

## PELATIHAN TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING MODEL BAGI GURU PENDIDIKAN JASMANI DI YAYASAN AL-ASHRIYYAH NURUL IMAN ISLAMIC BOARDING SCHOOL

Samsudin<sup>1</sup>, Moch. Asmawi<sup>2</sup>, Sudradjat Wiradihardja<sup>3</sup>, Shela Ginanjar<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Jasmani S3, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

<sup>4</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

Email ; [1samsudin@unj.ac.id](mailto:1samsudin@unj.ac.id), [2moch.asmawi@unj.ac.id](mailto:2moch.asmawi@unj.ac.id), [3djatoid@yahoo.com](mailto:3djatoid@yahoo.com),  
[4shelaginanjar@unj.ac.id](mailto:4shelaginanjar@unj.ac.id)

### **Abstract**

*The purpose of this community service is to assist the needs of physical education teachers in developing Teaching Games For Understanding models that will be used in physical education subjects as well as to improve the implementation of learning. The research methodology used is Experimental Designs, the design used is One Sample Pretest-Posttest Design. The population was 35 physical education teachers at SD – SMA physical education teachers at the Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School Foundation, Bogor, West Java, so the sample was taken using the Total Sampling technique. The instrument uses a questionnaire related to Physical Education Teachers' Teaching Preparation Indicators. The results show that the Teaching Games For Understanding training model that has been implemented at the Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School Foundation is able to have a positive influence on the Teaching Preparation Indicators for Physical Education Teachers in order to achieve the learning objectives expected by the curriculum in force in Indonesia.*

**Keywords:** Teaching Games For Understanding Model; Guru Pendidikan Jasmani; Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School

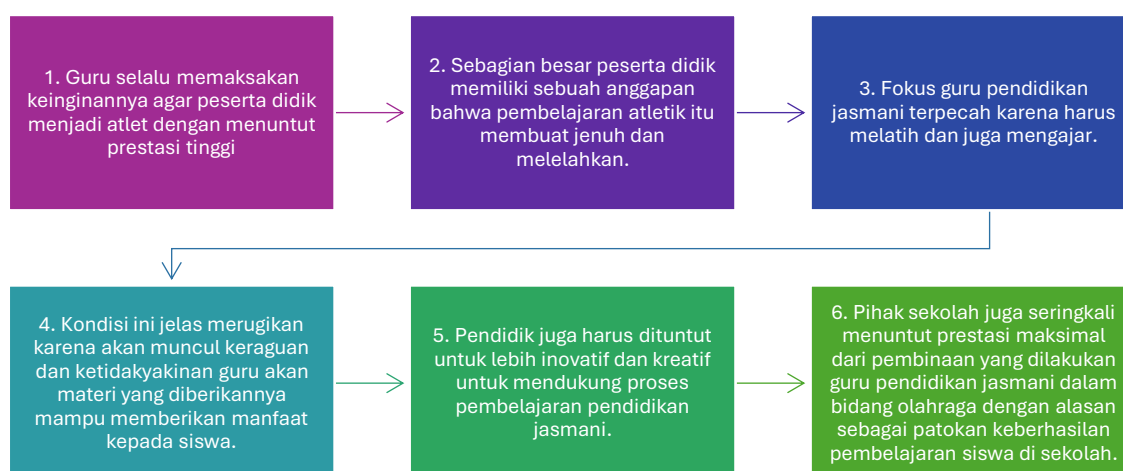
### **Abstrak**

*Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini untuk membantu kebutuhan guru pendidikan jasmani dalam menyusun Teaching Games For Understanding model yang akan digunakan pada mata pelajaran pendidikan jasmani serta untuk perbaikan dalam pelaksanaan pembelajaran. Metodologi penelitian yang digunakan adalah Experimental Designs, adapun desain yang digunakan One Sample Pretest-Posttest Design. Populasi adalah guru pendidikan jasmani di guru pendidikan jasmani SD – SMA di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School, Bogor, Jawa Barat sebanyak 35 orang maka sampel diambil menggunakan teknik Total Sampling. Instrumen menggunakan Angket yang berkaitan dengan Indikator Persiapan Mengajar Guru Pendidikan Jasmani. Hasil menunjukkan bahwa pelatihan Teaching Games For Understanding model yang telah dilaksanakan di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap Indikator Persiapan Mengajar Guru Pendidikan Jasmani guna mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan oleh kurikulum yang berlaku di Indonesia.*

**Kata Kunci:** Teaching Games For Understanding Model; Guru Pendidikan Jasmani; Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School

## 1. PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani dewasa ini harus sejalan dengan ketetapan pemerintah, yaitu menggunakan kurikulum Merdeka. Proses pendidikan harus dirancang dengan baik agar mampu meningkatkan hasil belajar yang maksimal yang sesuai dengan kebutuhan anak khususnya belajar pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani, tidak hanya berperan sebagai sumber pengetahuan tetapi juga membentuk pola pikir dan sikap peserta didik (Subiyanto et al., 2023). Dalam pelaksanaannya pemerintah merekomendasikan penggunaan model *Project-based Learning* dan *Problem Based Learning*, akan tetapi pada beberapa kesempatan terutama bagi guru pendidikan jasmani di sekolah dasar model ini dirasa kurang tepat untuk diterapkan. Berkaca dari permasalahan itu guru pendidikan jasmani perlu mencari solusi agar siswa dapat terlibat lebih aktif dan efektif dalam pembelajaran. Penggunaan model pembelajaran ini dipandang berguna untuk mempromosikan pembelajaran dan menangani perkembangan setiap anak (Menglong & Qianjie, 2022), karena dapat meningkatkan motivasi siswa dan juga prestasi baik dalam bidang olahraga dan juga akademik (Vernanda, 2023). Pada materi tertentu seperti lompat jauh masih ditemukan beberapa permasalahan seperti kurangnya pemahaman terhadap teknik dasar gerakan lompat jauh, tidak memahami pentingnya unsur-unsur dalam gerakan lompat jauh seperti awalan, tumpuan/tolakan pada saat lepas landas dan mendarat, serta kurangnya kecepatan dan daya ledak (Haryanto et al., 2023). Selain itu dalam beberapa kondisi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga jam pembelajaran dipergunakan oleh bidang studi lainnya (Ribas et al., 2023). Pembelajaran pendidikan jasmani masih ditemukan beberapa kendala seperti:



Grafik 1. Permasalahan Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah

Maka tidak berlebihan bila ahli berpandangan bahwa penggunaan model pembelajaran juga dipandang perlu guna memfasilitasi peningkatan motivasi siswa dalam belajar pendidikan jasmani (Valério et al., 2021). Penggunaan *Teaching Games for*

*Undestanding* model dalam pembelajaran lompat jauh sekitar 80% dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh dan membangun rasa keberanian serta memberikan motivasi pada siswa sekolah dasar (Novita Sari et al., 2019) dan diharapkan adanya perbaikan pola gerak dasar lompat jauh (Muchtart et al., 2020). Ahli lainnya turut berpendapat bahwa melalui *Teaching Games for Undestanding* model ini dapat menghasilkan pembelajaran yang menyenangkan (Gultom et al., 2023) dan tanggung jawab yang mengacu pada sikap yang positif. Berdasarkan kondisi situasi di atas maka permasalahan mitra dapat diselesaikan bila guru pendidikan jasmani mampu merancang dan mengaplikasikan dan *Teaching Games for Undestanding* model pada setiap pembelajarannya.

## **2. TINJAUAN LITERATUR *TEACHING GAMES FOR UNDESTANDING***

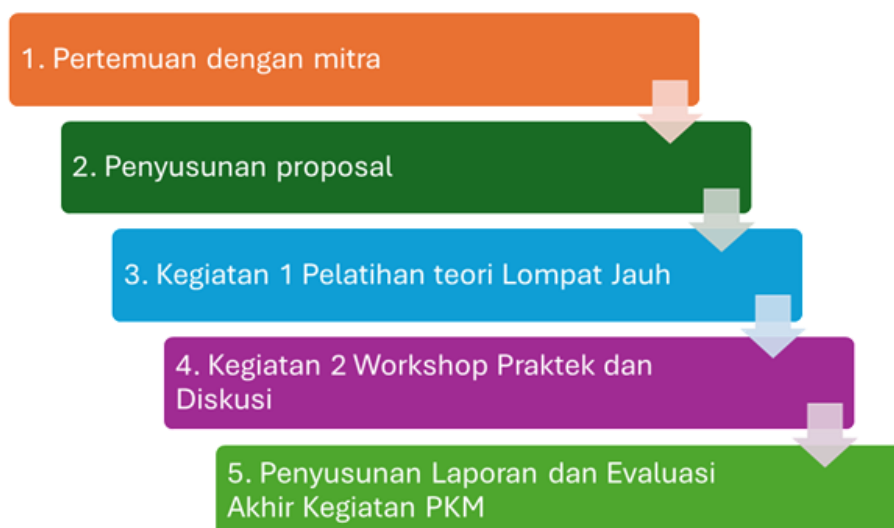
Pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi lompat jauh ini merupakan materi yang tergolong unik karena konsep gerakannya yang kompleks dan menantang, terutama dalam materi lompat jauh bagi siswa di sekolah dasar. Pembelajaran pendidikan jasmani hanya menghabiskan rata-rata 54,5% waktu pelajaran terlibat dalam aktivitas fisik sedang hingga kuat. Ini membuat permasalahan terkait keterlibatan siswa dalam pembelajaran dan kesenangan belajarnya (Hastie et al., 2014). Diperlukan suatu model pembelajaran yang menantang tetapi non-kompetitif, menyenangkan serta mampu mengelola emosi dan perilaku agar pembelajaran menjadi efektif. Ahli lainnya turut mengungkap bahwa kemampuan seseorang dalam berlari dengan cepat mempunyai hubungan dalam menghasilkan lompat jauh yang baik (Subiyanto et al., 2023). Pandangan ini mendukung anggapan bahwa pembelajaran yang efektif dan menyenangkan membuat siswa memiliki kesempatan untuk mampu mempraktekkan keterampilan yang lebih baik dalam pembelajaran lompat jauh. Maka penggunaan *Teaching Games for Undestanding* model ini didasari oleh fakta bahwa dalam materi lompat jauh ini hanya sekitar 37,5% siswa mampu melakukan kecepatan lari dan hanya 62,5% mampu melakukan tolakan dengan baik (Haryanto et al., 2023). Ini biasanya terjadi karena guru pendidikan jasmani masih menggunakan model konvensional, karena dalam prakteknya siswa selalu mengulangi serangkaian latihan tanpa memahami maknanya. Keadaan membuat siswa lebih banyak menunggu giliran dan kurang mendapatkan kesempatan untuk belajar secara aktif apabila tetap dibiarkan justru akan berakibat negatif bagi siswa. Gaya belajar yang otoriter ini akan meningkatkan kekhawatiran dan kecemasan, hal ini dapat merusak kinerja, terutama untuk keterampilan fisik (Hofmann et al., 2012, 2014).

Potensi *Teaching Games for Understanding* model untuk digunakan dalam pembelajaran lompat jauh sangat besar (Hildebrandt & Cañal-Bruland, 2020; Li et al., 2023; Sorgente et al., 2022). Ahli berpandangan bahwa untuk mencapai jarak sejauh mungkin, seorang siswa harus memiliki daya ledak otot-otot yang baik (Irawan et al., 2023). Melalui *Teaching Games for Understanding* model siswa akan dibiasakan melakukan teknik-teknik lompat jauh dalam kondisi bermain (Becker et al., 2020; Chen & Wu, 2022), dengan kondisi yang menyenangkan (Homeyer et al., 2023; McCosker,

Renshaw, Polman, et al., 2021; Muchtar et al., 2020; Pan et al., 2023). Jelas pandangan positif ini semakin meningkatkan motivasi dan keberhasilan siswa dalam pendidikan jasmani (Aziz & Adi, 2021; Burhanuddin et al., 2022; Mirmiran & Hatami, 2019; Reyes et al., 2023; Silva et al., 2023) dan ditambah dengan perencanaan yang matang (Azuma & Matsui, 2021; Boynewicz et al., 2021; Syahri et al., 2023), jelas akan membuat siswa semakin mudah untuk menguasai teknik lompat jauh yang baik dan benar (Barquero-Ruiz et al., 2020; Gil-Arias et al., 2021; Harvey, Gil-Arias, et al., 2020; Stephanou et al., 2020; Syahrudin, 2022; Zima & Ivashchenko, 2022).

### 3. METODE PELAKSANAAN

Tujuan dari pengabdian ini untuk Membantu kebutuhan guru pendidikan jasmani dalam menyusun *Teaching Games For Understanding* model yang akan digunakan pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta untuk perbaikan dalam pelaksanaan pembelajaran pada mata pelajaran PJOK bagi guru pendidikan jasmani SD – SMA di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School, Bogor, Jawa Barat. Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2024. Metodologi penelitian yang digunakan adalah Experimental Designs, adapun desain yang digunakan *One Sample Pretest-Posttest Design* (Creswell, 2018). Populasi adalah guru pendidikan jasmani di guru pendidikan jasmani SD – SMA di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School, Bogor, Jawa Barat sebanyak 35 orang maka sampel diambil menggunakan teknik Total Sampling sehingga sebanyak 35 orang guru pendidikan jasmani guru pendidikan jasmani SD – SMA di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School, Bogor, Jawa Barat dijadikan sampel penelitian. Instrument Test yaitu Angket yang berkaitan dengan Indikator 1 Persiapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Indikator 2 *Syntaks* Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Indikator 3 Pengembangan Materi Bahan Ajar Pendidikan Jasmani, Indikator 4 Penggunaan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, dan Indikator 5 Aspek Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Angket tersebut menggunakan Skala Guttman dengan opsi pilihan Ya (1) dan Tidak (0). Guna mencapai tujuan pengabdian Masyarakat yang telah ditetapkan peneliti merancang Pengabdian Kepada Masyarakat sebagai berikut:



Grafik 2. Rancangan Pengabdian Kepada Masyarakat

Selanjutnya untuk pengolahan dan analisis data menggunakan *Software Microsoft Excel dan IBM SPSS Statistic 26*, serta dilakukan langkah-langkah sebagai berikut: 1) Melakukan tabulasi skor. 2) Melakukan uji normalitas menggunakan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov* dan Menguji Homogenitas menggunakan uji *Levene*. 3) Melakukan pengujian menggunakan uji *Wilcoxon*.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dalam pelaksanaannya dibagi kedalam beberapa tahapan diantaranya sebagai berikut:

##### A. Kondisi Guru Pendidikan Jasmani di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School sebelum Dilaksanakan Pelatihan

Kondisi sebelum dilaksanakan pelatihan *Teaching Games For Understanding model* pada guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School belum bisa dikatakan baik karena masih memiliki rata-rata yang rendah di beberapa Indikator. Untuk lebih lanjut dapat dilihat pada Grafik 3. Kondisi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School sebelum Pelatihan *Teaching Games For Understanding*. Permasalahan yang terjadi sebelum diadakan pengabdian kepada masyarakat pelatihan *Teaching Games For Understanding model* bagi guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School ini adalah masih rendahnya persiapan pembelajaran pendidikan jasmani, sintaks pembelajaran pendidikan jasmani, pengembangan materi bahan ajar pendidikan jasmani dan aspek penilaian dan evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani. Padahal sangat penting bagi guru pendidikan jasmani untuk merancang strategi atau taktik yang baik (Putranto et al., 2023) dalam setiap pembelajaran yang dilakukannya.

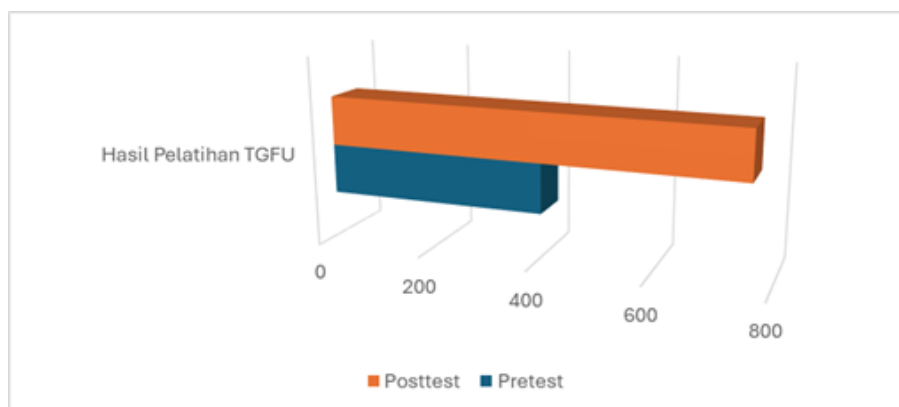


Gambar 1. Kondisi Awal Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School sebelum Pelatihan *Teaching Games For Understanding*

Kondisi ini perlu diperbaiki karena terselenggaranya proses pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan tujuan kurikulum nasional ini sangat dibutuhkan peran guru (Puklavec et al., 2021), dimana setiap guru pendidikan jasmani harus mampu merancang aktivitas yang terencana dengan tertib mampu menjembatani hubungan antara siswa dengan lingkungan belajar yang interaktif, sehingga siswa mendapatkan makna dari kegiatan yang dilakukannya. Kurangnya perencanaan yang matang dalam diri guru pendidikan jasmani ini terjadi karena guru pendidikan jasmani kurang bahkan tidak terbiasa melibatkan siswa pada tingkat aktivitas fisik yang tepat (Ginanjar et al., 2024; Ginanjar, Rihatno, et al., 2023), padahal ahli lainnya berpandangan bahwa keterlibatan siswa yang antusias dipandang mampu menghasilkan pembelajaran yang lebih baik (Mccosker et al., 2020; McCosker, Renshaw, Russell, et al., 2021). Ketika guru harus mampu memberikan proses pembelajaran yang berkualitas, pada saat itu diperlukan proses bimbingan yang melekat agar siswa untuk mampu memecahkan permasalahan yang dihadapi dengan baik.

#### **B. Kondisi Guru Pendidikan Jasmani di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School setelah Dilaksanakan Pelatihan**

Kondisi setelah dilaksanakan pelatihan *Teaching Games For Understanding* model pada guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School mengalami peningkatan yang signifikan. Kondisi ini berarti melalui pelatihan *Teaching Games For Understanding* model yang telah dilaksanakan pada guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School mampu memberikan pengaruh yang positif. Untuk lebih lanjut dapat dilihat pada Grafik 3. Kondisi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School setelah Pelatihan *Teaching Games For Understanding* model.



Grafik 3. Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Pelatihan *Teaching Games For Understanding Model* Bagi Guru Pendidikan Jasmani Di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School

Keadaan ini perlu dipahami bahwa kemampuan guru pendidikan jasmani dalam merancang dan menyajikan pembelajaran yang menyenangkan dan disukai oleh siswa merupakan suatu tantangan tersendiri bagi guru (Nuryadi et al., 2023). Melalui pembelajaran dengan menggunakan *Teaching Games For Understanding model* dalam pelaksanaannya digunakan format suatu permainan sederhana untuk mengasah materi atau keterampilan yang harus dikuasai dan juga membantu siswa mampu belajar melalui serangkaian permainan yang disukai oleh siswa dengan tetap berfokus pada keterampilan yang dibutuhkan siswa, sehingga kebutuhan perkembangan geraknya tetap terpenuhi (Wahyuningsih et al., 2024). Kondisi ini tersermin oleh keadaan dimana setiap siswa mampu menunjukkan antusiasme, otonomi, tanggung jawab dan keterlibatan pada tingkat tinggi selama pembelajaran (Segovia & Gutiérrez, 2020).



Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan *Teaching Games For Understanding* oleh Tim Pengabdian Kepada Masyarakat UNJ di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School

Melalui *Teaching Games For Understanding model* proses ini tidak menuntut waktu yang relatif lama untuk membuat siswa mampu mempelajari dan mengembangkannya, terlebih lagi siswa belajar secara lepas, tidak terbebani (Fahlifi et al., 2023) oleh tuntutan penguasaan teknik yang tinggi karena siswa bisa mempelajarinya sekaligus.

### C. Pelatihan *Teaching Games For Understanding* model dapat Meningkatkan Kemampuan Mengajar Guru Pendidikan Jasmani di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School.

Pembelajaran dengan menggunakan *Teaching Games For Understanding* model yang dalam pelaksanaannya menggunakan format suatu permainan sederhana untuk mengasah materi atau keterampilan yang harus dikuasai, membuat guru pendidikan jasmani juga harus mampu mengelola kondisi siswa selama pembelajaran berlangsung dan mampu memunculkan aspek-aspek keberanian untuk mencoba kembali, ulet, bersungguh-sungguh dan pantang menyerah dalam diri siswa yang merupakan cerminan terbentuknya sikap positif siswa (Sarmiento et al., 2024).

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas

Normality Test	Z	Sig. (2-tailed)	Homogeneity Test	F	Sig. (2-tailed)
Indikator Pretest 1	0.781	0.575	Indikator 1	-5.101	0.575
Indikator Pretest 2	0.695	0.720	Indikator 2	-5.230	0.720
Indikator Pretest 3	0.569	0.902	Indikator 3	-5.047	0.902
Indikator Pretest 4	0.384	0.998	Indikator 4	-4.636	0.998
Indikator Pretest 5	0.499	0.965	Indikator 5	-4.281	0.965
Indikator Pretest Total	1.461	0.028	Indikator Total	-5.205	0.028
Indikator Posttest 1	1.383	0.044			
Indikator Posttest 2	1.545	0.017			
Indikator Posttest 3	1.599	0.012			
Indikator Posttest 4	1.599	0.012			
Indikator Posttest 5	1.181	0.123			
Indikator Posttest Total	1.108	0.172			

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

Wilcoxon	Z	Sig. (2-tailed)
Indikator 1	-5.316	0.000
Indikator 2	-5.167	0.000
Indikator 3	-4.833	0.000
Indikator 4	-4.178	0.000
Indikator 5	-3.830	0.000
Indikator Total	-5.261	0.000

Berdasarkan Tabel 1, untuk uji Normalitas karena nilai signifikansi bervariasi ada yang lebih dan kurang lebih dari 0.05, maka pengujian lebih lanjut akan menggunakan analisis non-Parametrik menggunakan uji *Wilcoxon*. Sedangkan untuk uji Homogenitas karena nilai signifikansi kurang dari 0.05, Indikator pelatihan *Teaching Games For Understanding* model bagi guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School berdistribusi homogen. Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa hasil pengabdian kepada masyarakat pelatihan *Teaching Games For Understanding* model bagi guru pendidikan jasmani di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School nilai signifikansi kurang dari 0.05, maka hasil pelatihan *Teaching Games For Understanding* model bagi guru pendidikan jasmani



sekolah dasar di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School mengalami peningkatan yang signifikan. Ini terjadi karena pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan *Teaching Games For Understanding* model sangat dipahami bahwa terjadi peningkatan keterampilan dan pemahaman yang positif bagi siswa dan *Teaching Games For Understanding* model ini lebih menyenangkan daripada pembelajaran konvensional (Kotera et al., 2024), lebih spesifik lagi bahwa tujuan utama yang ingin dicapai adalah mendidik siswa menjadi kompeten, melek huruf dan antusias. Guru harus mampu memaksimalkan sistem Season dengan pertandingan yang ketat membuat siswa belajar tanpa beban dan ceria serta tercapainya kepuasan kebutuhan psikologis siswa menghasilkan motivasi dan *Active Learning Time* yang lebih antusias (Harvey, Pill, et al., 2020) karena ini akan membuat siswa belajar dengan senang dan sungguh-sungguh. Guru juga harus mampu mengelola kelasnya dengan baik selama pembelajaran *Teaching Games For Understanding* model ini agar mampu mengarahkan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal, dengan cara yang mudah, cepat, dan menyenangkan (Kadir et al., 2021; Ulpi et al., 2021). Selain itu dibutuhkan keyakinan guru pendidikan jasmani juga meningkat karena pembelajaran menggunakan *Teaching Games For Understanding* model ini aktivitas pembelajaran yang didukung dengan kondisi psikologis yang menyenangkan dan akan berdampak pada psikologis dan hasil belajar yang baik dari siswa selama pembelajaran (Ginanjari et al., 2022; Ginanjari, Widyawan, et al., 2023). Ini membuat pembelajarannya menjadi menyenangkan, bergairah dan membuat siswa mampu memenuhi tujuan pembelajaran dengan baik untuk mempelajari dan mengembangkannya.

## 5. KESIMPULAN

Melalui pelatihan *Teaching Games For Understanding* model yang telah dilaksanakan di Yayasan Al-Ashriyyah Nurul Iman Islamic Boarding School mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap aspek persiapan pembelajaran pendidikan jasmani, sintaks pembelajaran pendidikan jasmani, pengembangan materi bahan ajar pendidikan jasmani, penggunaan media pembelajaran pendidikan jasmani, dan aspek penilaian dan evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani. Bagi guru pendidikan jasmani diharapkan mampu menguasai dan mengaplikasikan *Teaching Games For Understanding* model karena terbukti dapat meningkatkan keterampilan dasar dan membuat pembelajaran yang lebih bermanfaat bagi siswa. Bagi pihak sekolah dan instansi terkait diharapkan mampu menyediakan sarana dan prasarana yang memadai dan aman untuk digunakan siswa ketika belajar pendidikan jasmani menggunakan *Teaching Games For Understanding* model. Keadaan ini dikarenakan siswa pada dasarnya belajar sambil bermain, maka dibutuhkan area pembelajaran yang benar-benar aman serta bila perlu disediakan aula tertutup sehingga ketika hujan terjadi sekalipun siswa dapat belajar dengan aman dan nyaman. Bila semua kondisi ini terpenuhi maka akan mempermudah guru pendidikan jasmani untuk mengajar dengan tenang guna mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan oleh kurikulum yang berlaku di Indonesia.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini, khususnya kepada pihak Fakultas Pascasarjana UNJ, LPPM UNJ dan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberi dukungan dana bagi terlaksananya pengabdian ini.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, I., & Adi, N. (2021). *Long Jump Practice Lecture Towards Athletic Learning Results*.
- Azuma, A., & Matsui, K. (2021). Relationship between Jump Distance for Running Long Jump and Physical Characteristics of Male Students in PE Class. *Advances in Physical Education*, 11(02), 232–238. <https://doi.org/10.4236/ape.2021.112018>
- Barquero-Ruiz, C., Morales-Belando, M. T., & Arias-Estero, J. L. (2020). A Teaching Games for Understanding Program to Deal With Reasons for Dropout in Under-11 Football. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1759767>
- Becker, K. A., Fairbrother, J. T., & Couvillion, K. F. (2020). The effects of attentional focus in the preparation and execution of a standing long jump. *Psychological Research*, 84(2), 285–291. <https://doi.org/10.1007/s00426-018-0999-2>
- Boyniewicz, K., Eveland-Sayers, B., R.Dotterweich, A., Parrish, L., & Chroust, A. (2021). Impact of the Run, Jump, Throw Program on Fundamental Motor Skills in School-Aged Children. *Journal of Physical Education and Sports Management*, 8(1). <https://doi.org/10.15640/jpesm.v8n1a6>
- Burhanuddin, S., Risal, A., & Jumareng, H. (2022). Efforts To Improve Learning Outcomes Of Squat Style Long Jump Through Play Approach Using Teaching Aids At Elementary School In Indonesia. *Journal of Positive School Psychology*, 2022(8), 4311–4323. <http://journalppw.com>
- Chen, C. F., & Wu, H. J. (2022). The Effect of an 8-Week Rope Skipping Intervention on Standing Long Jump Performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph19148472>
- Creswell, W. J. (2018). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed., Vol. 4). SAGE Publication, Inc.
- Fahlifi, R., Cicilia Kristina, P., Ayu, S., & Putri, R. (2023). Analysis of Factors Affecting the Achievement of Long Jump Skills of Students of SD Negeri 05 Kikim Timur. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 974–981.
- Gil-Arias, A., Harvey, S., García-Herreros, F., González-Víllora, S., Práxedes, A., & Moreno, A. (2021). Effect of a hybrid teaching games for understanding/sport

- education unit on elementary students' self-determined motivation in physical education. *European Physical Education Review*, 27(2), 366–383. <https://doi.org/10.1177/1356336X20950174>
- Ginanjar, S., Rihatno, T., & Widyawan, D. (2023). THE SPORT EDUCATION MODELS ON PHYSICAL ACTIVITY OF JUMPING ROPE PERFORMANCE IN ELEMENTARY SCHOOL. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 8(3), 521–530. <https://doi.org/10.33222/juara.v5i1.1000>
- Ginanjar, S., Samsudin, Resmana, D., & Anugrah, S. M. (2024). Comparing project-based learning with conventional models: Enhancing students' enjoyment of physical education. *Edu Sportivo Indonesian Journal of Physical Education*, 5(1), 64–81. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2024.vol5\(1\).15183](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2024.vol5(1).15183)
- Ginanjar, S., Widyawan, D., & Faruqi, H. (2023). Systematic Literature Review: Sports in Early Childhood in Indonesia. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(5). <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110523>
- Ginanjar, S., Widyawan, D., & Prabowo, E. (2022). LITERATURE REVIEW: MODEL DISCOVERY LEARNING PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS. 11(2). <http://journal.ikipgripta.ac.id/index.php/olahragahal265-276>
- Gultom, H. A., Siburian, P., & Toni, N. (2023). The Influence of Organizational Culture and Leadership on Lecturer Performance. *The 1st Proceeding of The International Conference on Business and Economics*, 1(2), 175–184.
- Harvey, S., Gil-Arias, A., & Claver, F. (2020). Effects of teaching games for understanding on tactical knowledge development in middle school physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(3), 1369–1379. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.03189>
- Harvey, S., Pill, S., Hastie, P., & Wallhead, T. (2020). Physical education teachers' perceptions of the successes, constraints, and possibilities associated with implementing the sport education model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(5), 555–566. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1752650>
- Haryanto, G. Y., Hartati, H., & Victorian, A. R. (2023). Impact of Running Speed and Limb Muscle Strength on Squat Style Long Jump for Secondary School. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*, 4(2), 248–253. <https://doi.org/10.46843/jiecr.v4i2.504>
- Hastie, P., Sinelnikov, O., Wallhead, T., & Layne, T. (2014). Perceived and actual motivational climate of a mastery-involving sport education season. *European Physical Education Review*, 20(2), 215–228. <https://doi.org/10.1177/1356336X14524858>

- Hildebrandt, A., & Cañal-Bruland, R. (2020). Is gait-based visual regulation identical to gaze-based visual regulation in inexperienced athletes' long jump run-ups? *Human Movement Science*, 73. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2020.102681>
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday temptations: An experience sampling study of desire, conflict, and self-control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1318–1335. <https://doi.org/10.1037/a0026545>
- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R. R., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2014). Yes, But Are They Happy? Effects of Trait Self-Control on Affective Well-Being and Life Satisfaction. *Journal of Personality*, 82(4), 265–277. <https://doi.org/10.1111/jopy.12050>
- Homeyer, D., Memaran, N., Kück, M., Grams, L., von der Born, J., Bauer, E., Schwalba, M., Kerling, A., von Maltzahn, N., Albrecht, A., Haverich, A., Stiesch, M., Melk, A., & Tegtbur, U. (2023). Participating in a School-Integrated Daily Exercise Program Improves Motor Performance Significantly in School-Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph20064764>
- Irawan, N., Imansyah, F., El, M., & Lanos, C. (2023). The Effect of Two Obstacle Jump Rope Training on the Results of Long Jump Squatting Style of Class VIII Students of SD Negeri 2 Toman. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 820–824.
- Kadir, S. S., Ramadan, G., Haryanto, A. I., Samin, G., Fataha, I., & Gani, A. A. (2021). The Effect of Squat Training on Long Jump Ability. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 6(1). <https://doi.org/10.33222/juara.v6i1.1242>
- Kotera, Y., Lieu, J., Liu, H. T. G., Veasey, C., & Barnes, K. (2024). Organisational and Emotional Psychology Views on Yozan Uesugi's Leadership. *OBM Integrative and Complementary Medicine*, 09(02), 1–16. <https://doi.org/10.21926/obm.icm.2402036>
- Li, Z., Bin Peng, X., Abbeel, P., Levine, S., Berseth, G., & Sreenath, K. (2023). Robust and Versatile Bipedal Jumping Control through Reinforcement Learning. *Robotics: Science and Systems XIX*. <https://youtu.be/aAPSZ2QFB-E>.
- Mccosker, C., Greenwood, D., & Davids, K. (2020). *Influence of Expertise on the Visual Control Strategies of Athletes During Competitive Long Jumping*. <https://www.journalofexpertise.org>
- McCosker, C., Renshaw, I., Polman, R., Greenwood, D., & Davids, K. (2021). Run-up strategies in competitive long jumping: How an ecological dynamics rationale can

- support coaches to design individualised practice tasks. *Human Movement Science*, 77. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2021.102800>
- McCosker, C., Renshaw, I., Russell, S., Polman, R., & Davids, K. (2021). The role of elite coaches' expertise in identifying key constraints on long jump performance: how practice task designs can enhance athlete self-regulation in competition. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 13(2), 283–299. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1687582>
- Menglong, X., & Qianjie, Z. (2022). An Empirical Study of “Tgfu” Teaching Method in Ball Sports Teaching in Vocational Colleges At Undergraduate Level under the Control of Discipline Core Literacy. *Advances in Educational Technology and Psychology*, 6(1), 74–78. <https://doi.org/10.23977/aetp.2022.060114>
- Mirmiran, E., & Hatami, F. (2019). The Effect of Different Focus of Attention as Verbal Cues on Performance and Retention of Standing Long Jump. *Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 10(3), 126–133.
- Muchtar, I., Kartiko, D. C., & Tuasikal, A. R. S. (2020). Development of a Long Jump Education Model through a Game Approach to Improve Basic Movement for Students with Disabilities Grahita in Inclusive Schools at SMP Negeri 28 Surabaya. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(3), 1479–1488. <https://doi.org/10.33258/birle.v3i3.1219>
- Novita Sari, Z., Asmawi, M., Sofyan Hanif, A., & Dlis, F. (2019). Developing Game-Based Learning Model of Long Jump for. *Elementary School. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 8(3), 124–128. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Nuryadi, A., Harmono, A. B., Wahyono, M., & Saputro, A. A. (2023). The accuracy of PJOK in Service Teachers Designing Assesment: A Case Study of Long Jump. *Journal RESPECS (Research Physical Education and Sport)*, 5, 205–211. <https://doi.org/10.31949/respecs.v5i1.4691>
- Pan, Y. H., Huang, C. H., & Hsu, W. T. (2023). A comparison of the learning effects between TGfU-SE and TGfU on learning motivation, sport enjoyment, responsibility, and game performance in physical education. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1165064>
- Puklavec, A., Antekolović, L., & Mikulić, P. (2021). Acquisition of the long jump skill using varying feedback. *Croatian Journal of Education*, 23(1), 107–132. <https://doi.org/10.15516/CJE.V23I1.3994>
- Putranto, J. S., Heriyanto, J., Kenny, Achmad, S., & Kurniawan, A. (2023). Implementation of virtual reality technology for sports education and training:

- Systematic literature review. *Procedia Computer Science*, 216, 293–300.  
<https://doi.org/10.1016/j.procs.2022.12.139>
- Reyes, A., Chaves, R., Vasconcelos, O., Pereira, S., Tani, G., Stodden, D., Hedeker, D., Maia, J., & Baxter-Jones, A. (2023). Modeling the Dynamics of Children's Musculoskeletal Fitness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20042938>
- Ribas, J. P., Hernández-Moreno, J., Díaz-Díaz, R., Borges-Hernández, P. J., Ruiz-Omeñaca, J. V., & Jaqueira, A. R. (2023). How to understand sports and traditional games and how to apply it to physical education. On the “Goal of Game.” *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1123340>
- Sarmiento, A. de A., Supartha, I. W. G., Sintaasih, D. K., & Riana, I. G. (2024). Lecturer Performance in Higher Education: Transformational Leadership, Knowledge Sharing, Change Adaptability and Its Relationship. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 14(1), 261–269.
- Segovia, Y., & Gutiérrez, D. (2020). Modelo Educación Deportiva vs Metodología Tradicional Perception of Exertion, involvement and physical fitness in a HIIT Program in Physical Education. Sport Education Model VS Traditional Approach. *Retos*, 38(2), 151–158. [www.retos.org](http://www.retos.org)
- Silva, A., Ferraz, R., Branquinho, L., Dias, T., Teixeira, J. E., & Marinho, D. A. (2023). Effects of applying a multivariate training program on physical fitness and tactical performance in a team sport taught during physical education classes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1291342>
- Sorgente, V., Cohen, E. J., Bravi, R., & Minciocchi, D. (2022). The Best of Two Different Visual Instructions in Improving Precision Ball-Throwing and Standing Long Jump Performances in Primary School Children. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 7(1). <https://doi.org/10.3390/jfmk7010008>
- Stephanou, G., Stephanou, G., & Karamountzos, D. (2020). Enhancing Students' Metacognitive Knowledge, Metacognitive Regulation and Performance in Physical Education via TGFU. *Research in Psychology and Behavioral Sciences*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.12691/rpbs-8-1-1>
- Subiyanto, K., Rahman, A., & Hermansah, B. (2023). Analysis of Improving the Results of the Hang Style Long Jump with the Play Method of Class X Students. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 610–619.
- Syahri, M., Albadi Sinulingga, & Nurkadri. (2023). Efforts to Improve Long Jump Skills in Squat Style Through a Play-Based Approach on 11th Grade Science Students at Teladan High School in Sei Rampah. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 7(2), 369–379. <https://doi.org/10.33369/jk.v7i2.27081>

- Syahrudin, S. (2022). The effect of learning methods and motivation on learning outcomes of long jump skills. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 8(4), 426–439. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v8i4.18904](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v8i4.18904)
- Ulpi, W., Hakim, N., Kadir, A., Pajarianto, H., & Rahmatia, R. (2021). Gambaran Kebugaran Jasmani Anak Usia Dini pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 30–39. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1197>
- Valério, C., Farias, C., & Mesquita, I. (2021). Pre-service teachers' learning and implementation of student-centred models in physical education: A systematic review. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(6), 3326–3338. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.06452>
- Vernanda, R. (2023). IMPLEMENTATION OF THE TGfU LEARNING MODEL IN FOOTBALL LEARNING TO IMPROVE STUDENT DISCIPLINE BEHAVIOR. *Journal of Educational Experts*, 6(1), 41–48. <https://doi.org/10.30740/jee.v6i1p41-48>
- Wahyuningsih, S., Minai, S., & Shamsuddin, J. (2024). Work Performance Of Private Higher Education Institution Lecturers In Indonesia: Perspective Analysis Of Individual Characteristics, Organizational Culture And Achievement Motivation. *Educational Administration: Theory and Practice*, 2024(5), 2248–2258. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i5.3270>
- Zima, D., & Ivashchenko, O. (2022). PATTERN RECOGNITION: THE SPECIFIC FEATURES OF TEACHING THE STANDING LONG JUMP TO 14-YEAR-OLD GIRLS. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(4), 589–595. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.4.19>