

**PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN SSG 345 UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA SISWA
KELAS X SMK MA'ARIF SUDIMORO KABUPATEN PACITAN**

TESIS

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan (M.Pd.)
Pada Prodi Magister Keguruan Olahraga



OLEH:
RONI ADI KRISNA
NPM: 2301010003

**PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER KEGURUAN OLAAHRAGA
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2025**

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Roni Adi Krisna
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Tempat/tgl. Lahir : Pacitan/03 Juli 1999
NPM : 2301010003
Fak/Jur./Prodi. : Magister Keguruan Olahraga

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar Magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, Juli 2025
Yang Menyatakan

RONI ADI KRISNA
NPM: 2301010003

Tesis oleh:

RONI ADI KRISNA
NPM: 2301010003

Judul:

**PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN SSG 345 UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA SISWA
KELAS X SMK MA'ARIF SUDIMORO KABUPATEN PACITAN**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Tesis Prodi MKO
UN PGRI Kediri

Tanggal:

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Wasis Himawanto, M.Or.
NIDN. 0723128103

Dr. Puspodari, M.Pd.
NIDN. 0709059001

Abstrak

Roni Adi Krisna Pengembangan Model Permainan SSG 345 untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Sepak bola Siswa Kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan

Kata Kunci: Model permainan, Small-Sided Games (SSG), SGS 345, keterampilan dasar sepak bola, PJOK, SMK, dribbling, passing, shooting.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model permainan sepak bola berbasis permainan kecil bertahap atau Small-Sided Games (SSG) dengan format 3v3, 4v4, dan 5v5 (SGS 345) guna meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa SMK. Latar belakang penelitian ini adalah rendahnya penguasaan teknik dasar seperti dribbling, passing, dan shooting pada siswa, akibat penggunaan metode pembelajaran yang kurang kontekstual. Model SSS 345 dikembangkan untuk memberikan pengalaman belajar yang lebih autentik dan menyenangkan dengan pendekatan yang bertahap sesuai perkembangan keterampilan.

Metode yang digunakan adalah penelitian pengembangan (Research and Development) dengan modifikasi langkah dari Borg dan Gall. Instrumen yang digunakan terdapat kuesioner keprtisan untuk siswa, kuesioner kepraktisan untuk guru dan rubrik penilaian keterampilan dasar sepakbola. Subjek yang digunakan terdiri dari tahap uji coba terbatas 14 siswa dan 2 guru, tahap uji lapangan 33 siswa dan 4 guru serta uji efektivitas 15 siswa. Analisa data menggunakan rumus Aiken V untuk keayakan dan analisis persentase untuk uji kepraktisan. Sedangkan uji efektivitas menggunakan rumus *paired sample t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) desain model SSG 345 terdiri dari tiga tahapan permainan progresif, yaitu format 3v3 yang fokus pada dribbling, 4v4 untuk passing, dan 5v5 untuk shooting, dengan sintaks pembelajaran yang disusun secara sistematis agar siswa terlibat aktif secara teknis, taktis, dan sosial; (2) hasil validasi oleh lima ahli menunjukkan bahwa model ini memperoleh nilai kelayakan rata-rata sebesar 91,2%, yang termasuk kategori sangat layak untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK; dan (3) uji efektivitas yang melibatkan 15 siswa kelas XI menunjukkan peningkatan skor rata-rata keterampilan dasar sepak bola dari 55,33 (pretest) menjadi 79,33 (posttest), dengan nilai gain sebesar 0,64, yang tergolong dalam kategori peningkatan sedang ke tinggi. Dengan demikian, model permainan SSG 345 terbukti layak dan efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa SMK, serta dapat menjadi alternatif inovatif dalam pembelajaran PJOK yang aktif, menyenangkan, dan kontekstual..

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

Tuhan Tidak akan mengubah nasib suatu kaum sampai mereka merubah nasib
mereka sendiri
(QS.Ar-Ra'd : 11)

Sukses adalah hasil dari kerja keras, belajar dari kegagalan, kesetiaan, dan
ketekunan.
(Colin Powel)

Hidup yang tidak dipertaruhkan tidak akan dimenangkan
(Soe Hok Gie)

Persembahan

Kupersembahkan karya ini untuk :

Allah SWT, atas segala limpahan rahmat, hidayah, dan kekuatan selama proses
penyusunan tesis ini.

Ayah dan Ibu tercinta, yang telah mendidik, mendoakan, memberikan
dukungan tiada henti. Termakasih untuk semuanya.

Saudara-saudaraku tercinta, yang senantiasa menjadi penyemangat dikala
letih.

Dosen pembimbing, yang telah sabar membimbing dan memberikan ilmu yang
yangat berarti.

Orang tersayang, yang selalu memberikan semangat dalam keadaan apapun.

KATA PENGANTAR

Selesainya skripsi dengan judul “Pengembangan Model Permainan SSG 345 untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Sepak bola Siswa Kelas X SMK Ma’arif Sudimoro Kabupaten Pacitan” digunakan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi S1 di UN PGRI Kediri. Maka rasa syukur saya ungkapkan sebagai ucapan terima kasih kepada pihak-pihak terkait. Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada:

1. Bapak Dr. Zaenal Afandi, M.Si selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan dan motivasi kepada saya
2. Dr. M. Muchson, S.E,M.M., selaku Direktur Program Pascasarjana, yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan perhatian
3. Dr. Puspodari, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Magister Keguruan Olahraga dan dosen pembimbing, yang telah memberikan arahan dan motivasi dalam penyusunan tesis ini.
4. Dr. Wasis Himawanto, M.Or, dan Dr. Puspodari, M.Pd., selaku dosen Pembimbing, yang telah memberikan bimbingan akademik dan saran berharga selama proses penelitian.
5. Keluarga dan teman-teman, yang selalu memberikan dukungan moral dan semangat.

Semoga tesis ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pendidikan olahraga dan bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan. Penulis berharap agar hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya serta memberikan dampak positif dalam dunia pendidikan.

Kediri, _____

RONI ADI KRISNA
NPM: 2301010003

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasarn Teori	8
1. Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) ..	8
2. Pembelajaran Sepak Bola di Sekolah.....	13
3. Model Permainan SSG 345	23
B. Kajian Penelitian Terdahulu.....	32
C. Kerangka Berpikir.....	34
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Model/ Pendekatan Pengembangan	36
B. Prosedur Pengembangan	37
C. Desain Pengembangan	40
D. Tempat dna Waktu Prancangan	52
E. Instrumen Penelitian.....	53
F. Teknik Analisis Data.....	57

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	60
1. Deskripsi Data Penelitian	60
a. Deskripsi Data Uji Coba Skala Terbatas	60
b. Deskripsi Data Uji Coba Skala Lapangan	62
2. Hasil Analisis Data	64
B. Pembahasan.....	75

BAB V SIMPULAN

A. Simpulan	79
B. Implikasi Penelitian.....	79
C. Saran.....	80

DAFTAR PUSTAKA	82
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	87
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Kajian Penelitian Terdahulu.....	32
Tabel 3.1. Validator/ Ahli	38
Table 3.2. Jadwal Penelitian.....	52
Table 3.3. Kisi-kisi Instrumn Uji Kelayakan	55
Table 3.4. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Kepraktisan untuk Siswa.....	56
Tabel 3.5. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Kepraktisan untuk Guru	57
Table 3.6. Kategorisasi NormaRumus Aiken-V	58
Table 3.7. Kategorisasi NormaPenilaian Kepraktisan Model Permainan untuk Guru	58
Tabel 3.8. Kategorisasi Norma Penilaian Kepraktisan Model Permainan untuk Siswa.....	59
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Data Kepraktisan Model Permainan oleh Siswa Uji Coba Skala Terbatas	60
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Data Penilaian Kepraktisan Model oleh Guru Uji Coba Skala Terbatas.....	61
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Penilaian Kepraktisan Model Permainan oleh Siswa pada Uji Coba Lapangan.....	62
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Data Penilaian Kepraktisan oleh Guru pada Uji Coba Skala Lapangan.....	63
Tabel 4.5. Sintaks Model Permainan SSG 345	67
Table 4.6. Validator.....	69
Tabel 4.7. Hasil Penilaian Ahli Rumus Aiken V	69
Tabel 4.8. Rangkuman Uji Paired t-tes	75

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1. Pendekatan Pengembangan	40
Gambar 4.1. Histogram Penilaian Kepraktisan oleh Siswa Uji Coba Skala Awal.....	61
Gambar 4.2. Histogram Penilaian Kepraktisan Model Permainan oleh Guru pada Uji Coba Skala Awal.....	62
Gambar 4.3 Histogram Penilaian Kepraktisan Model Permainan oleh Siswa pada Uji Coba Lapangan	63
Gambar 4.4. Histogram Penilaian Kepraktisan oleh Guru pada Uji Coba Skala Lapangan.....	64

BAB I

PENDAHULAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang memiliki tujuan membentuk siswa yang sehat secara jasmani, mental, dan sosial. Melalui PJOK, siswa diajak untuk mengembangkan kebugaran fisik, keterampilan motorik, serta nilai-nilai sosial seperti kerja sama, tanggung jawab, dan sportivitas. Namun demikian, pelaksanaan PJOK sering kali menghadapi berbagai tantangan, terutama pada jenjang pendidikan menengah kejuruan (SMK) yang memiliki karakteristik siswa berbeda dengan jenjang lainnya. Siswa SMK cenderung lebih fokus pada pengembangan keterampilan vokasional dan kompetensi kerja, sehingga pelajaran PJOK sering kali dianggap tidak prioritas. Akibatnya, tingkat partisipasi dan antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK menjadi rendah, terutama jika metode yang digunakan tidak menarik atau terasa membebani. Situasi ini memerlukan strategi pembelajaran yang mampu mengaitkan aktivitas jasmani dengan pengalaman yang menyenangkan dan bermakna.

Salah satu materi yang memiliki potensi besar untuk menarik perhatian siswa SMK adalah sepak bola. Olahraga ini tidak hanya populer di kalangan remaja, tetapi juga memberikan tantangan fisik dan mental yang sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka. Permainan sepak bola juga sarat dengan nilai-nilai pendidikan seperti kerja sama, sportivitas, dan kepemimpinan. Namun, kenyataannya pembelajaran sepak bola di SMK masih sering dilakukan secara konvensional dan kurang inovatif. Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa pembelajaran sepak bola di SMK lebih sering dilakukan dengan format permainan bebas seperti 11 lawan 11 tanpa struktur pembelajaran yang jelas. Aktivitas ini memang menyenangkan bagi siswa, namun dari sudut pandang pedagogis, pendekatan tersebut kurang efektif dalam membentuk keterampilan dasar yang seharusnya menjadi tujuan utama pembelajaran. Tanpa adanya strategi pembelajaran yang terstruktur, proses belajar menjadi kurang terarah dan pencapaian hasil belajar menjadi tidak optimal.

Beberapa pengamatan tidak formal di sejumlah SMK menunjukkan bahwa banyak siswa belum mampu menguasai teknik dasar sepak bola dengan baik. Dalam kegiatan praktik, siswa sering kali melakukan kesalahan mendasar dalam mengoper bola, menggiring, dan menembak ke gawang. Masalah-masalah ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individu, tetapi juga mencerminkan kelemahan dalam pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh guru. Guru PJOK di SMK umumnya masih menggunakan metode ceramah dan demonstrasi teknik yang diikuti dengan latihan berulang secara individu. Metode ini memang bermanfaat untuk memperkenalkan keterampilan dasar, namun kurang mampu menstimulasi kreativitas, interaksi sosial, dan pemahaman taktik permainan secara mendalam. Selain itu, pendekatan satu arah ini tidak banyak memberikan ruang kepada siswa untuk belajar dari situasi permainan yang nyata. Permasalahan lain yang muncul di lapangan adalah keterbatasan sarana dan prasarana. Di banyak sekolah, lapangan olahraga tidak memenuhi standar ukuran sepak bola, jumlah bola sangat terbatas, dan kelas yang besar membuat pembelajaran menjadi tidak efektif. Dalam kondisi seperti ini, guru mengalami kesulitan dalam mengelola kelas, dan siswa tidak mendapatkan kesempatan latihan yang merata.

Tantangan tersebut semakin kompleks karena sebagian besar guru PJOK belum mendapatkan pelatihan profesional terkait inovasi pembelajaran, termasuk pendekatan berbasis permainan. Akibatnya, guru cenderung mengulang metode-metode lama yang sudah tidak sesuai lagi dengan tuntutan pendidikan abad ke-21. Situasi ini mengakibatkan stagnasi dalam pengembangan kualitas pembelajaran PJOK di SMK. Dalam upaya menjawab tantangan di atas, dibutuhkan pendekatan pembelajaran yang inovatif dan adaptif. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sepak bola secara menyenangkan dan kontekstual adalah model pembelajaran *small side games* (SSG). Model ini telah banyak digunakan di berbagai negara untuk mengembangkan teknik dan taktik sepak bola dalam suasana permainan skala kecil.

SSG merupakan bentuk permainan yang dimodifikasi, biasanya terdiri dari 3–6 pemain per tim, menggunakan lapangan lebih kecil, dan aturan yang disesuaikan. Model ini memberikan lebih banyak kesempatan kepada siswa untuk

menyentuh bola, melakukan aksi permainan, serta membuat keputusan dalam konteks permainan yang nyata. Hal ini mempercepat pembelajaran teknik dasar dan meningkatkan pemahaman taktik secara alami. Menurut Lugaya et al., (2019), model SSG sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan teknik, dan kognisi taktik siswa dalam permainan sepak bola. Dibandingkan dengan latihan teknik secara terpisah, SSG menciptakan lingkungan belajar yang lebih aktif, menyenangkan, dan realistis. Selain itu, pendekatan ini juga mendukung keterlibatan sosial karena siswa harus bekerja sama dalam tim kecil. Perdana et al., (2017) juga menambahkan bahwa penerapan SSG dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Ketika siswa merasa terlibat dan tertantang dalam permainan, mereka cenderung lebih semangat untuk belajar dan berlatih. Hal ini tentu menjadi modal penting untuk mencapai tujuan pembelajaran secara menyeluruh. Penerapan SSG dalam konteks pendidikan formal di Indonesia, khususnya pada jenjang SMK, masih sangat terbatas. Banyak guru belum familiar dengan pendekatan ini, baik dari segi konsep maupun penerapannya. Padahal, dengan modifikasi yang tepat, model ini dapat menjawab berbagai tantangan yang selama ini dihadapi dalam pembelajaran sepak bola.

Keterbatasan fasilitas justru dapat diatasi melalui SSG, karena lapangan kecil dan jumlah pemain sedikit memungkinkan penggunaan ruang dan alat yang lebih efisien. Di sisi lain, pembelajaran berbasis permainan juga dapat dilakukan dengan pembagian kelompok sehingga siswa lebih aktif dan peran mereka dalam pembelajaran lebih merata. Selain penguatan keterampilan teknik, SSG juga mendukung perkembangan aspek afektif dan kognitif siswa. Dalam setiap permainan, siswa dihadapkan pada situasi yang membutuhkan kerja sama, komunikasi, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran holistik dalam pendidikan jasmani.

Penerapan SSG juga mendukung kurikulum Merdeka Belajar yang menekankan pada pembelajaran aktif, kolaboratif, dan kontekstual. Dengan menggunakan model ini, guru tidak hanya mentransfer keterampilan, tetapi juga memfasilitasi siswa untuk membangun pengalaman belajar yang autentik dan bermakna. Urgensi untuk mengembangkan model pembelajaran sepak bola

berbasis SSG di SMK menjadi semakin besar mengingat rendahnya hasil belajar siswa dan keterbatasan sumber daya yang dimiliki sekolah. Model ini dapat dirancang secara sistematis sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik siswa SMK agar lebih aplikatif dan relevan.

Penelitian ini dilakukan sebagai respons terhadap kebutuhan akan model pembelajaran yang adaptif dan efektif untuk pembelajaran sepak bola di SMK. Dengan menyusun dan mengembangkan model SSG yang berbasis kebutuhan lapangan, diharapkan dapat menjadi solusi terhadap permasalahan yang telah diidentifikasi sebelumnya. Model yang dikembangkan nantinya diharapkan mampu memperbaiki kualitas pembelajaran PJOK secara menyeluruh, meningkatkan keterampilan dasar sepak bola siswa, dan membentuk sikap positif terhadap aktivitas fisik. Selain itu, model ini juga dapat dijadikan sebagai referensi atau alternatif inovasi pembelajaran bagi guru PJOK di sekolah lain. Sebagai bagian dari kontribusi akademik, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai pengembangan model pembelajaran dalam pendidikan jasmani. Dengan landasan teori yang kuat, data lapangan yang aktual, serta pendekatan pengembangan yang sistematis, model ini diharapkan memiliki daya guna tinggi dan dapat diimplementasikan secara luas.

Dengan demikian, pengembangan model permainan *small side games* dalam pembelajaran sepak bola di SMK merupakan kebutuhan yang mendesak sekaligus peluang strategis untuk meningkatkan kualitas pendidikan jasmani di Indonesia. Melalui penelitian ini, diharapkan tercipta sebuah model pembelajaran yang efektif, menyenangkan, serta mampu membekali siswa dengan keterampilan dasar sepak bola secara optimal.

B. Batasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada pengembangan model pembelajaran permainan sepak bola berbasis *small side games* (SSG) untuk siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak melebar, maka ruang lingkup masalah dibatasi pada hal-hal berikut:

1. Materi permainan yang dikaji dibatasi pada keterampilan dasar sepak bola,

yaitu menggiring bola (*dribbling*), mengoper bola (*passing*), dan menembak bola (*shooting*), yang menjadi fokus dalam penerapan model SSG.

2. Model yang dikembangkan berorientasi pada pendekatan permainan sisi kecil (*small side games*) yang menekankan pada keterlibatan aktif siswa dalam permainan dengan jumlah pemain sedikit (3 vs 3, 4 vs 4, atau 5 vs 5) dan modifikasi aturan permainan.
3. Subjek penelitian dibatasi pada siswa SMK kelas X yang mengikuti mata pelajaran PJOK dan telah mendapatkan materi sepak bola dalam kurikulum. Penelitian tidak mencakup jenjang pendidikan lain seperti SMP, SMA, atau sekolah dasar.
4. Penelitian ini tidak membahas aspek taktik lanjutan, strategi permainan tingkat tinggi, atau analisis performa dalam konteks kompetisi profesional, melainkan difokuskan pada pembelajaran dasar di lingkungan sekolah.
5. Faktor-faktor pendukung dalam pembelajaran seperti motivasi siswa, keterlibatan sosial, dan respon terhadap model juga diperhatikan, namun hanya dalam konteks pendukung terhadap keberhasilan model pembelajaran SSG yang dikembangkan

C. Rumusan Masalah

Berdasar pada latar belakang yang telah disampaikan diatas ditemukan permasalahan yang menjadi kajian dari penelitian ini. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dituliskan sebagai berikut:

1. Bagaimana desain model permainan SSG 345 dalam untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa Kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan?
2. Bagaimana kelayakan model permainan SSG 345 untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan?
3. Bagaimana efektivitas model permainan SSG 345 untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang diharapkan dari peneliti adalah untuk mengetahui:

1. Desain konseptual dari model permainan SSG 345 untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan.
2. Tingkat kelayakan model permainan SSG 345 untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan.
3. Keefektivitasan dari model permainan SSG 345 untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola siswa kelas X SMK Ma'arif Sudimoro Kabupaten Pacitan.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan dari peneliti adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan jasmani, khususnya dalam hal inovasi model pembelajaran permainan sepak bola. Penelitian ini memperkaya literatur mengenai penerapan model *small side games* (SSG) dalam konteks pendidikan formal di Indonesia, yang hingga saat ini masih terbatas. Selain itu, model yang dikembangkan dapat menjadi dasar teoritis bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji efektivitas pendekatan SSG terhadap aspek keterampilan, kognitif, maupun afektif siswa dalam pembelajaran olahraga. Penelitian ini juga dapat memperkuat dasar pedagogis bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan keterlibatan, motivasi, serta hasil belajar siswa secara menyeluruh.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru PJOK dapat memberikan alternatif model pembelajaran yang inovatif, aplikatif, dan menyenangkan untuk digunakan dalam pembelajaran sepak bola di sekolah, khususnya di SMK. Model ini dapat membantu guru mengelola kelas besar dengan lebih efektif dan

meningkatkan keterampilan dasar sepak bola siswa secara merata.

- b. Bagi siswa SMK dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih aktif, kolaboratif, dan kontekstual dalam pembelajaran sepak bola, sehingga mampu meningkatkan motivasi belajar, keterampilan teknik dasar, serta nilai-nilai sportivitas, kerja sama, dan tanggung jawab.
- c. Bagi Sekolah dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK melalui pendekatan yang kreatif dan efisien, serta mendukung pencapaian kompetensi siswa secara menyeluruh, baik dari aspek fisik maupun karakter.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A., Mulyana, A., & Sudrajat, A. (2025). Penerapan small sided games terhadap peningkatan passing dalam permainan futsal. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 12(1), 45–54.
- Ali, A., Mohamed, A., & Hassan, A. (2022). The influence of dribbling technique on performance of young soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(1), 33–41.
- Andrianto, H. (2023). Pengaruh pendekatan permainan small sided games terhadap peningkatan motivasi dan keterampilan bermain sepak bola siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 11(1), 20–28. <https://doi.org/10.17977/um040v11i12023p20>
- Andriansyah, R., Alwasi, M. N. D. I., Ramadhan, F. A., Zahra, E., & Riski, D. M. (2025). Strategi dan peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam membentuk karakter anak bangsa. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 1–6.
- Athanasios, K., & Kellis, S. (2009). Effects of small-sided games on physical and technical performance in youth soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23(1), 111–117. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181818efc6f>
- Bailey, R., Cope, E., & Pearce, G. (2021). Why do children play sport? *Educational Review*, 73(2), 184–199. <https://doi.org/10.1080/00131911.2019.1689375>
- Bangsbo, J., & Krstrup, P. (2008). Physical demands and training of top-class soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 26(S1), S1–S4.
- Bloomfield, J., Polman, R., & O'Donoghue, P. (2007). Physical demands of different positions in FA Premier League soccer. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6(1), 63–70.
- Borg, W. R., & Gall, M. D. (1983). *Educational research: An introduction* (4th ed.). Longman.
- Bradley, P. S., Carling, C., & Archer, D. (2011). Match performance and physical capacity of players in the English Premier League. *International Journal of Sports Medicine*, 32(10), 804–810.
- Carlos, B., Mendes, R., Silva, C., & Ribeiro, J. (2020). The effect of small-sided games on technical and tactical skills in youth soccer players. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 15(2), 210–219. <https://doi.org/10.1177/1747954120906067>
- Casey, A., & Kirk, D. (2020). Models-based practice in physical education.

Routledge.

- Clemente, F. M., Ramirez-Campillo, R., Castillo, D., Raya-González, J., Silva, A. F., Afonso, J., Sarmiento, H., & Aquino, R. (2021). Effects of small-sided game interventions on technical execution and tactical behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 667041. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.667041>
- Clemente, F. M., Sarmiento, H., & Afonso, J. (2020). Small-sided and conditioned games in soccer training: A systematic review. *Human Movement*, 21(2), 62–74.
- Côté, J., & Hancock, D. J. (2016). Evidence-based policies for youth sport programmes. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8(1), 51–65.
- Dyson, B. (2006). Students' perspectives of physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 25(4), 376–393.
- Dyson, B. (2014). Quality physical education: A commentary on effective physical education teaching. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 85–95. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726979>
- Fernández-Espínola, C., Abad Robles, M. T., & Gimenez Fuentes-Guerra, F. J. (2020). Small-sided games as a methodological resource for team sports teaching: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1884.
- Ford, P. R., Yates, I., & Williams, A. M. (2010). An analysis of practice activities and instructional behaviours used by youth soccer coaches during practice: Exploring the link between science and application. *Journal of Sports Sciences*, 28(5), 483–495.
- Gabbett, T., Kelly, J., & Sheppard, J. (2006). Speed, change of direction speed, and reactive agility of rugby league players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22(1), 174–181.
- Girsang, M., & Supriadi, H. (2021). Peningkatan shooting akurasi melalui latihan variasi tendangan pada siswa SSB. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 9(2), 100–109.
- González-Víllora, S., Serra-Olivares, J., & Pastor-Vicedo, J. C. (2015). Review of small-sided games as a pedagogical model for sport teaching and learning. *International Journal of Physical Education*, 52(2), 36–47.
- Graber, K. C., Woods, A. M., & Castelli, D. M. (2017). *Physical education for lifelong fitness: The physical best teacher's guide* (4th ed.). Human Kinetics.

- Hammami, A., Negra, Y., Billaut, F., & Granacher, U. (2022). Effects of strength vs. power training on performance in young soccer players. *Sports Medicine*, 52(1), 1–13.
- Harvey, S., Pill, S., & Almond, L. (2020). *Perspectives on Teaching Games for Understanding*. Routledge.
- Ismail, V. I., Hidayat, H., & Wahyuni, R. (2024). Efektivitas latihan berbasis permainan dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola. *Jurnal Educatio*, 9(1), 25–31.
- Jaya, I. N. (2023). Model pembelajaran Teaching Games for Understanding berbasis Small Sided Games untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola siswa SD. *TegAR: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1), 58–66.
- Kemendikbudristek. (2022). *Panduan implementasi Kurikulum Merdeka*. Direktorat Jenderal PAUD, Pendidikan Dasar, dan Menengah.
- Kinnerk, P., Harvey, S., MacDonncha, C., & Lyons, M. (2018). A review of the game-based approaches to coaching literature in competitive team sport settings. *Quest*, 70(4), 401–418.
- Kirk, D. (2020). *Physical education and curriculum study: A critical introduction*. Routledge.
- Kombong, A., & Purnomo, H. (2023). Aktivitas pembelajaran PJOK dalam pembentukan karakter siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(2), 113–124.
- Light, R. L., & Evans, J. R. (2020). Social dimensions of games-based approaches to coaching and teaching. *European Physical Education Review*, 26(2), 309–324.
- Marani, I. N., et al. (2024). Aspek pembelajaran dan metode belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. *Akademia Pustaka*.
- Memmert, D., & Harvey, S. (2023). Creative performance and tactical behavior in team sports: A review of small-sided games as a pedagogical approach. *Journal of Sports Sciences*, 41(1), 15–26.
- Naess, H. E. (2022). Teaching values through football: An empirical analysis of moral education in youth sport. *Sport, Education and Society*, 27(5), 488–503.
- Nuralif, Z. (2025). Pengembangan model permainan bola sepak untuk anak usia 13–15 tahun. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 10(1), 67–74.
- Pangrazi, R. P., & Beighle, A. (2019). *Dynamic physical education for elementary school children* (19th ed.). Human Kinetics.

- Pascual, B., López-Sánchez, G. F., & Torres, L. (2019). Long- and short-term effects of small-sided games on physical performance in soccer: A meta-analysis. *Journal of Sports Science & Medicine*, 18(3), 437–448.
- Penney, D., & Jess, M. (2004). Physical education and physically active lives: A lifelong approach to curriculum development. *European Physical Education Review*, 10(1), 21–43.
- Pfister, G., Fasting, K., & Scraton, S. (2021). Heading and health in soccer: The ethical dilemma in youth football. *Sport, Ethics and Philosophy*, 15(2), 151–165.
- Pill, S. (2016). Games sense in Australian physical education: Student performance, perceptions and knowledge. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(6), 571–588.
- Ridwan, M., & Adil, H. (2023). Pengembangan model permainan sepak bola mini berbasis pendekatan bermain untuk meningkatkan hasil belajar siswa SD. *Jurnal Coaching: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 145–157. <https://doi.org/10.37985/coaching.v4i2.4576>
- Rojó, R., Peñas, C. L., & Torres, L. (2022). Effectiveness of modified games in physical education: A meta-analysis. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(2), 601–608.
- Rossi, A., Perri, E., & Pazzona, R. (2020). Relationship between technical skills and decision making in youth soccer. *Sports*, 8(12), 157.
- Santrock, J. W. (2022). *Child development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.
- Schaal, S., Yang, C., & Kim, M. (2021). Tactical behavior and performance in small-sided soccer games. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(1), 123–134.
- Sgrò, F., Aiello, F., Casella, A., & Lipoma, M. (2018). Tactical behaviour and performance indicators in 3 vs. 3 and 6 vs. 6 soccer small-sided games. *Journal of Sports Sciences*, 36(18), 2084–2090. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1435989>
- Suherman, A. (2021). *Strategi pembelajaran PJOK berbasis aktivitas*. UPI Press.
- Tannehill, D., MacPhail, A., Walsh, J., & Woods, C. (2015). What makes physical education meaningful for students? A review of the literature. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(3), 276–294.
- Thorpe, R., Bunker, D., & Almond, L. (2019). *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice*. Routledge.
- UNESCO. (2015). *International charter of physical education, physical activity and sport*. <https://en.unesco.org/themes/sport-and-anti-doping/charter>

- Widaningsih, R., Hidayat, R., & Puspitasari, M. (2024). Pengaruh model pembelajaran langsung terhadap hasil belajar passing sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 205–213.
- Wijaya, T., Subarjah, H., & Kustiawan, U. (2021). Model latihan kombinasi untuk peningkatan kemampuan dasar sepak bola. *Jurnal Coaching dan Sport Performance*, 3(1), 55–62.
- Xu, W., Wang, Y., & Zhang, H. (2024). Small-sided games: A flexible approach for schools with limited resources. *International Journal of Physical Education and Sports*, 11(1), 29–37.