MAJALAH LONTAR
Universitas PGRI Semarang
DOI: [DOI]

ISSN: 2654-458X
Vol. 37, No 2 Desember 2025
Hal: 262 - 266

Meningkatkan Minat Dan Partisipasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran Sepak Bola Melalui Pendekatan Berdiferensiasi Kelas Xi 8 SMA Negeri 3 Semarang

Achila Jelang Passasti[1], Fajar Ari Widiyatmoko[2], Ibnu Fathku Royana[3], Budiyono[4]

[1]PJKR, PPG Prajabatan, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur, 50232
[2]PJKR, PPG Prajabatan, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur, 50232
[3]PJKR, PPG Prajabatan, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur, 50232
[4]SMA N 3 Semarang, Semarang, Indonesia, 50125

[1]achilapassasti.13@gmail.com 1
[2]fajarariwidiyatmoko@upgris.ac.id 2
[3]ibnufatkhuroyana@gmail.com 3
[1]budiyono.smaga@gmail.com 4

ABSTRAK

Pembelajaran sepak bola dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMA Negeri 3 Semarang menunjukkan rendahnya minat dan partisipasi siswa, yang ditandai dengan hanya sebagian kecil siswa yang aktif mengikuti pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan minat dan partisipasi peserta didik melalui penerapan pendekatan berdiferensiasi yang disesuaikan dengan minat, kesiapan, dan gaya belajar siswa. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pada setiap siklus, dilakukan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Data diperoleh melalui observasi, angket, dokumentasi, dan tes praktik. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam partisipasi siswa. Pada kondisi awal, hanya 30% siswa tergolong aktif. Setelah penerapan pendekatan berdiferensiasi, terjadi peningkatan menjadi 47% pada siklus I dan 71% pada siklus II. Minat belajar juga meningkat yang terlihat dari peningkatan skor rata-rata angket siswa dari kategori sedang menjadi tinggi. Penerapan pembelajaran yang memperhatikan perbedaan karakteristik siswa, serta pemberian umpan balik yang membangun, menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan inklusif. Kesimpulannya, pendekatan berdiferensiasi terbukti efektif dalam meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran sepak bola, serta mendukung pencapaian tujuan pembelajaran PJOK secara optimal.

Kata kunci: pembelajaran sepak bola, minat belajar, partisipasi siswa, pendekatan berdiferensiasi, PJOK

ABSTRACT

The learning of football in Physical Education at SMA Negeri 3 Semarang revealed a low level of student interest and participation, with only a small portion of students actively engaged in class activities. This study aimed to enhance students' interest and participation by implementing a differentiated instructional approach tailored to their interests, readiness, and learning styles. The research employed a Classroom Action Research method conducted in two cycles, involving the stages of planning, implementation, observation, and reflection. Data were collected through observation, questionnaires, documentation, and practical tests. The findings demonstrated a significant improvement in student engagement. Initially, only 30% of students were categorized as active participants. After the application of differentiated learning, this figure increased to 47% in the first cycle and reached 71% in the second cycle. Student interest also improved, as shown by the increase in the average score of the interest questionnaire from a moderate to a high category. The use of learning strategies that accommodated individual differences, along with constructive feedback from the teacher, created a more inclusive and enjoyable learning environment. In conclusion, the differentiated instruction approach proved to be effective in increasing students' interest and participation in football learning, supporting the achievement of physical education objectives more optimally.

Keywords: football learning, student interest, student participation, differentiated instruction, physical education

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) adalah bagian penting dalam pendidikan di sekolah. Mata pelajaran ini tidak hanya membantu siswa menjadi lebih sehat dan bugar, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai penting seperti kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab. Salah satu materi dalam PJOK yang banyak diajarkan adalah permainan sepak bola. Sepak bola menjadi olahraga yang populer dan banyak digemari siswa, terutama karena melibatkan kerja tim dan gerak aktif yang menyenangkan.

Namun, kenyataannya tidak semua siswa tertarik untuk mengikuti pembelajaran sepak bola di sekolah. Di beberapa kelas, guru sering mendapati siswa kurang bersemangat, pasif, atau bahkan tidak ikut serta dalam kegiatan. Hal ini juga terjadi di kelas XI-8 SMA Negeri 3 Semarang, di mana hanya sebagian kecil siswa yang aktif dalam pelajaran sepak bola. Sementara itu, sebagian besar lainnya terlihat kurang tertarik dan enggan berpartisipasi. Penyebabnya beragam, mulai dari rasa tidak percaya diri, perbedaan kemampuan fisik, hingga pembelajaran yang dianggap membosankan.

Selama ini, guru sering menggunakan metode drill atau latihan teknik yang sama untuk semua siswa. Metode ini memang bagus untuk melatih keterampilan dasar, tetapi jika digunakan terus-menerus tanpa variasi, siswa bisa merasa bosan. Selain itu, pendekatan yang sama untuk semua siswa tidak selalu efektif karena tiap siswa memiliki kebutuhan dan kemampuan yang berbeda. Siswa yang sudah mahir akan cepat menangkap pelajaran, sementara siswa yang belum paham bisa merasa tertinggal dan akhirnya tidak semangat belajar (Fitriyani, 2020)

Salah satu solusi untuk mengatasi masalah ini adalah dengan menerapkan pendekatan pembelajaran berdiferensiasi**.** Pendekatan ini berarti guru menyesuaikan cara mengajar sesuai dengan minat, kemampuan, dan gaya belajar siswa. Jadi, setiap siswa belajar sesuai dengan kebutuhannya. Misalnya, siswa yang baru belajar teknik dasar diberikan latihan yang sederhana, sementara yang sudah mahir diberi tantangan yang lebih kompleks. Selain itu, guru juga bisa memberikan pilihan aktivitas yang sesuai dengan gaya belajar siswa, seperti belajar dengan gerakan (kinestetik), gambar (visual), atau suara (auditori) (Tomlinson, 2014).

Penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berdiferensiasi dapat meningkatkan semangat dan partisipasi siswa dalam PJOK. Dengan pendekatan ini, siswa merasa lebih diperhatikan dan dihargai. Mereka tidak takut salah karena diberi kesempatan untuk belajar sesuai kemampuannya. Studi oleh Nurhadi (2021) misalnya, menyebutkan bahwa pendekatan diferensiasi dalam permainan bola besar dapat meningkatkan keterlibatan siswa hingga 85%.

Selain itu, pendekatan ini juga membantu siswa untuk lebih percaya diri dan mau bekerja sama dengan teman dalam kelompok. Dengan suasana belajar yang menyenangkan dan tidak menegangkan, siswa akan lebih semangat mengikuti pelajaran, termasuk pelajaran sepak bola. Pendekatan ini juga sejalan dengan Kurikulum Merdeka yang mendorong guru untuk memperhatikan perbedaan karakter siswa agar pembelajaran menjadi lebih bermakna (Rahmawati & Nugraheni, 2022)

Melalui Penelitian Tindakan Kelas ini, penulis ingin membuktikan bahwa pendekatan berdiferensiasi dapat meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran sepak bola. Dengan pendekatan yang tepat, diharapkan semua siswa, baik yang mahir maupun yang masih belajar, dapat merasakan manfaat dari pelajaran PJOK secara menyeluruh dan menyenangkan.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* yang bertujuan untuk memperbaiki kualitas pembelajaran sepak bola dengan meningkatkan minat dan partisipasi siswa melalui pendekatan berdiferensiasi. Model PTK yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas empat tahap, yaitu: perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), observasi (observing), dan refleksi (reflecting)**.** Keempat tahapan tersebut dilakukan secara berulang dalam dua siklus untuk memperoleh perbaikan yang berkelanjutan (Kemmis & McTaggart, 2014)

Penelitian ini dilaksanakan di kelas XI 8 SMA Negeri 3 Semarang, yang terdiri atas 36 siswa, dengan komposisi 18 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan. Lama waktu penelitian yakni sebanyak dua siklus dengan materi sepak bola. Berdasarkan hasil observasi awal, mayoritas siswa belum

menunjukkan minat tinggi dan partisipasi aktif dalam pembelajaran sepak bola. Fokus tindakan adalah meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran sepak bola melalui pendekatan berdiferensiasi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas kolaboratif, di mana peneliti yang juga berperan sebagai guru PJOK bekerja sama dengan guru mitra sebagai kolaborator. Kolaborator membantu dalam proses pengamatan selama pembelajaran berlangsung serta ikut merefleksikan hasil pembelajaran bersama peneliti. Desain ini memungkinkan adanya evaluasi berkelanjutan dan perbaikan praktik pembelajaran yang sistematis.

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan beberapa teknik yaitu:

1. Observasi: Observasi digunakan untuk mengamati tingkat partisipasi siswa selama pembelajaran sepak bola berlangsung. Teknik ini dilakukan secara langsung di kelas dengan menggunakan lembar observasi yang telah disusun berdasarkan indikator keterlibatan siswa, seperti antusiasme, kerjasama, konsentrasi, dan keterlibatan fisik.
2. Tes Praktik: Digunakan untuk menilai keterampilan siswa dalam melakukan teknik tolak peluru, meliputi fase awalan, posisi tolak, dorongan, dan pendaratan. Penilaian dilakukan menggunakan rubrik yang telah disusun berdasarkan indikator keterampilan motorik.
3. Dokumentasi: Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data pendukung berupa foto, video, dan catatan hasil pembelajaran yang terjadi selama proses tindakan berlangsung.

Instrumen penelitian terdapat beberapa cara yaitu:

1. Lembar Observasi Aktivitas Siswa: Mencakup aspek keaktifan saat latihan, kerja sama dalam tim, ketekunan menyelesaikan tugas, dan keberanian mencoba teknik baru.
2. Lembar Observasi Aktivitas Guru: Untuk menilai konsistensi guru dalam menerapkan pendekatan berdiferensiasi.
3. Angket Minat Belajar Sepak Bola: Disusun dalam bentuk skala 1–4 dengan aspek: ketertarikan materi, kesiapan belajar, dan keaktifan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan minat dan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran sepak bola melalui pendekatan berdiferensiasi. Analisis data yang dilakukan dengan menggambarkan data secara naratif berdasarkan hasil observasi, catatan lapangan, dan angket yang telah dikumpulkan selama proses pembelajaran.

Indikator keberhasilan penelitian ini dikatakan berhasil apabila: (1) terjadi peningkatan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran sepak bola secara klasikal minimal mencapai 75%; (2) terdapat peningkatan minat siswa terhadap pembelajaran sepak bola berdasarkan hasil angket dari siklus I ke siklus II; dan (3) terjadi peningkatan keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran berdasarkan hasil observasi.

Media dan bahan ajar pembelajaran yang digunakan adalah alat bantu pembelajaran sepak bola yang dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan dan tingkat kemampuan siswa, seperti penggunaan bola dengan ukuran dan berat berbeda, rintangan sederhana, serta variasi permainan kecil. Penggunaan alat bantu dan strategi ini bertujuan untuk menyesuaikan pembelajaran dengan kebutuhan, minat, dan kesiapan siswa agar mereka lebih tertarik, percaya diri, dan aktif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran sepak bola.

Peran peneliti dalam penelitian ini, peneliti berperan sebagai guru yang melaksanakan tindakan pembelajaran sekaligus sebagai pengamat bersama guru kolaborator. Kolaborator bertugas memberikan masukan, membantu melakukan observasi, dan berperan dalam proses refleksi. Kolaborasi ini bertujuan untuk meningkatkan validitas pelaksanaan tindakan dan akurasi dalam analisis hasil penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran sepak bola dengan menggunakan pendekatan berdiferensiasi. Kegiatan dilaksanakan dalam dua siklus

dengan tahap-tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam hal keterlibatan siswa.

Sebelum tindakan dilakukan, guru terlebih dahulu mengamati kondisi awal pembelajaran sepak bola di kelas XI-8 SMA Negeri 3 Semarang. Hasil observasi menunjukkan bahwa hanya 30% siswa yang tergolong aktif dalam mengikuti pembelajaran, 20% cukup aktif, dan 50% lainnya kurang aktif. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa tampak kurang tertarik dan kurang terlibat dalam proses pembelajaran sepak bola. Salah satu penyebab utama dari rendahnya partisipasi siswa adalah pendekatan pembelajaran yang digunakan sebelumnya bersifat seragam, yaitu metode *drill* yang cenderung monoton dan membosankan bagi sebagian siswa, sehingga tidak mampu mengakomodasi perbedaan kebutuhan dan minat siswa secara optimal.

Pada pelaksanaan Siklus I, pendekatan berdiferensiasi mulai diterapkan dengan mempertimbangkan minat dan kesiapan siswa. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan partisipasi dalam pembelajaran, dengan 47% siswa tergolong aktif, 29% cukup aktif, dan 24% masih kurang aktif. Peningkatan ini terjadi karena guru mulai membagi siswa berdasarkan tingkat kemampuan dan minat mereka, lalu memberikan latihan dan tugas yang sesuai dengan kelompok masing-masing. Meskipun terjadi peningkatan, sebagian siswa masih tampak pasif, yang diduga karena pendekatan pembelajaran belum sepenuhnya menyesuaikan dengan gaya belajar mereka, seperti gaya belajar visual, auditori, dan kinestetik.

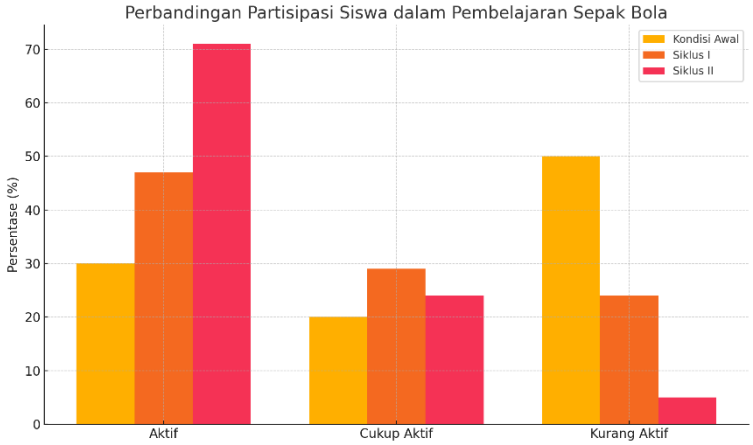
Setelah melakukan refleksi terhadap pelaksanaan Siklus I, guru melakukan perbaikan pada Siklus II dengan menambahkan strategi pembelajaran berdasarkan gaya belajar siswa. Hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam partisipasi siswa. Sebanyak 71% siswa aktif dalam pembelajaran, 24% cukup aktif, dan hanya 5% yang masih kurang aktif. Pembelajaran menjadi lebih menarik dan bermakna bagi siswa karena disesuaikan dengan cara belajar mereka. Siswa menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi, rasa percaya diri meningkat, serta keterlibatan dalam kerja sama kelompok juga membaik. Selain itu, guru juga memberikan umpan balik yang lebih personal dan membangun, sehingga siswa merasa lebih dihargai dan diperhatikan selama proses pembelajaran berlangsung.

Tabel dibawah ini merupakan perbandingan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran sepak bola dari kondisi awal sampai ke siklus II:

Kategori	Kondisi Awal (%)	Siklus I (%)	Siklus II (%)
Aktif	30%	47%	71%
Cukup Aktif	20%	29%	24%
Kurang Aktif	50%	24%	5%

Tabel 1. Perbandingan Minat dan Partisipasi Siswa dalam Sepak Bola

Diagram berikut menggambarkan peningkatan minat dan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran sepak bola dari kondisi awal ke siklus II:



Gambar 1. Diagram Peningkatan Minat dan Partisipasi Siswa dalam Sepak Bola

Hasil ini memperkuat teori (Tomlinson, 2014) bahwa pembelajaran berdiferensiasi yang memperhatikan minat, kesiapan, dan gaya belajar siswa dapat meningkatkan keterlibatan peserta

didik. Penelitian ini juga sejalan dengan hasil studi Nurhadi (2021) yang menyebutkan bahwa penerapan strategi berdiferensiasi mampu meningkatkan partisipasi hingga lebih dari 80%.

Selain itu, menurut Hattie dan Timperley (2007), pemberian umpan balik yang membangun memiliki pengaruh besar terhadap motivasi dan kinerja siswa dalam pembelajaran. Hal ini terbukti dalam penelitian ini, di mana siswa menjadi lebih aktif saat mereka mendapat arahan yang positif dari guru.

Implikasi praktisnya, guru PJOK perlu lebih adaptif dalam merancang pembelajaran, terutama untuk materi permainan seperti sepak bola yang membutuhkan kolaborasi dan kepercayaan diri. Strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik siswa terbukti tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik, tetapi juga aspek sosial-emosional siswa.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di kelas XI-8 SMA Negeri 3 Semarang, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan berdiferensiasi dalam pembelajaran sepak bola secara efektif mampu meningkatkan minat dan partisipasi peserta didik. Pada kondisi awal sebelum tindakan, hanya 30% siswa yang aktif mengikuti pembelajaran, 20% cukup aktif, dan 50% kurang aktif. Setelah penerapan pendekatan berdiferensiasi berdasarkan minat dan kesiapan pada Siklus I, terjadi peningkatan: 47% siswa aktif, 29% cukup aktif, dan 24% masih kurang aktif. Namun, beberapa siswa masih menunjukkan keterlibatan yang rendah karena gaya belajar mereka belum sepenuhnya diakomodasi. Oleh karena itu, pada Siklus II dilakukan perbaikan dengan menambahkan diferensiasi berdasarkan gaya belajar (visual, auditori, kinestetik) serta meningkatkan kualitas umpan balik dari guru. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan: 71% siswa aktif, 24% cukup aktif, dan hanya 5% yang kurang aktif. Dari hasil angket minat siswa, skor rata-rata meningkat dari 69 pada Siklus I (kategori sedang) menjadi 82 pada Siklus II (kategori tinggi). Selain itu, aspek keterlibatan siswa dalam pembelajaran seperti keberanian mencoba teknik dasar, kerja sama dalam kelompok, ketekunan dalam latihan, serta partisipasi dalam refleksi dan diskusi juga menunjukkan peningkatan skor dari 3 menjadi 4 dalam skala 1–4. Temuan ini membuktikan bahwa pendekatan berdiferensiasi yang mempertimbangkan minat, kesiapan, dan gaya belajar peserta didik dapat menciptakan suasana pembelajaran yang lebih inklusif, menyenangkan, dan bermakna, serta mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa secara menyeluruh dalam pembelajaran PJOK, khususnya materi sepak bola.

DAFTAR PUSTAKA

Fitriyani, N. (2020). Pengaruh strategi pembelajaran terhadap minat belajar PJOK siswa SMA. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan*, *5*(1), 12–20.

Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, *77*(1), 81–112.

Kemmis, S., & McTaggart, R. (2014). he Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research. *Springer*.

Nurhadi, M. (2021). Implementasi pembelajaran berdiferensiasi dalam permainan bola besar untuk meningkatkan partisipasi siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *9*(1), 23–30.

Rahmawati, Y., & Nugraheni, A. (2022). Strategi pembelajaran berdiferensiasi dalam konteks kurikulum merdeka belajar. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, *8*(2), 102–110.

Tomlinson, C. A. (2014). The Differentiated Classroom: Responding to the Needs of All Learners (2nd ed.). *ASCD*.