

## **Mengembangkan Keterampilan Sosial melalui Model Pembelajaran Kooperatif dalam Pendidikan Jasmani**

**Budiman<sup>1</sup>, Erick Burhaein<sup>2</sup>, Ruslan Rusmana<sup>3</sup>**

<sup>1,3</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Pasundan

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen

e-mail: [budiimann13@gmail.com](mailto:budiimann13@gmail.com)

### **Abstrak**

Pembelajaran kooperatif merupakan suatu metode pembelajaran yang melibatkan siswa secara aktif dalam proses belajar. Dalam model pembelajaran ini, siswa bekerja sama dalam kelompok kecil dan saling membantu dalam belajar. Penggunaan metode ini dapat meningkatkan prestasi belajar siswa sekaligus dapat meningkatkan kemampuan hubungan sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana model pembelajaran kooperatif dalam pendidikan jasmani mempengaruhi keterampilan sosial siswa. Untuk eksperimen ini, digunakan desain Randomized Control Group Pretest-Posttest Design. Siswa SMP Negeri 3 Bayongbong berjumlah 182 orang. Sampel terdiri dari 60 orang. Metode simple random sampling digunakan untuk mengumpulkan 30 sampel untuk kelompok eksperimen dan 30 sampel untuk kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menggunakan pembelajaran kooperatif dalam pendidikan jasmani memiliki efek yang signifikan. Hasil uji-t yang dilakukan menggunakan SPSS 25 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh model pembelajaran kooperatif terhadap keterampilan sosial siswa.

**Kata kunci:** *Pendidikan Jasmani, Model Pembelajaran Kooperatif*

### **Abstract**

Cooperative learning is a learning method that involves students actively in the learning process. In this learning model, students work together in small groups and help each other in learning. The use of this method can improve student achievement while improving social relationship skills. The purpose of this study was to see how the cooperative learning model in physical education affects students' social skills. For this experiment, a Randomized Control Group Pretest-Posttest Design was used. The number of students of SMP Negeri 3 Bayongbong is 182 people. The sample consisted of 60 people. The simple random sampling method was used to collect 30 samples for the experimental group and 30 samples for the control group. The results showed that using cooperative learning in physical

education had a significant effect. The results of the t-test conducted using SPSS 25 showed that there was an influence of the cooperative learning model on students' social skills.

**Keywords :** *Physical Education, Cooperative Learning Models, Physical Education.*

## PENDAHULUAN

Siswa yang memiliki keterampilan sosial yang baik akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sosialnya dan mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain (Caprara et al., 2014). Keterampilan sosial juga dapat membantu mereka dalam mengatasi masalah dan konflik yang terjadi di lingkungan sosial mereka. Siswa yang memiliki keterampilan sosial yang baik juga cenderung lebih sukses dalam karir dan kehidupan pribadi mereka. Selain itu, kurangnya keterampilan sosial juga dapat menyebabkan kesepian, masalah kesehatan mental, penyalahgunaan zat (Gülay & Akman, 2009), dan rendahnya kompetensi sosial saat masih kecil. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk mempelajari dan mengembangkan keterampilan sosial mereka agar dapat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya secara efektif dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain (Budiman et al., 2023)

Penting bagi siswa untuk memiliki keterampilan sosial karena banyak siswa melakukan tindakan kekerasan fisik, verbal, depresi, dan tidak mematuhi aturan sekolah. Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA) melaporkan bahwa sepanjang tahun 2023, ada lebih dari belasan ribu kasus perundungan atau bullying di sekolah-sekolah di Indonesia. Kemudian, berdasarkan pemantauan, KPAI menemukan tujuh kasus kekerasan fisik di SD/MI, lima di SMP, tiga di SMA/MA, dan empat di SMK. Dari ke-21 kasus tersebut, 65 anak menjadi korban kekerasan fisik. Retno Listyarti, Ketua Dewan Pakar Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), mengatakan sekolah harus bekerja sama dengan pemerintah daerah untuk mengurangi angka depresi dan percobaan bunuh diri pada pelajar. Menurut Retno, akan ada peningkatan kasus depresi dan percobaan bunuh diri pada pelajar pada tahun 2023 (Kompas.com. 2023). Hasil penelitian bahwa siswa tidak mematuhi aturan seperti kehadiran siswa di sekolah pakaian siswa; pemeliharaan fasilitas umum dan lingkungan sekolah; dan kebiasaan mengikuti kegiatan sekolah (Julia, 2013).

Sebagai bagian dari program pendidikan secara keseluruhan, pendidikan jasmani dapat membantu mengatasi masalah sosial yang semakin meningkat dan berkembang. Pendidikan jasmani memberikan kontribusi melalui pengalaman gerak terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Pangrazi, 2007, hlm. 5). Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang meningkatkan keterampilan, kebugaran, pengetahuan, dan sikap seseorang secara optimal untuk meningkatkan pertumbuhan dan kesejahteraan individu (Bucher & Wuest, 1999). Pendidikan jasmani dapat membantu anak-anak memahami diri mereka sebagai suatu kesatuan antara tubuh dan pikiran, menumbuhkan rasa hormat terhadap tubuh mereka dan orang lain, dan memberikan pemahaman tentang peran aktivitas fisik dalam perkembangan mereka. Sebagai bagian dari program pendidikan secara keseluruhan, pendidikan jasmani dapat membantu mengatasi masalah sosial yang semakin meningkat dan berkembang. Pendidikan jasmani memberikan kontribusi melalui pengalaman gerak terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Pangrazi, 2007, p. 5). Pendidikan

jasmani adalah proses pendidikan yang meningkatkan keterampilan, kebugaran, pengetahuan, dan sikap seseorang secara optimal untuk meningkatkan pertumbuhan dan kesejahteraan individu (Bucher & Wuest, 1999). Pendidikan jasmani dapat membantu anak-anak memahami diri mereka sebagai suatu kesatuan antara tubuh dan pikiran, menumbuhkan rasa hormat terhadap tubuh mereka dan orang lain, dan memberikan pemahaman tentang peran aktivitas fisik dalam perkembangan mereka.

Salah satu model pembelajaran yang paling populer dalam pendidikan jasmani adalah model kolaboratif, yang dikembangkan oleh Robert Slavin pada pertengahan tahun 1970. Seperti yang dijelaskan oleh (Metzler, 2017, p. 221) model kooperatif adalah sekumpulan strategi pengajaran yang melibatkan pengelompokan siswa ke dalam tim belajar untuk jangka waktu tertentu dan pengaturan tugas dan waktu yang saling terkait dengan tujuan agar setiap siswa dapat berkontribusi pada proses belajar dan mencapai hasil yang optimal. Dalam model pembelajaran kooperatif, siswa berfungsi sebagai pusat pembelajaran. Siswa bergantung satu sama lain untuk menyelesaikan tugas, dan setiap siswa berkontribusi pada pekerjaan kelompok. Selama proses pembelajaran, guru bertindak sebagai fasilitator dan bekerja untuk mengalihkan tanggung jawab kepada siswa. Mereka juga tetap bertanggung jawab penuh. Salah satu hasil dari penelitian tentang pembelajaran kooperatif di pendidikan jasmani adalah (Goudas & Magotsiou, 2009) dilakukan pada 114 siswa sekolah dasar. Penelitian menunjukkan bahwa kelas eksperimen menawarkan keuntungan dalam keterampilan sosial dan kerja kelompok.

Model pembelajaran kooperatif STAD (Student Team Achievement Division) dikembangkan oleh Robert Slavin et al. di Universitas John Hopkin. Ini adalah jenis pembelajaran kooperatif yang paling sederhana yang menekankan pada aktivitas dan interaksi antara siswa dan satu sama lain. Menurut (Slavin, 2011) STAD adalah variasi pembelajaran kooperatif yang lebih sederhana yang berfokus pada meningkatkan motivasi siswa dan membantu mereka memahami materi pelajaran. Selain itu, model ini sangat mudah disesuaikan dan telah digunakan dalam berbagai mata pelajaran, termasuk matematika, IPA, bahasa Inggris, teknik, dan bahasa Inggris, dari tingkat sekolah dasar hingga perguruan tinggi.

Pembelajaran kooperatif tipe STAD adalah salah satu model pembelajaran kooperatif dimana siswa belajar dengan bantuan lembaran kerja sebagai pedoman secara berkelompok, berdiskusi untuk memahami konsep-konsep, menemukan hasil yang benar. Model pembelajaran STAD (Student Teams Achievement Division) mencakup hal-hal berikut: Siswa bekerja sama untuk mencapai tujuan dengan mempertahankan standar kelompok, Siswa aktif membantu dan memotivasi semangat untuk berhasil bersama, Siswa berperan sebagai tutor sebaya untuk meningkatkan keberhasilan kelompok, dan Siswa meningkatkan interaksi antar siswa. Selain itu, model STAD sangat mudah disesuaikan dan telah digunakan dalam berbagai mata pelajaran, seperti matematika, IPA, bahasa Inggris, teknik, dan bahasa asing, dari tingkat sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Akan tetapi, penerapan dan hasil penelitian dalam pendidikan jasmani terhadap keterampilan sosial masih kurang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran STAD (Student Teams Achievement Division) terhadap keterampilan sosial siswa.

## METODE

Berisi bagaimana data dikumpulkan, sumber data dan cara analisis data. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan eksperimen. Untuk mengetahui dan memeriksa pengaruh model pembelajaran kooperatif terhadap keterampilan sosial siswa, digunakan desain Randomized Control Group Pretest-Posttest Design (Fraenkel et al., 2012). Pada desain ini, tes awal diberikan kepada kedua kelompok eksperimen dan kontrol secara bersamaan. Kemudian, kelompok eksperimen diberi perlakuan, menggunakan model pembelajaran kooperatif, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan (Sugiyono, 2009). Selanjutnya, pengukuran kedua dilakukan pada kelompok tersebut setelah perlakuan. Penelitian ini melibatkan semua siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Bayongbong Kabupaten Garut pada tahun akademik 2023/2024, total 182 siswa. Dengan alasan bahwa setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk diambil sebagai sampel, penelitian ini menggunakan metode sampel acak sederhana. Penelitian ini mengumpulkan sampel sebanyak 60 siswa, yang dibagi dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Ada tiga puluh siswa dalam kelompok eksperimen dan tiga puluh siswa dalam kelompok kontrol. Sistem Penilaian Skala Sosial (SSRS), yang dikembangkan oleh Frank M. Gresham dan Stephen N. Elliott pada tahun 1990, digunakan dalam penelitian ini. Untuk menganalisis data penelitian ini, langkah-langkah berikut digunakan: 1) Uji Prasyarat dengan: Uji Normalitas: Uji One Kolmogorov Smirnov Z digunakan untuk menguji kenormalan data; Uji Homogenitas: Uji statistik One Way Anova digunakan untuk menguji homogenitas varians data; dan 2) Uji Hipotesis: Statistik yang digunakan untuk menganalisis data ini bergantung pada sifat normalitas dan homogenitasnya. Uji Sampel Paired t digunakan jika data yang dianalisis homogen dan normal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis uji t menggunakan SPSS 23. Pengaruh pada kelompok eksperimen dan kontrol diukur dengan uji t pairs. Tabel 4.4 menunjukkan hasil pengujian uji sampel pasangan, dan Tabel 1 menunjukkan hasil perhitungan uji hipotesis data pada kelompok eksperimen.

**Tabel 1 Uji Paired Sample Test Pada Kelompok Eksperimen**

<b>t</b>	<b>Sig. (2-tailed)</b>	<b>Keputusan</b>	<b>Kesimpulan</b>
6,765	0,000	Ho Ditolak	Pengaruh signifikan

Berdasarkan output di atas, diperoleh nilai Sig.(2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , dan berdasarkan dasar pengambilan keputusan Tes Sampel Terbagi, dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Ini menunjukkan bahwa model pembelajaran kooperatif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sosial siswa.

Tabel 4.6 menunjukkan hasil perhitungan uji hipotesis menggunakan Uji Sampel Paired Data pada kelompok eksperimen.

**Tabel 2 Uji Paired Sample Test Pada Kelompok Kontrol**

<b>T</b>	<b>Sig. (2-tailed)</b>	<b>Keputusan</b>	<b>Kesimpulan</b>
1,669	0,106	Ho Diterima	Tidak terdapat Pengaruh signifikaan

Tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap kelompok yang tidak menerima program model pembelajaran kooperatif. Ini dapat disimpulkan dari output di atas bahwa nilai Sig.(2-tailed) sebesar 0,106 lebih besar dari 0,05, yang berarti bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak.

## **Pembahasan**

Salah satu cara untuk membangun siswa menjadi individu yang siap untuk berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat adalah melalui pendidikan. Menurut Suherman (2009), pendidikan formal membantu siswa berkembang secara keseluruhan, membentuk kecerdasan emosional, rohani, dan intelektual (Suherman, 2009, p. 3). Lingkungan pendidikan formal, atau sekolah, dikondisikan untuk membentuk tatanan kehidupan masyarakat di mana saling menghormati dan saling menghargai menjadi nilai yang harus dipertahankan dan diterapkan sehingga siswa dapat berkembang menjadi tidak hanya individu yang berkarakter tetapi juga menjadi anggota masyarakat yang mampu memberikan peranan dan sumbangsih terhadap kehidupan masyarakat pada umumnya. Pada dasarnya, pendidikan di sekolah berfungsi untuk transformasi nilai.

Jika pendidikan jasmani dimasukkan ke dalam kurikulum secara keseluruhan, itu memiliki potensi untuk memberikan dampak yang paling signifikan pada perkembangan anak. (Bailey, 2006) menyatakan bahwa lima domain perkembangan anak dapat dipahami melalui pendidikan fisik: (1) fisik; (2) gaya hidup; (3) afektif; (4) sosial; dan (5) kognitif. Setelah siswa menyelesaikan pelajaran teori di kelas, pendidikan jasmani adalah waktu yang menyenangkan untuk belajar. Cooperative learning adalah salah satu model pembelajaran yang paling umum digunakan dalam pendidikan jasmani. Model ini menjadikan siswa sebagai pusat pembelajaran dan mendorong mereka untuk membantu satu sama lain dan fokus pada diri mereka sendiri (Casey & Fernandez-rio, 2019). Model pembelajaran ini, siswa harus bekerja sama untuk menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan bersama (Zins et al., 2004). Oleh karena itu, akan terjadi komunikasi interpersonal. Hal ini termasuk keinginan untuk mendengarkan orang lain, bertanggung jawab atas tugas, kemampuan untuk memberi dan menerima umpan balik, dan kemampuan untuk membantu satu sama lain dalam kelompok (Budiman et al., 2020). Siswa diberi kesempatan untuk berbicara dan berbicara dalam kelompok untuk mengatasi masalah mereka (Budiman & Kusmantara, 2020). Selain itu, menggunakan pembelajaran kooperatif STAD memiliki beberapa keuntungan. Tiga keuntungan tersebut adalah sebagai berikut: Setiap siswa memiliki kesempatan untuk menerima hadiah setelah menyelesaikan materi pelajaran. Siswa lebih cenderung mencapai hasil belajar yang lebih baik. Semua siswa dapat dimotivasi dengan hadiah yang diberikan secara kelompok.

Anak-anak memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi dalam pembelajaran olahraga melalui model pembelajaran kooperatif STAD. Untuk menjadi kelompok yang menang dalam kompetisi, berikan mereka kesempatan untuk berkomunikasi dengan

anggota kelompoknya. Keterampilan sosial siswa meningkat saat mereka berinteraksi dan berkomunikasi dengan anggota kelompoknya. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran kooperatif STAD memberikan kesempatan kepada siswa untuk meningkatkan keterampilan interpersonal mereka dengan berinteraksi dengan teman-teman mereka di kelompok mereka. Selain itu, model STAD memberi siswa kesempatan untuk mencari solusi untuk masalah mereka. Siswa akan belajar bekerja sama, saling menghormati, dan menghargai peran orang lain setelah mereka tahu apa yang mereka lakukan untuk membantu kelompok maju. Oleh karena itu, model STAD mempengaruhi keterampilan sosial siswa.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran memiliki dampak terhadap keterampilan sosial siswa saat belajar olahraga. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian, hal-hal berikut disarankan untuk dilakukan, mengisi celah tentang keterampilan sosial dan model pembelajaran, khususnya model pembelajaran kooperatif dalam pendidikan jasmani. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi untuk pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani pada anak dalam tahapan perkembangan dan pendidikan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Bucher, C. ., & Wuest, D. A. (1999). *Foundations Of Physical Education and Sport*. The McGraw-Hill Companies, New York.
- Budiman, & Kusmantara, A. D. J. (2020). Mengembangkan self-esteem siswa melalui model pembelajaran kooperatif tipe TGT (team games tournament). *Jpoe*, 2(1), 155–162. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v2i1.38>
- Budiman, Rusmana, R., & Wargadinata, L. U. (2020). Outdoor Education Of Emphathy Student. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 117–127. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v4i1.873>
- Budiman, Suherman, A., Tarigan, B., & Juliantine, T. (2023). Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 8(229), 288–295. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jpjo.v8i2.60138>
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Bandura, A., Zimbardo, P. G., Vittoriocaprara, G., Barbaranelli, C., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (2014). Prosocial foundations of children's academic achievement. *Psychological Science*, 11(4), 302–306.
- Casey, A., & Fernandez-rio, J. (2019). *Cooperative Learning and the Affective Domain*. 3084. <https://doi.org/10.1080/07303084.2019.1559671>
- Fraenkel, J., Norman, W., & Helen, H. (2012). *How to design and evaluate research in education. Eighth edition*. Mc Graw hill.
- Goudas, M., & Magotsiou, E. (2009). The effects of a cooperative physical education program on students' social skills. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(3), 356–

364. <https://doi.org/10.1080/10413200903026058>
- Gülay, H., & Akman, B. (2009). *Social skills in the preschool stage [Translated from Turkish]*. PegemA.
- Julia, E. M. I. (2013). *Analisis Faktor Penyebab dan Upaya Mengatasi Pelanggaran Tata Tertib Sekolah pada SMA Wisuda Pontianak*. 1–15.
- Metzler, M. (2017). *Instructional Models in Physical Education*. Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315213521>
- Pangrazi, R. P. (2007). *Dynamic Physical Education for Elementary School Children*. San Francisco, USA: Champaign.
- Slavin, R. E. (2011). *Psikologi Pendidikan : Teori dan Praktik*.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2009). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika.
- Zins, J., Weissbert, R., Wang, M., & Walberg, H. (2004). *Building Academic Success on Social and Emotional Learning: What does the Research Say?* New York: Teachers College Press.