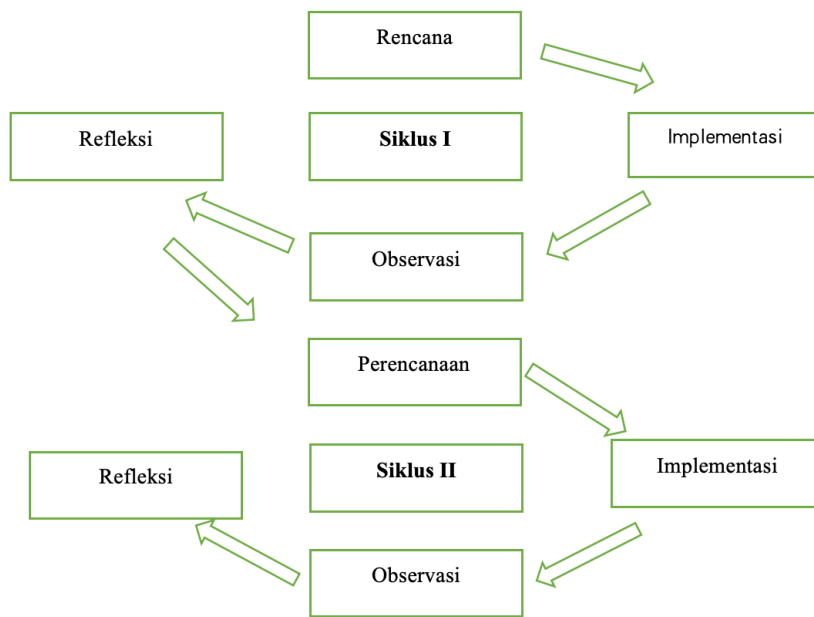
Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk “Meningkatkan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK dengan menggunakan pendekatan pengajaran pada tingkat yang tepat (TaRL)”. Manfaat penelitian ini adalah dapat membantu guru PJOK untuk menciptakan pembelajaran yang tidak membosankan dan menyenangkan bagi siswa.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (Prof., 2011), yaitu penelitian yang dilakukan oleh pendidik sendiri untuk meningkatkan kualitas pembelajaran yang menjadi tanggung jawab mereka. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah satu kelas I, yaitu IX Kebanggan, yang terdiri dari 34 siswa.

Penelitian ini dilakukan di SMP N 6 PALU. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 30 Juli hingga 29 Agustus 2024. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP N 6 PALU untuk tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 34 siswa, terdiri dari 15 perempuan dan 19 laki-laki. Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilakukan melalui proses siklikal (iteratif), yang terdiri dari empat tahap utama, yaitu: 1) perencanaan, 2) pelaksanaan tindakan, 3) pengamatan, dan 4) refleksi. Setelah tahap refleksi, yang meliputi analisis, sintesis, dan evaluasi hasil pengamatan serta proses dan hasil tindakan yang telah dilakukan, biasanya akan muncul masalah atau pemikiran baru yang perlu dipertimbangkan. Masalah atau pemikiran tersebut kemudian memerlukan perencanaan ulang, pelaksanaan tindakan ulang, dan pengamatan ulang, diikuti dengan refleksi ulang. Proses ini akan terus berulang hingga masalah yang ada dianggap selesai dan pembelajaran dapat ditingkatkan serta menjadi lebih bermakna. Oleh karena itu, siklus PTK ini terus berulang secara bertahap hingga tujuan perbaikan tercapai. Berikut adalah gambar yang menggambarkan siklus penelitian tindakan kelas.



Teknik Pengumpulan Dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi lembar observasi, wawancara, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis menggunakan pendekatan persentase dan kualitatif. Motivasi belajar siswa dievaluasi melalui dimensi perhatian, ketekunan, dan keterlibatan, yang diukur melalui indikator seperti tingkat kehadiran siswa, partisipasi dalam aktivitas belajar, upaya yang ditunjukkan, dan kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi tantangan akademik. Peneliti melakukan observasi terhadap aktivitas belajar siswa dengan mengikuti langkah-langkah berikut.

SIKLUS I

a. Perencanaan

- Tahap 1. Menyusun rencana pembelajaran
- Tahap 2. Membangun dimensi kegiatan yang akan diamati
- Tahap 3. Mengamati proses kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan pembelajaran dilakukan dalam tiga tahap, yaitu tahap awal, kegiatan inti, dan penutupan.

c. Pengamatan

Mengamati aspek-aspek yang menjadi fokus penelitian dengan menghitung jumlah siswa yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan.

d. Refleksi

Pada akhir siklus I, dilakukan refleksi terhadap kegiatan dan hasil pembelajaran yang diperoleh berdasarkan hasil pengamatan. Hasil refleksi ini akan menjadi dasar untuk merencanakan tindakan yang akan dilakukan pada siklus II.

Sirkulus II

a. Perencanaan

Berdasarkan hasil refleksi pada siklus pertama, rencana pembelajaran untuk materi berikutnya diorganisasi ulang. Rencana ini disusun dengan memperhatikan kelemahan yang muncul dalam proses pembelajaran terkait motivasi belajar pada siklus pertama, dengan tujuan mengembangkan program yang dapat mengatasi masalah yang ditemukan selama proses pembelajaran. Rencana tersebut mencakup penerapan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) dalam pembelajaran.

b. Pelaksanaan

Rencana pelaksanaan yang telah disusun pada siklus II kemudian diterapkan dalam proses pembelajaran sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan.

c. Pengamatan

Kegiatan pembelajaran pada siklus II yang menggunakan pendekatan TaRL masih diamati. Selama pengamatan, guru yang mengajar mencatat hal-hal penting yang ditemukan selama pelaksanaan siklus II.

d. Refleksi

Hasil pengamatan pada siklus II digunakan sebagai bahan refleksi. Keberhasilan dianggap tercapai jika hasil pengamatan menunjukkan bahwa indikator keberhasilan telah tercapai atau ada perbaikan dibandingkan dengan siklus I. Namun, jika hasilnya masih belum memuaskan, maka perencanaan untuk siklus III dan seterusnya akan disesuaikan hingga hasil yang diinginkan tercapai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada semester ganjil bulan Juni 2024, penelitian ini dilaksanakan selama pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di kelas IX SMPN 6 Palu. Jadwal pendidikan jasmani di kelas adalah 1 pertemuan per minggu, yaitu 3 jam pelajaran pada hari Kamis pukul 1-3.

Hasil Pelaksanaan Siklus I

Hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi dan penilaian pada pertemuan pertama dan siklus I menunjukkan data mengenai tingkat motivasi belajar siswa. Data dari hasil penelitian pada siklus I dapat dijelaskan sebagai berikut: Berdasarkan data, dapat dilihat bahwa persentase motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK untuk dimensi pertama, yaitu "Perhatian," mencapai 54% dari siswa yang mengikuti pembelajaran. Untuk dimensi kedua, yaitu "Ketekunan," sebanyak 57% siswa menunjukkan motivasi ini, sedangkan untuk dimensi ketiga, yaitu "Keterlibatan," sebanyak 34% siswa secara aktif terlibat dalam pembelajaran PJOK.

Hasil Pelaksanaan Siklus II

Kegiatan observasi dilakukan selama pelaksanaan siklus II dalam dua pertemuan. Hasil observasi menunjukkan bahwa selama kegiatan pembelajaran, terdapat peningkatan motivasi belajar siswa dengan penerapan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL). Peningkatan motivasi belajar ini memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Berdasarkan hasil pengamatan dan penilaian yang dilakukan pada pertemuan pertama dan kedua dalam siklus II, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa telah meningkat. Berdasarkan data, dapat dilihat bahwa persentase motivasi belajar pada mata

pelajaran PJOK untuk dimensi pertama, yaitu “Perhatian,” mencapai 86% dari siswa yang terlibat. Pada dimensi kedua, yaitu “Ketekunan,” sebanyak 91% siswa menunjukkan motivasi, sedangkan pada dimensi ketiga, yaitu “Keterlibatan,” sebanyak 83% siswa secara aktif terlibat dalam pembelajaran PJOK. Dibandingkan dengan data pada siklus I, terdapat peningkatan motivasi belajar siswa pada siklus II.

Pembahasan

Hasil belajar siswa ditentukan oleh motivasi belajar siswa. Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi, sementara siswa yang kurang memiliki motivasi belajar cenderung memiliki tingkat keberhasilan belajar yang lebih rendah. Tingkat motivasi menentukan tingkat usaha dan antusiasme yang dikeluarkan seseorang dalam suatu kegiatan. Tentu saja, tingkat antusiasme juga menentukan hasil yang dicapai (Yogi Fernando et al., 2024).. Sebelum penerapan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL), beberapa siswa kelas IX Kebanggaan mengalami kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Hal ini disebabkan oleh proses pembelajaran yang cenderung pasif dan kurang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan masing-masing individu. Dengan penerapan pendekatan TaRL, pembelajaran dirancang berdasarkan tingkat kemampuan, kebutuhan, dan prestasi siswa. Pendekatan ini membantu siswa memahami materi dengan lebih baik dan mengurangi kesenjangan pembelajaran. Pendekatan TaRL mendorong siswa untuk lebih aktif dalam kegiatan belajar, menciptakan suasana belajar yang inklusif dan responsif terhadap kebutuhan mereka, serta memperkuat interaksi antara guru dan siswa. Akibatnya, motivasi belajar siswa meningkat, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan hasil belajar mereka.

SIMPULAN

Pendekatan Teach at the Real Level (TaRL) adalah metode yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada peningkatan semangat belajar, tetapi juga memastikan bahwa pembelajaran yang diberikan sesuai dengan minat, kemampuan, dan kebutuhan individu siswa. Dengan menerapkan TaRL, guru dapat menyesuaikan materi dan strategi pembelajaran agar lebih relevan dengan tingkat kemampuan siswa, sehingga mereka dapat belajar dengan cara yang lebih tepat dan efektif. Dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), terdapat berbagai faktor yang dapat menghambat motivasi belajar siswa, seperti kurangnya minat terhadap materi, ketidakmampuan mengikuti ritme pembelajaran, atau kurangnya variasi dalam aktivitas yang dilakukan. Jika faktor-faktor penghambat ini tidak ditangani dengan baik, motivasi belajar siswa cenderung menurun, yang pada gilirannya mempengaruhi hasil belajar mereka.

Oleh karena itu, penting bagi guru tidak hanya mengandalkan satu metode pengajaran, tetapi juga menerapkan model pembelajaran yang beragam dan menarik untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut. Pendidik atau guru harus memiliki kemampuan untuk merancang dan mengembangkan model pembelajaran yang fleksibel, sesuai dengan minat dan karakteristik siswa. Hal ini berarti guru harus memahami dengan baik kebutuhan belajar setiap siswa, baik dari segi kemampuan fisik, minat, maupun aspek psikologis mereka. Dengan demikian, pembelajaran akan menjadi lebih relevan dan lebih mampu memotivasi siswa untuk aktif terlibat dalam setiap kegiatan yang dilakukan. Ketika model pembelajaran disesuaikan dengan preferensi dan potensi siswa, mereka akan lebih termotivasi untuk berpartisipasi, belajar dengan lebih giat, dan mendapatkan pengalaman yang lebih menyenangkan dan bermakna dalam pembelajaran PJOK. Dengan demikian, hasil belajar yang diharapkan dapat dicapai secara lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Citra Beauty, T. R., Nurhasan, N., & Syam Tuasikal, A. R. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Permainan Sirkuit Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(2), 499–507. <https://doi.org/10.58258/jime.v6i2.1499>
- Kapti, J., & Winarno, M. E. (2022). Hubungan Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas SMP: Literature Review. *Sport Science and Health*, 4(3), 258–267. <https://doi.org/10.17977/um062v4i32022p258-267>
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/JARTIKA.V3I2.268>
- Penelitian, J., Ketut, N., Suarti, A., & Astuti, F. H. (2023). Jurnal Teknologi Pendidikan : dalam Meningkatkan Kemampuan Literasi Numerasi Anak Jurnal Teknologi Pendidikan : Pendahuluan Istilah teaching at the right level (TaRL) sebetulnya dikenalkan pertama kali oleh kurang . Negara-negara lain juga telah mengemb. 8(2), 470–479.
- Prof., D. sugiyono. (2011). prof. dr. Sugiyono, metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d. intro (PDFDrive).pdf. In Bandung Alf (p. 143).
- Ridzky Aryandi, M., & Usman, A. (2024). Global Journal Sport Peningkatan Motivasi Belajar Peserta Didik Dengan Menggunakan Pendekatan Teaching at The Right Level Pada Mata Pelajaran PJOK. 2, 1–8.
- Salahudin, S., Ewan Irawan, & 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://doi.org/10.59923/champions.v2i1.91>
- Yogi Fernando, Popi Andriani, & Hidayani Syam. (2024). Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *ALFIHRIS: Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 2(3), 61–68. <https://doi.org/10.59246/alfihris.v2i3.843>