

## Pengaruh Model Pembelajaran *Sport Education Model* (SEM) Terhadap Peningkatan *Life Skill* Siswa Kelas X Pm I Di Smk Plus Al-Azhar

Bisma Muhammad Zakariya<sup>1</sup>, Aris Risyanto<sup>2</sup>, R. Dadan Pra Rudiana<sup>3</sup>

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Subang<sup>1,2,3</sup>

bismamzakariya04@gmail.com<sup>1\*</sup>, arisrisyanto@unsub.ac.id<sup>2</sup>, dadan\_prarudiana@unsub.ac.id<sup>3</sup>

\*Corresponding Author

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh model pembelajaran *sport education model* terhadap peningkatan *life skill* dalam mata pelajaran pendidikan jasmani kelas X PM I di sekolah SMK Plus Al-Azhar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani. populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas X PM (Pemasaran) SMK Plus Al-Azhar adapun rincian populasi kelas ini adalah X PM I berjumlah 42 siswa dan PM II berjumlah 39 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan total sampling. Metode yang digunakan penelitian ini adalah Metode Eksperimen (quasi experiment) dengan pendekatan kuantitatif. Design ini adalah *non-equivalent comparison-group*. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil pembelajaran *Sport Education Model*  $0,000 < 0,05$  dan hasil pembelajaran langsung  $0,000 < 0,05$  dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh model pembelajaran *Sport Education model* terhadap peningkatan *life skill* dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani kelas X PM I di SMK PLUS AL-AZHAR. berdasarkan perhitungan SPSS, nilai rata-rata Gain Score penggunaan model pembelajaran *Sport Education Model* sebesar 21,27 dan penggunaan model pembelajaran langsung sebesar 18,64. Dengan nilai F sebesar 67,201 dan nilai Sig. Sebesar 0,000. Hasil analisis statistik *One Way Anova* adalah  $0,000 < 0,05$  atau  $F_{hitung} 67,201 > 3,11$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara penerapan pembelajaran *Sport Education Model* dibandingkan dengan pembelajaran langsung terhadap peningkatan *life skill* siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani siswa di SMK PLUS AL-AZHAR.

**Kata Kunci:** *Life Skill*; Pendidikan Jasmani; *Sport Education Model*

### Abstract

This research aims to determine whether the sports education learning model has an impact on enhancing life skills in physical education subjects in Class X PM I at the Al-Azhar Vocational School Plus. The population in this study is students of the class. The sampling technique in the research used total sampling. The method used in this research is the experimental method (quasi-experimental) with a quantitative approach. This design is an unequal comparison group. The results of this research show that the learning outcomes of the Sports Education Model are  $0.000 < 0.05$  and the direct learning outcomes are  $0.000 < 0.05$ , thus  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. This shows that there is an influence of the Sport Education learning model on improving life skills in the Physical Education subject class X PM I at SMK PLUS AL-AZHAR. Based on SPSS calculations, the average Gain Score value for using the Sport Education Model learning model is 21.27, and using the direct learning model is 18.64. With an F value of 67.201 and a Sig. Of 0,000. The results of One Way ANOVA statistical analysis are  $0.000 < 0.05$  or  $F_{count} 67.201 > 3.11$ . So, it can be concluded that there is a difference in the influence between the application of the Sports Education Model learning compared to direct learning on improving students' life skills in Physical Education subjects at SMK PLUS AL-AZHAR.

**Keywords:** *Life Skills*; *Physical Education Learning*; *Sport Education Model*

Diterima (30 April 2024)

Disetujui (25 Februari 2025)

Dipublikasikan (30 Oktober 2025)

## PENDAHULUAN

Rasisme dan diskriminasi masih menjadi isu yang kerap muncul di berbagai penjuru dunia. Praktik diskriminatif kerap dimanfaatkan sebagai alat politik untuk menyudutkan kelompok tertentu melalui intoleransi dan ujaran kebencian, yang pada akhirnya menimbulkan perpecahan dalam masyarakat. Amerika Serikat dikenal sebagai salah satu negara dengan tingkat diskriminasi rasial yang cukup tinggi terhadap kelompok ‘berkulit berwarna’. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 40 Tahun 2008 tentang Penghapusan Diskriminasi Ras dan Etnis, diskriminasi rasial dapat diartikan sebagai tindakan yang mendiskriminasi individu atau kelompok berdasarkan ras, bangsa, suku, maupun agama, serta mencerminkan penghinaan melalui pelabelan stereotip terkait perbedaan warna kulit, ciri fisik, maupun kepercayaan (Hasnaa, 2023). Sebuah sekolah dasar di New York, Amerika Serikat, menjadi target tindakan rasis oleh sekelompok pihak. Insiden tersebut terjadi beberapa bulan setelah penunjukan Dr. Casey Parker, seorang kepala sekolah berkulit hitam. Sekolah Dasar Forts Ferry, yang terletak di negara bagian New York, mengalami aksi vandalisme yang diduga bermotif rasial pada tanggal 29 hingga 30 Oktober 2022 (iNews.id, n.d.).

Sungguh ironis pada Agustus 2019, sebuah organisasi masyarakat menyerang asrama mahasiswa Papua di Surabaya, menuduh mereka membuang bendera ke selokan sebelum perayaan kemerdekaan, dan menghina dengan kata-kata seperti “monyet,” “anjing,” “binatang,” dan “babi.” Insiden ini mendorong orang Papua turun ke jalan memprotes tindakan diskriminatif itu di beberapa kota. Ironisnya, beberapa peserta aksi tersebut lalu justru ditangkap atas tuduhan makar (Amnesty International, n.d.). Oleh karena itu, setiap manusia harus memiliki *life skill* Definisi kecakapan hidup (life skills) menurut World Health Organization (WHO) adalah kemampuan untuk berperilaku yang adaptif dan positif yang membuat seseorang dapat menyelesaikan kebutuhan dan tantangan sehari-hari dengan efektif (Agus Hasbi Noor, 2015).

Life skill berkaitan erat dengan kecakapan atau kemampuan yang diperlukan seseorang agar menjadi independen dalam kehidupan. Kecakapan hidup merupakan kecakapan yang dimiliki seseorang untuk berani menghadapi problema hidup dan kehidupan dengan dengan wajar tanpa merasa tertekan, kemudian secara proaktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi sehingga akhirnya mampu mengatasinya (Prasetyo, 2020). Pendidikan adalah upaya sadar yang dilakukan dengan tujuan pembelajar dapat mencapai tujuan tertentu. Agar pembelajar dapat mencapai tujuan pendidikan yang telah ditentukan, dibutuhkan bantuan dari seluruh elemen masyarakat untuk ikut proaktif dalam mensukseskan pendidikan (Widiawati et al., n.d.). Dalam pendidikan peserta didik dilatih dalam keterampilan mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa. Menurut (Wahyuni & Indrasari, 2017) pendidikan life skill merupakan pendidikan yang berorientasi untuk membekali keterampilan peserta didik yang menyangkut ranah pengetahuan dan sikap, serta kecakapan yang berkaitan dengan pengembangan peserta didik. Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang berperan dalam membekali peserta didik dengan keterampilan hidup. Mata pelajaran ini menitikberatkan pada pendekatan pendidikan yang holistik, mencakup kesehatan, kebugaran fisik, kemampuan berpikir kritis, kestabilan emosi, keterampilan sosial, serta pengembangan penalaran dan tindakan yang bermuatan moral.

Salah satu model yang mengajarkan *life skill* adalah Sport education yang sebelumnya diberi nama *play education* (Jewett & Bain, 1985) dikembangkan oleh Siedentop. Model ini bersumber pada Subject Mater, dengan berorientasi pada nilai Disciplinary Mastery, dan merujuk pada model kurikulum Sport Socialization. *Sport Education Model* (SEM) merupakan salah satu model pembelajaran yang melibatkan siswa sebagai peran utama dalam pembelajaran. Siswa terjun langsung dalam proses pembelajaran, siswa tidak hanya duduk diam di kelas. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMK PLUS AL-AZHAR juga diperkuat oleh pernyataan dari kepala sekolah menemukan masalah bahwa masih rendahnya tingkat disiplin para siswa, masih terjadi tawuran antar

pelajar, berkata kasar dan siswa masih kurang dalam memperhatikan guru saat mengajar. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti ingin mengatasi masalah dengan “Pengaruh Model Pembelajaran *Sport Education Model* (SEM) Terhadap Peningkatan *Life Skill* Siswa Kelas X PM I di SMK AL-AZHAR”.

## METODE

Metode yang digunakan penelitian ini adalah Metode Eksperimen (Quasy Eksperimen) dengan pendekatan kuantitatif, hal ini disebabkan karena dalam penelitian ini fokus kajian dan pengukuran adalah pada aspek perilaku yang hasilnya berupa angka dengan menggunakan kelas kontrol sebagai pembanding. Design ini adalah *non-equivalent comparison-group*, yang berarti masing-masing kelompok diberi *treatment* yang berbeda. Akan tetapi tetap menggunakan *Pretest and Posttest*.

**Tabel 1. Model Design Fraenkel**

			Pretest	Treatment	Posttest	
1.						
2.	Experimental Group	R	O <sub>1</sub>	X <sub>1</sub>	O <sub>2</sub>	
Sumber (Uslu 2016)	Control Group	R	O <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	O <sub>2</sub>	: et al.,

Keterangan:

R: Random

O<sub>1</sub>: *Pre-test*

O<sub>2</sub>: *Post-test*

X<sub>1</sub>: *Sport Education Model* (SEM)

X<sub>2</sub>: Model Pembelajaran Langsung

Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan terdiri dari dua kelas, yakni kelas XII MIPA 6 sebagai kelas eksperimen yang beranggotakan 34 siswa, dan kelas XII MIPA 7 sebagai kelas kontrol dengan jumlah 33 siswa. Dengan demikian, total jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 67 siswa.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari seluruh siswa kelas X PM (Pemasaran) di SMK Plus Al-Azhar yang berjumlah 81 orang. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik total sampling, yaitu metode di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini sama dengan jumlah populasinya. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya (Sakti, 2017).

Masing-masing kelompok diberikan perlakuan sebanyak 14 kali pertemuan. Program yang menggunakan model pembelajaran *Sport Education Model* adalah kelompok eksperimen sedangkan kelompok kontrol menggunakan model pembelajaran langsung. Untuk perbedaan program kedua kelompok penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Program Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

No	Kegiatan	Tahapan Life Skill	Kelompok Eksperimen (SEM)	Kelompok Kontrol (Konvensional)
			Pretest	
1.	Pendahuluan	Perencanaan	Penetapan tujuan pembelajaran Perencanaan cara belajar yang tepat <i>Life Skill</i>	Penjelasan tujuan pembelajaran
2.	Inti	Kinerja atau kontrol kehendak	Musim (season) Afiliasi Kompetisi Puncak pertandingan Catatan hasil Perayaan hasil	Melihat demonstrasi Mengikuti intruksi guru Melakukan tugas gerak
3.	Penutup	Refleksi Diri	Evaluasi diri	Diskusi tanya jawab
			Posttest	

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh model pembelajaran *sport education model* terhadap peningkatan *life skill* dalam mata pelajaran pendidikan jasmani kelas X PM I di sekolah SMK Plus Al-Azhar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Setelah diketahui data hasil pre-test dan post-test dalam penelitian ini kemudian langkah berikutnya yaitu membandingkan hasil akhir dari kedua uji coba tersebut. Hasil data deskriptif akan disajikan di bawah ini:

**Tabel 3. Data Deskriptif**

	N	Minimum	Maksimal	Mean	Std. Deviation
Nilai Pretest Eksperimen	42	67	97	79,48	7,856
Nilai Posttest Eksperimen	42	74	113	97,02	8,047
Nilai Pretest Kontrol	39	65	90	78,18	6,770
Nilai Posttest Kontrol	39	73	106	93,77	7,289

Berdasarkan data deskriptif pada tabel di atas, diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan menggunakan model *Sport Education Model* (SEM), rata-rata nilai siswa sebesar 79,48, dengan nilai minimum 67, nilai maksimum 97, dan standar deviasi sebesar 7,856. Sementara itu, pada kelompok yang belum menerima perlakuan pembelajaran langsung, rata-rata skor siswa adalah 78,18, dengan skor minimum 65, skor maksimum 90, dan standar deviasi sebesar 6,770.

Setelah masing-masing kelompok memperoleh perlakuan, terjadi perubahan pada hasil yang diperoleh. Kelompok yang mendapatkan pembelajaran dengan model SEM mencatatkan rata-rata nilai sebesar 79,48, nilai minimum 74, nilai maksimum 113, serta standar deviasi 8,047. Sementara itu, kelompok yang mengikuti pembelajaran langsung memiliki rata-rata nilai sebesar 73, nilai minimum 73, nilai maksimum 106, dan standar deviasi sebesar 7,289.

### Uji Normalitas

Uji Shapiro-Wilk adalah uji normalitas di mana hipotesis sampel yang berasal dari populasi dengan distribusi normal diuji untuk menerima atau menolak. Ini dilakukan dengan membandingkan nilai Asymp. Sig. dengan 0,05; jika nilainya lebih besar dari 0,05, maka hipotesis dianggap normal atau ditolak.

**Tabel 4. Uji Normalitas**

Kelas	Shapiro-Wilk			
	Statistic	Df	Sig.	
Hasil_Belajar	Pre_Eksperimen	,962	42	,179
	Post_Eksperimen	,970	42	,333
	Pre_Kontrol	,962	39	,213
	Post_Kontrol	,963	39	,233

### Uji Homogenitas

Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan nilai *Sig.* lebih besar dari 0,05. Hasil uji homogenitas menggunakan *Levene* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 5. Uji Homogenitas**

Kelompok	Nilai	Informasi
Eksperimen	0,720	Homogen
Kontrol	0,974	Homogen

### Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data melalui prosedur statistika, hasil nilai signifikansi pada uji Paired Sample T test adalah  $0,000 < 0,05$  berarti terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan life skill siswa.

**Tabel 6. Uji Hipotesis**

		Paired Differences			95% Confidence		t	df	Sig. (2-tailed)
		Std. Deviation	Std. Error Mean	Interval of the Difference					
Pair 1	Pretest - Posttest	-17,548	9,898	1,527	-20,632	-14,463	-11,490	41	,000

Berdasarkan perhitungan SPSS, Dengan nilai F sebesar 67,201 dan nilai Sig. Sebesar 0,000. Hasil analisis statistik One Way Anova adalah  $0,000 < 0,05$  atau  $F_{hitung} 67,201 > 3,11$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara penerapan pembelajaran Sport Education Model dibandingkan dengan pembelajaran langsung terhadap peningkatan life skill siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani siswa di SMK PLUS AL-AZHAR.

**Tabel 7. Uji Hipotesis**

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	11415,023	3	3805,008	67,201	,000
Within Groups	8946,119	158	56,621		
Total	20361,142	161			

### Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data melalui prosedur statistika, hasil nilai signifikansi pada uji Paired Sample T test adalah  $0,000 < 0,05$  berarti terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan life skill siswa. Rerata pretest yang dihasilkan sebelum treatment pembelajaran Sport Education Model adalah 79,48 dan pada posstest meningkat menjadi 97,02. Terdapat pengaruh model pembelajaran Sport Education terhadap peningkatan life skill dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani kelas X PM I di SMK PLUS AL-AZHAR. Model pembelajaran sport education pada prinsipnya merupakan model yang menekankan pembelajaran yang berpusat pada siswa dan memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk terlibat secara aktif dalam pembelajaran olahraga. Hal tersebut sesuai dengan (Siedentop, 1998) mengatakan bahwa “SE is a curriculum and instruction model designed to provide authentic, educationally rich sport experiences for girls and boys in the context of school physical education”. Dengan kata lain bahwa model kurikulum ini didesain dalam rangka memberikan pengalaman nyata kepada siswa mengenai keterlibatan dalam aktivitas olahraga yang disesuaikan dengan konteks pendidikan jasmani di sekolah.

Berdasarkan perhitungan SPSS, nilai rata-rata Gain Score penggunaan model pembelajaran Sport Education Model sebesar 21,27 dan penggunaan model pembelajaran langsung sebesar 18,64. Dengan nilai F sebesar 67,201 dan nilai Sig. Sebesar 0,000. Hasil analisis statistik One Way Anova adalah  $0,000 < 0,05$  atau Fhitung  $67,201 > 3,11$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara penerapan pembelajaran Sport Education Model dibandingkan dengan pembelajaran langsung terhadap peningkatan life skill siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani siswa di SMK PLUS AL-AZHAR. Hasil penelitian lain yang hampir serupa yaitu Penelitian yang dilakukan oleh (Sukardi, 2022) yang berjudul Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bulu Tangkis melalui Penerapan Model Pembelajaran Langsung menyatakan bahwa penerapan Model Pembelajaran Langsung dalam pembelajaran PJOK materi Bulu Tangkis dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Penerapan model pembelajaran langsung selalu digunakan dalam menyampaikan pelajaran terutama pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Hal ini sengaja dilakukan mengingat kepada mata pelajaran pendidikan jasmani, menurut kebiasaan yang telah terjadi yaitu masih banyak menggunakan model lama seperti halnya dengan model ceramah atau demonstrasi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *Sport Education* berpengaruh positif terhadap peningkatan *life skill* dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani pada siswa kelas X PM I di SMK Plus Al-Azhar. Selain itu, terdapat perbedaan signifikan antara efektivitas model *Sport Education* dan pembelajaran langsung dalam meningkatkan *life skill* siswa pada mata pelajaran tersebut.

Penerapan model pembelajaran *Sport Education* terbukti memberikan dampak yang signifikan, khususnya dalam pengembangan *life skill* siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani di SMK Plus Al-Azhar. Model ini layak dipertimbangkan sebagai alternatif strategi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, karena menitikberatkan pada keterlibatan aktif siswa serta memberikan pengalaman belajar secara langsung yang bersifat praktis dan kontekstual.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Hasbi Noor. (2015). Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skill) Di Pondok Madrasah Dalam Meningkatkan Kemandirian Santri. *Jurnal Empowerment*, 3(1), 2. <http://ejournal.stkipsiliwangi.ac.id/index.php/empowerment/article/view/553>
- Amnesty International. (n.d.). *Rasisme dan HAM*. <https://www.amnesty.id/rasisme-dan-ham/>
- Hasnaa, A. Y. (2023). Isu Rasisme dalam Hubungan Internasional: Narasi “Asian Hate” dan Mispersepsi Amerika Serikat terhadap China di Tengah Pandemi Covid-19. *Journal of International Relations*, 9(1), 226–248.
- iNews.id. (n.d.). *Gegara Kepala Sekolah Kulit Hitam, SD Ini Jadi Sasaran Aksi Rasisme*. <https://www.inews.id/news/internasional/gegara-kepala-sekolah-kulit-hitam-sd-ini-jadi-sasaran-aksi-rasisme/1>
- Jewett, A. E., & Bain, L. L. (1985). The curriculum process in physical education. (*No Title*).
- Prasetyo, W. (2020). *Pengentasan kemiskinan melalui pemberdayaan wirausaha dan program life skill untuk meningkatkan produktivitas kelompok UPPKS Kalipakem Baru*.
- PRESIDEN REPUBLIK INDONESIA. (2003). *UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 20 TAHUN 2003 TENTANG SISTEM PENDIDIKAN NASIONAL*. [file:///C:/Users/ASUS/Downloads/2019\\_11\\_12-03\\_49\\_06\\_9ab7e1fa524ba603bc2cdbeb7bff93c3.pdf](file:///C:/Users/ASUS/Downloads/2019_11_12-03_49_06_9ab7e1fa524ba603bc2cdbeb7bff93c3.pdf)
- Sakti, B. P. I. (2017). Hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan keterampilan

- menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 3(02).
- Siedentop, D. (1998). What is sport education and how does it work? *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 69(4), 18–20.
- Sukardi, S. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bulu Tangkis melalui Penerapan Model Pembelajaran Langsung. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 2(1), 20–26.
- Wahyuni, S., & Indrasari, D. Y. (2017). Implementasi pendidikan life skill di SMK Negeri 1 Bondowoso. *Jurnal Edukasi*, 4(1), 24–29.