JPPD: Jurnal Penelitian Pendidikan Dasar
ISSN Online : 3165-0112
Volume 03 Nomor 04, Desember 2026

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN UMPAN JAUH DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI METODE PEMBELAJARAN RESIPROKAL PADA SISWA KELAS XI SMA MUHAMMADIYAH 1 SEKAMPUNG UDIK

Diko Apriansyah[1], Rahmat Syaifudin[2], Ferdi Zulkarnain[3]
[1,2,3] PJKR, FKIP, Universitas Nahdlatul Ulama Lampung
[1]Dikoapriansyah01@gmail.com, [2]rahmatsyaif7730@gmail.com,
[3]Ferdizul007@gmail.com

ABSTRACT

Long-passing skills are an essential component of soccer that requires accuracy, motor coordination, and appropriate kicking techniques. This study was motivated by the limited long-passing skills of eleventh-grade students at SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik, particularly in ball direction accuracy, foot-to-ball contact, and movement coordination. The study aimed to describe improvements in soccer long-passing skills through the implementation of the reciprocal teaching style. This study employed Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles, each consisting of planning, action, observation, and reflection. The participants were 28 students from class XI A. Data were collected through long-passing skill tests, student activity observations, and documentation. Reciprocal teaching was implemented through paired learning activities in which students alternated between performer and observer roles. Based on recalculations of the individual scores presented in the thesis, the mean skill score increased from 71.00 in the pre-cycle stage to 73.18 in Cycle I and 80.25 in Cycle II. Learning mastery increased from 21.43% to 46.43% and reached 82.14% in Cycle II. Student activity also increased from 75.83% in Cycle I to 91.67% in Cycle II. These findings indicate improvements in long-passing skills and student participation during the implementation of reciprocal teaching. This approach may serve as an alternative instructional strategy in soccer education by promoting active participation, peer observation, and structured feedback.

Keywords: *Reciprocal Teaching; Long-Passing Skills; Soccer; Physical Education; Classroom Action Research.*

ABSTRAK

Keterampilan umpan jauh merupakan salah satu teknik penting dalam permainan sepak bola yang memerlukan ketepatan sasaran, koordinasi gerak, dan penguasaan teknik menendang. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya keterampilan umpan jauh siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik, terutama pada aspek ketepatan arah bola, perkenaan kaki, dan koordinasi gerakan. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan peningkatan keterampilan umpan jauh sepak bola melalui penerapan metode pembelajaran resiprokal. Penelitian menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 28 siswa kelas XI A. Pengumpulan data

dilakukan melalui tes keterampilan umpan jauh, observasi aktivitas siswa, dan dokumentasi. Pembelajaran resiprokal diterapkan secara berpasangan dengan pembagian peran sebagai eksekutor dan evaluator secara bergantian. Berdasarkan penghitungan ulang data individu yang tercantum dalam skripsi, nilai rata-rata keterampilan siswa meningkat dari 71,00 pada pra-siklus menjadi 73,18 pada siklus I dan 80,25 pada siklus II. Ketuntasan belajar meningkat dari 21,43% menjadi 46,43% dan mencapai 82,14% pada siklus II. Aktivitas siswa juga meningkat dari 75,83% pada siklus I menjadi 91,67% pada siklus II. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan umpan jauh dan aktivitas siswa selama penerapan pembelajaran resiprokal. Metode ini berpotensi menjadi alternatif pembelajaran sepak bola yang mendorong keterlibatan aktif, pengamatan, dan pemberian umpan balik antarsiswa.

Kata kunci: Pembelajaran Resiprokal; Keterampilan Umpan Jauh; Sepak Bola; Pendidikan Jasmani; Penelitian Tindakan Kelas.

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang berperan dalam mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, kemampuan kognitif, serta kompetensi sosial peserta didik melalui aktivitas gerak yang terencana dan sistematis. Pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada penguasaan keterampilan fisik, tetapi juga diarahkan untuk membentuk kemampuan bekerja sama, berkomunikasi, dan mengambil keputusan dalam berbagai situasi permainan. Salah satu materi pembelajaran yang mendukung pencapaian tujuan tersebut adalah permainan sepak bola. Sepak bola merupakan olahraga beregu yang menuntut penguasaan keterampilan teknik, koordinasi gerak, dan kerja sama antarpemain agar permainan berlangsung secara efektif. Penguasaan teknik dasar, meliputi mengoper bola (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), menghentikan bola (*stopping*), dan menendang bola ke gawang (*shooting*), menjadi fondasi penting dalam pembelajaran sepak bola. Di antara keterampilan tersebut, *passing* memiliki peran strategis karena menentukan kelancaran distribusi bola dan efektivitas kerja sama tim. (Anugrah, 2023) menunjukkan bahwa akurasi operan merupakan salah satu komponen penting dalam performa permainan sepak bola. Sementara itu, (Pratama & Yono, 2024) mengungkapkan bahwa penggunaan model pembelajaran yang melibatkan tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi *passing* sepak bola. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa keberhasilan pembelajaran teknik dasar sepak bola tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan

fisik siswa, tetapi juga berkaitan dengan pemilihan pendekatan pembelajaran yang memberikan kesempatan berlatih secara aktif dan terarah.

Salah satu keterampilan *passing* yang memerlukan penguasaan teknik secara khusus adalah umpan jauh (*long pass/lofted pass*), yaitu teknik mengoper bola menuju sasaran yang berjarak relatif jauh dengan mempertimbangkan kekuatan tendangan, lintasan bola, dan ketepatan arah. Keterampilan ini digunakan untuk memindahkan arah serangan, mempercepat transisi permainan, membuka ruang, serta mendistribusikan bola kepada rekan satu tim yang berada pada posisi strategis. Keberhasilan umpan jauh ditentukan oleh beberapa komponen gerak, antara lain posisi kaki tumpu, perkenaan kaki dengan bola, koordinasi ayunan tungkai, keseimbangan tubuh, dan gerakan lanjutan setelah menendang. (Ou et al., 2023) menemukan bahwa penempatan kaki tumpu berpengaruh terhadap kecepatan dan akurasi tendangan sepak bola sehingga ketepatan pelaksanaan teknik menjadi aspek penting dalam pencapaian hasil tendangan yang optimal. Selain itu, (Sari et al., 2026) menunjukkan bahwa variasi latihan *long passing* dapat meningkatkan ketepatan umpan jauh pada pemain sepak bola perempuan. Meskipun penelitian tersebut dilakukan dalam konteks latihan pemain, temuannya menegaskan pentingnya pengulangan gerak dan pengembangan teknik secara terstruktur. Dalam konteks pembelajaran sekolah, penguasaan umpan jauh memerlukan strategi pembelajaran yang tidak hanya memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan praktik berulang, tetapi juga membantu mereka mengenali dan memperbaiki kesalahan teknik. Oleh karena itu, pemilihan metode pembelajaran yang memungkinkan siswa memperoleh pengamatan dan umpan balik secara langsung menjadi kebutuhan penting dalam pembelajaran keterampilan umpan jauh.

Permasalahan penguasaan keterampilan umpan jauh juga ditemukan dalam pembelajaran sepak bola pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti, sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan umpan jauh secara tepat dan terarah. Kesalahan yang ditemukan terutama berkaitan dengan posisi kaki tumpu, perkenaan kaki terhadap bola, kekuatan ayunan tungkai, keseimbangan tubuh, serta ketepatan arah bola menuju sasaran. Kondisi tersebut menyebabkan hasil umpan kurang konsisten dan menghambat kelancaran permainan ketika siswa

mengikuti kegiatan pembelajaran maupun permainan sepak bola. Hasil wawancara dengan guru PJOK juga menunjukkan bahwa pembelajaran masih cenderung menggunakan pendekatan konvensional dengan variasi latihan yang terbatas. Kegiatan praktik umpan belum sepenuhnya disertai proses pengamatan dan pemberian umpan balik yang sistematis sehingga siswa memiliki keterbatasan dalam mengidentifikasi kesalahan geraknya secara mandiri. Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya perbaikan proses pembelajaran melalui pendekatan yang memberikan ruang lebih besar bagi keterlibatan siswa dalam kegiatan praktik dan evaluasi keterampilan. Pentingnya interaksi antarsiswa dalam pembelajaran juga didukung oleh (Lentillon-Kaestner & Roure, 2024), yang menemukan bahwa hubungan sosial dan komposisi pasangan belajar berkaitan dengan minat situasional siswa dalam pembelajaran resiprokal. Dengan demikian, pembelajaran umpan jauh perlu diarahkan pada kegiatan yang mengintegrasikan latihan keterampilan motorik, komunikasi, dan evaluasi antarteman agar proses perbaikan teknik dapat berlangsung secara lebih terstruktur.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah metode pembelajaran resiprokal (*reciprocal teaching style*). Menurut (Mosston & Ashworth, 2008), pembelajaran resiprokal merupakan gaya mengajar yang menempatkan siswa secara berpasangan dengan pembagian peran sebagai pelaku gerakan dan pengamat, sedangkan guru bertugas menetapkan kriteria penilaian serta memfasilitasi proses pembelajaran. Dalam penerapannya, siswa yang bertindak sebagai eksekutor melakukan keterampilan gerak sesuai instruksi, sementara siswa yang berperan sebagai evaluator mengamati pelaksanaan gerakan dan memberikan umpan balik berdasarkan indikator yang telah ditentukan. Kedua siswa kemudian bertukar peran sehingga masing-masing memperoleh pengalaman mempraktikkan, mengamati, dan mengevaluasi keterampilan. (Jones, 2025) menunjukkan bahwa pendekatan resiprokal dipersepsikan oleh guru pendamping sebagai strategi yang mendukung pengembangan keterampilan motorik, pemahaman siswa, dan interaksi sosial dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Penelitian (Syahruddin & Sahabuddin, 2024) pada siswa kelas XI SMA Negeri 20 Makassar juga menemukan adanya peningkatan keterampilan *passing* sepak bola melalui penerapan strategi pembelajaran resiprokal dalam penelitian tindakan kelas. Sejalan dengan temuan

tersebut, (Efendi et al., 2025) melaporkan bahwa penerapan gaya mengajar resiprokal memberikan peningkatan hasil belajar materi *passing* sepak bola pada siswa SMP Negeri 2 Belitang Mulya. Hasil penelitian tersebut memberikan dasar empiris bahwa keterlibatan siswa sebagai pelaku dan pengamat dapat digunakan untuk mendukung pembelajaran keterampilan gerak. Namun, keberhasilan penerapannya tetap memerlukan kejelasan indikator pengamatan, kemampuan siswa memberikan umpan balik, serta pendampingan guru selama pembelajaran.

Berdasarkan penelitian terdahulu, penerapan pembelajaran resiprokal telah dikaji dalam berbagai konteks pendidikan jasmani, termasuk pembelajaran *passing* sepak bola, interaksi antarsiswa, dan pengembangan keterampilan motorik. Meskipun demikian, penelitian yang telah diuraikan lebih banyak membahas keterampilan *passing* secara umum, pembelajaran dengan tutor sebaya, atau persepsi terhadap penerapan metode resiprokal. Kajian yang secara khusus mengintegrasikan pembelajaran resiprokal dengan penguasaan keterampilan umpan jauh (*lofted pass*) pada siswa sekolah menengah atas masih perlu dikembangkan, terutama melalui penelitian tindakan kelas yang mendokumentasikan perkembangan keterampilan dan perbaikan proses pembelajaran pada setiap siklus. Perbedaan karakteristik umpan jauh dengan umpan pendek, khususnya dalam kebutuhan kekuatan tendangan, pengaturan lintasan bola, koordinasi gerak, dan akurasi sasaran, menuntut pemberian umpan balik yang sesuai dengan indikator keterampilan yang dipelajari. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan metode pembelajaran resiprokal dalam meningkatkan keterampilan umpan jauh sepak bola pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik melalui penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Penelitian ini juga diarahkan untuk mengidentifikasi perkembangan keterampilan siswa, perubahan aktivitas pembelajaran, serta bentuk perbaikan tindakan berdasarkan hasil refleksi setiap siklus. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan memperluas kajian mengenai penerapan gaya mengajar resiprokal pada pembelajaran keterampilan gerak spesifik dalam sepak bola. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan alternatif strategi pembelajaran bagi guru PJOK melalui penerapan latihan berpasangan, pengamatan teman sebaya, dan pemberian umpan balik yang

terstruktur untuk mendukung peningkatan kualitas pembelajaran sepak bola di sekolah.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* dengan analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan tersebut dipilih karena penelitian berorientasi pada perbaikan proses pembelajaran dan peningkatan keterampilan umpan jauh (*long pass/lofted pass*) dalam permainan sepak bola melalui penerapan metode pembelajaran resiprokal. Penelitian tindakan kelas memungkinkan peneliti mengidentifikasi permasalahan pembelajaran, melaksanakan tindakan perbaikan, mengevaluasi hasil, dan melakukan refleksi secara berkelanjutan. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan mengacu pada tahapan penelitian tindakan kelas yang mencakup perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*) sebagaimana dijelaskan oleh (Arikunto et al., 2021). Penggunaan desain serupa ditemukan dalam penelitian Syahruddin dan Sahabuddin (2024) yang menerapkan pembelajaran resiprokal untuk meningkatkan keterampilan *passing* sepak bola melalui pengukuran awal dan evaluasi pada setiap siklus. Selain itu, (Darmada & Wiguna, 2025) menggunakan penelitian tindakan kelas untuk mengevaluasi perbaikan hasil belajar *passing* sepak bola melalui tindakan pembelajaran yang dilaksanakan secara bertahap. Dengan demikian, desain PTK dipandang sesuai untuk mendokumentasikan perkembangan keterampilan siswa sekaligus mengevaluasi proses penerapan pembelajaran resiprokal.

Penelitian dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik, Kecamatan Sekampung Udik, Kabupaten Lampung Timur, Provinsi Lampung, pada semester ganjil tahun ajaran 2026/2027, yaitu selama periode Agustus–September 2026. Pelaksanaan penelitian disesuaikan dengan jadwal pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik, sedangkan subjek tindakan adalah 28 siswa kelas XI A. Pemilihan kelas dilakukan secara *purposive* berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa keterampilan umpan jauh siswa masih belum optimal. Seluruh siswa dalam kelas

terpilih dilibatkan dalam tindakan pembelajaran sehingga penelitian mencakup keseluruhan anggota kelas tersebut. Penentuan subjek berdasarkan karakteristik dan kebutuhan penelitian sejalan dengan prinsip pemilihan sampel yang dikemukakan oleh (Swarjana, 2022). Jumlah 28 siswa didasarkan pada jumlah anggota kelas sasaran, bukan hasil perhitungan ukuran sampel untuk generalisasi statistik. Oleh karena itu, hasil penelitian terutama ditujukan untuk mengevaluasi perbaikan pembelajaran pada kelas yang diteliti.

Pelaksanaan penelitian diawali dengan kegiatan pra-siklus melalui observasi kondisi pembelajaran, identifikasi kesalahan teknik, dan pengukuran awal keterampilan umpan jauh siswa. Pada siklus I, peneliti menyusun modul ajar, menyiapkan sarana pembelajaran, menentukan indikator penilaian, serta merancang kegiatan pembelajaran menggunakan metode resiprokal. Pelaksanaan tindakan dilakukan dengan membagi 28 siswa menjadi 14 pasangan yang masing-masing terdiri atas seorang eksekutor dan seorang evaluator. Guru terlebih dahulu menjelaskan serta mendemonstrasikan teknik umpan jauh yang meliputi posisi badan, penempatan kaki tumpu, perkenaan kaki terhadap bola, ayunan tungkai, arah tendangan, dan gerakan lanjutan. Eksekutor kemudian mempraktikkan keterampilan umpan jauh, sedangkan evaluator mengamati gerakan berdasarkan lembar penilaian dan memberikan umpan balik mengenai ketepatan pelaksanaan teknik. Setelah kegiatan praktik selesai, kedua siswa bertukar peran sehingga memperoleh kesempatan yang sama untuk melakukan gerakan dan memberikan penilaian. Guru bersama peneliti melakukan observasi terhadap aktivitas pembelajaran dan melaksanakan evaluasi keterampilan pada akhir siklus. Hasil observasi dan tes selanjutnya digunakan sebagai dasar refleksi untuk mengidentifikasi aspek pembelajaran yang perlu diperbaiki.

Pelaksanaan siklus II dilakukan berdasarkan hasil refleksi pada siklus I dengan mempertahankan prinsip pembelajaran resiprokal dan melakukan penyempurnaan pada proses tindakan. Perbaikan difokuskan pada peningkatan kejelasan demonstrasi teknik, pemahaman siswa terhadap indikator penilaian, ketepatan pemberian umpan balik, kesempatan melakukan latihan, serta intensitas pendampingan guru. Siswa kembali melaksanakan kegiatan berpasangan dengan pembagian peran eksekutor dan evaluator secara bergantian. Pengamatan dilakukan terhadap keterlaksanaan pembelajaran, keaktifan siswa, kemampuan

memberikan umpan balik, dan perkembangan teknik umpan jauh. Pada akhir siklus II, siswa mengikuti evaluasi keterampilan menggunakan indikator penilaian yang sama dengan pengukuran sebelumnya. Hasil tindakan dianalisis untuk menentukan ketercapaian indikator keberhasilan penelitian. Penerapan tahapan tindakan, pengamatan, dan refleksi secara berulang juga digunakan oleh (Poku et al., 2024) serta (Hermawan et al., 2026) dalam penelitian tindakan kelas pada pembelajaran *passing* sepak bola.

Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan umpan jauh, observasi terstruktur, dan dokumentasi. Instrumen utama berupa tes keterampilan umpan jauh yang digunakan untuk mengukur kemampuan siswa dalam melakukan operan menuju sasaran berdasarkan aspek ketepatan arah bola, akurasi umpan, kekuatan tendangan, teknik perkenaan kaki, sikap awal, dan gerakan lanjutan. Peralatan pengukuran meliputi bola sepak ukuran lima, *cone*, peluit, meteran, lapangan sepak bola, dan lembar penilaian. Prosedur khusus tes umpan jauh dalam skripsi mencantumkan sasaran berukuran 3 × 3 meter pada jarak 25 meter dari titik tendangan. Namun, jumlah percobaan dan mekanisme konversi hasil tes menjadi nilai akhir masih memerlukan konfirmasi berdasarkan instrumen yang benar-benar digunakan selama penelitian. Observasi dilaksanakan secara kolaboratif oleh peneliti dan guru PJOK menggunakan lembar pengamatan aktivitas siswa dan evaluasi teman sebaya. Dokumentasi berupa foto kegiatan, daftar kehadiran, serta catatan hasil evaluasi digunakan sebagai data pendukung. Rancangan pengujian instrumen dalam skripsi mencantumkan korelasi *Product Moment Pearson* untuk validitas dan koefisien reliabilitas berbasis konsistensi internal. Akan tetapi, nilai koefisien hasil pengujian belum dilaporkan sehingga validitas dan reliabilitas empiris instrumen belum dapat dipastikan.

Data penelitian dianalisis menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif dilakukan dengan menghitung nilai rata-rata keterampilan siswa pada tahap pra-siklus, siklus I, dan siklus II, serta membandingkan persentase ketuntasan belajar pada setiap tahap. Nilai rata-rata dihitung dengan membagi jumlah keseluruhan nilai siswa dengan jumlah peserta yang mengikuti tes, sedangkan ketuntasan klasikal dihitung dari perbandingan jumlah siswa yang memperoleh nilai minimal 75 terhadap jumlah seluruh siswa, kemudian dikalikan 100%. Data aktivitas siswa disajikan dalam bentuk persentase

berdasarkan hasil observasi selama tindakan pembelajaran. Analisis kualitatif dilakukan melalui penelaahan catatan pengamatan dan hasil refleksi untuk mengidentifikasi perkembangan pembelajaran, kendala pelaksanaan, serta bentuk perbaikan tindakan. Indikator keberhasilan penelitian ditetapkan apabila sekurang-kurangnya 80% siswa memperoleh nilai keterampilan umpan jauh ≥75. Penelitian dihentikan apabila indikator tersebut telah tercapai. Pengolahan data menggunakan perhitungan statistik deskriptif, sedangkan penggunaan perangkat lunak statistik tertentu tidak dilaporkan dalam skripsi.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini berfokus pada penerapan metode pembelajaran resiprokal untuk meningkatkan keterampilan umpan jauh (*long pass/lofted pass*) dalam permainan sepak bola pada 28 siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik. Pelaksanaan tindakan terdiri atas tahap pra-siklus, siklus I, dan siklus II. Penilaian dilakukan melalui tes keterampilan umpan jauh dan observasi aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Hasil penelitian diuraikan berdasarkan perkembangan keterampilan, keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran, serta perubahan tindakan yang dilakukan setelah refleksi setiap siklus. Angka yang disajikan merupakan hasil rekapitulasi dalam naskah skripsi dan masih memerlukan pemeriksaan terhadap data pengukuran asli sebelum digunakan sebagai temuan final artikel.

1. Kondisi Awal Keterampilan Umpan Jauh Siswa

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa keterampilan umpan jauh siswa belum mencapai hasil yang diharapkan. Kesulitan yang ditemukan terutama berkaitan dengan ketepatan arah tendangan, kekuatan umpan, posisi kaki tumpu, perkenaan kaki terhadap bola, serta gerakan lanjutan setelah menendang. Sebagian siswa belum mampu mengarahkan bola menuju sasaran secara konsisten sehingga kualitas umpan yang dihasilkan masih kurang optimal. Selain itu, proses pembelajaran sebelumnya cenderung menggunakan pendekatan konvensional dengan variasi kegiatan yang terbatas. Kondisi tersebut menjadi dasar penerapan pembelajaran resiprokal yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan praktik sekaligus memperoleh umpan balik dari teman

sebaya. Berdasarkan tabel rekapitulasi pra-siklus, nilai rata-rata keterampilan umpan jauh siswa dilaporkan sebesar 66,64, dengan nilai tertinggi 82 dan nilai terendah 52. Dari 28 siswa, sebanyak 6 siswa (21,43%) telah mencapai nilai ketuntasan minimal 75, sedangkan 22 siswa (78,57%) belum mencapai ketuntasan. Rendahnya persentase ketuntasan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih memerlukan perbaikan pembelajaran, terutama pada penguasaan teknik dasar yang mendukung keberhasilan umpan jauh.

2. Hasil Penerapan Pembelajaran Resiprokal pada Siklus I

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilakukan dengan membagi siswa menjadi 14 pasangan yang masing-masing terdiri atas seorang eksekutor dan seorang evaluator. Guru memberikan penjelasan mengenai teknik umpan jauh dan mendemonstrasikan gerakan yang benar sebelum kegiatan praktik dimulai. Eksekutor bertugas melakukan umpan jauh menuju sasaran, sedangkan evaluator mengamati pelaksanaan gerakan menggunakan lembar penilaian yang telah disediakan. Aspek yang diamati meliputi sikap awal, posisi kaki tumpu, perkenaan kaki, ayunan tungkai, arah bola, gerakan lanjutan, dan keseimbangan tubuh. Setelah kegiatan praktik, evaluator memberikan masukan mengenai gerakan yang sudah tepat maupun aspek teknik yang perlu diperbaiki. Kedua siswa kemudian bertukar peran agar memperoleh kesempatan yang sama dalam melakukan praktik dan pengamatan. Hasil observasi menunjukkan bahwa aktivitas siswa pada siklus I mencapai rata-rata 75,83%. Aktivitas tertinggi terdapat pada aspek kedisiplinan mengikuti pembelajaran (82%), sedangkan persentase terendah terdapat pada kemampuan memberikan umpan balik (68%). Temuan ini menunjukkan bahwa siswa mulai terlibat dalam pembelajaran berpasangan, tetapi kemampuan mengevaluasi keterampilan teman sebaya masih memerlukan penguatan.

Berdasarkan rekapitulasi hasil tes siklus I, nilai rata-rata keterampilan umpan jauh dilaporkan meningkat menjadi 73,14, dengan nilai tertinggi 84 dan nilai terendah 60. Jumlah siswa yang mencapai ketuntasan dilaporkan sebanyak 15 orang (53,57%), sedangkan 13 siswa (46,43%) belum mencapai nilai 75. Dibandingkan kondisi awal, terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 6,50 poin dan ketuntasan klasikal sebesar 32,14 poin persentase menurut angka rekapitulasi tersebut. Meskipun demikian, hasil ini belum memenuhi indikator keberhasilan tindakan, yaitu sekurang-kurangnya 80% siswa mencapai nilai minimal 75. Refleksi

pelaksanaan siklus I mengidentifikasi beberapa kendala, antara lain keterbatasan pemahaman siswa terhadap indikator pengamatan, kurang tepatnya umpan balik yang diberikan evaluator, rendahnya kepercayaan diri sebagian siswa, dan belum konsistennya teknik perkenaan kaki maupun arah tendangan. Oleh karena itu, tindakan dilanjutkan ke siklus II dengan melakukan perbaikan pada penyampaian materi, demonstrasi teknik, pendampingan guru, dan pelaksanaan evaluasi antarteman.

3. Hasil Perbaikan Pembelajaran pada Siklus II

Tindakan pada siklus II dilaksanakan melalui penyempurnaan kegiatan pembelajaran berdasarkan hasil refleksi sebelumnya. Guru memberikan demonstrasi teknik umpan jauh secara lebih terperinci, memperjelas indikator penilaian, serta menunjukkan contoh pemberian umpan balik yang sesuai dengan kesalahan gerak. Siswa memperoleh kesempatan latihan tambahan dan tetap melaksanakan kegiatan berpasangan dengan pertukaran peran antara eksekutor dan evaluator. Guru juga meningkatkan pendampingan untuk memastikan bahwa pengamatan dan koreksi dilakukan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Hasil observasi siklus II menunjukkan bahwa rata-rata aktivitas siswa meningkat menjadi 91,67%. Aspek memberikan umpan balik meningkat dari 68% pada siklus I menjadi 88% pada siklus II. Keaktifan sebagai evaluator meningkat dari 72% menjadi 91%, sedangkan keaktifan sebagai eksekutor meningkat dari 78% menjadi 93%. Peningkatan juga tercatat pada aspek kerja sama, perhatian terhadap penjelasan guru, dan kedisiplinan mengikuti pembelajaran. Secara keseluruhan, rata-rata aktivitas siswa meningkat sebesar 15,84 poin persentase dari siklus I ke siklus II. Perubahan tersebut mengindikasikan adanya perkembangan keterlibatan siswa dalam kegiatan praktik, pengamatan, dan evaluasi selama penerapan pembelajaran resiprokal.

Hasil rekapitulasi tes keterampilan umpan jauh pada siklus II menunjukkan nilai rata-rata sebesar 80,39, dengan nilai tertinggi 91 dan nilai terendah 70. Jumlah siswa yang dinyatakan tuntas dalam rekapitulasi meningkat menjadi 24 orang (85,71%), sedangkan 4 siswa (14,29%) dilaporkan belum mencapai nilai ketuntasan minimal. Dibandingkan siklus I, nilai rata-rata meningkat sebesar 7,25 poin dan ketuntasan klasikal bertambah 32,14 poin persentase. Berdasarkan rekapitulasi tersebut, persentase ketuntasan pada siklus II telah melampaui indikator

keberhasilan tindakan sebesar 80%. Akan tetapi, pencapaian ini masih harus diverifikasi karena jumlah siswa tuntas dan rata-rata nilai pada tabel individu berbeda dari angka rekapitulasi. Dengan demikian, hasil siklus II memberikan gambaran sementara mengenai perkembangan keterampilan dan aktivitas siswa, sedangkan penetapan hasil akhir penelitian harus didasarkan pada data yang telah diperiksa konsistensinya.

3. Perbandingan Hasil Pra-Siklus, Siklus I, dan Siklus II

Perbandingan hasil pembelajaran pada setiap tahap disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Rekapitulasi keterampilan umpan jauh siswa berdasarkan angka yang dilaporkan dalam skripsi

Indikator	Pra-Siklus	Siklus I	Siklus II
Jumlah siswa	28	28	28
Nilai rata-rata	66,64	73,14	80,39
Nilai tertinggi	82	84	91
Nilai terendah	52	60	70
Siswa tuntas	6	15	24
Siswa belum tuntas	22	13	4
Ketuntasan klasikal	21,43%	53,57%	85,71%

Sumber: Tabel rekapitulasi dalam skripsi; seluruh angka perlu diverifikasi terhadap data individu.

Berdasarkan angka yang dilaporkan pada Tabel 1, nilai rata-rata keterampilan umpan jauh mengalami peningkatan sebesar 13,75 poin dari pra-siklus hingga siklus II, sedangkan ketuntasan klasikal meningkat sebesar 64,28 poin persentase. Perkembangan tersebut disertai perubahan aktivitas siswa sebagaimana disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Perbandingan aktivitas siswa selama pembelajaran resiprokal

Aspek yang diamati	Siklus I	Siklus II
Memperhatikan penjelasan guru	75%	89%
Aktif sebagai eksekutor	78%	93%
Aktif sebagai evaluator	72%	91%
Memberikan umpan balik	68%	88%
Bekerja sama dengan pasangan	80%	94%
Mengikuti pembelajaran dengan disiplin	82%	95%
Rata-rata	75,83%	91,67%

Sumber: Hasil observasi aktivitas siswa pada siklus I dan siklus II dalam skripsi.

Data observasi memperlihatkan bahwa seluruh aspek aktivitas yang diamati mengalami peningkatan pada siklus II. Peningkatan terbesar terdapat pada

kemampuan memberikan umpan balik sebesar 20 poin persentase, diikuti keaktifan sebagai evaluator sebesar 19 poin persentase. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perkembangan aktivitas siswa tidak hanya berkaitan dengan intensitas praktik, tetapi juga dengan keterlibatan dalam proses pengamatan dan evaluasi keterampilan. Meskipun demikian, data aktivitas yang tersedia merupakan persentase observasi dan belum disertai hasil pengujian reliabilitas penilaian antarpengamat. Oleh karena itu, perubahan tersebut perlu ditafsirkan sebagai perkembangan deskriptif selama tindakan pembelajaran.

Pembahasan

Peningkatan keterampilan umpan jauh yang digambarkan dalam rekapitulasi penelitian menunjukkan adanya kecenderungan perbaikan hasil belajar selama penerapan metode pembelajaran resiprokal. Pada kondisi awal, kesalahan siswa terutama ditemukan pada penempatan kaki tumpu, perkenaan kaki dengan bola, ayunan tungkai, dan ketepatan arah tendangan. Kesalahan tersebut berkaitan dengan unsur koordinasi gerak yang menentukan keberhasilan pelaksanaan umpan jauh. Melalui pembelajaran resiprokal, siswa memperoleh kesempatan melakukan praktik berulang dan menerima masukan terhadap kesalahan yang diamati oleh pasangan belajarnya. Secara teoretis, proses tersebut sejalan dengan pandangan (Mosston & Ashworth, 2008) bahwa gaya mengajar resiprokal menempatkan siswa sebagai pelaku dan pengamat yang secara bergantian menjalankan peran untuk memperbaiki keterampilan berdasarkan kriteria tertentu. Keterlibatan sebagai pengamat memungkinkan siswa memperhatikan unsur gerak yang sebelumnya kurang disadari ketika melakukan praktik secara langsung. Dalam konteks umpan jauh, pengamatan terhadap posisi kaki tumpu, arah ayunan, dan gerakan lanjutan dapat membantu siswa mengenali komponen teknik yang perlu diperbaiki. Meskipun demikian, peningkatan skor total tidak secara langsung membuktikan bahwa setiap komponen teknik mengalami perbaikan dalam besaran yang sama, karena penelitian belum menyajikan perubahan skor individual untuk masing-masing indikator gerak. Oleh karena itu, perkembangan keterampilan lebih tepat dimaknai sebagai kecenderungan peningkatan hasil tes secara keseluruhan yang berlangsung bersamaan dengan pelaksanaan tindakan pembelajaran.

Pemberian umpan balik oleh teman sebaya menjadi salah satu komponen penting dalam penerapan pembelajaran resiprokal. Pada siklus I, kemampuan siswa memberikan umpan balik masih tergolong sebagai aspek aktivitas terendah, yaitu 68%, sehingga menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran berpasangan belum secara otomatis menghasilkan evaluasi keterampilan yang optimal. Sebagian siswa belum memahami indikator penilaian dan masih mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi kesalahan gerakan. Setelah guru memperjelas demonstrasi, indikator pengamatan, dan contoh pemberian masukan pada siklus II, persentase aktivitas memberikan umpan balik meningkat menjadi 88%. Kondisi tersebut memperlihatkan pentingnya kesiapan evaluator dalam menunjang pelaksanaan pembelajaran resiprokal. (Mosston & Ashworth, 2008) menekankan bahwa pengamat memberikan umpan balik berdasarkan kriteria yang telah disiapkan oleh guru, bukan berdasarkan penilaian subjektif tanpa pedoman. (Carey et al., 2023) juga menjelaskan bahwa kemampuan siswa dalam menganalisis kesalahan gerak dan memberikan umpan balik yang akurat merupakan tantangan dalam penerapan gaya mengajar resiprokal. Penelitian tersebut menekankan pentingnya persiapan pembelajaran untuk membantu siswa memahami unsur keterampilan yang diamati. Dengan demikian, temuan penelitian ini memberikan indikasi bahwa efektivitas pelaksanaan pembelajaran resiprokal tidak hanya ditentukan oleh pembagian peran antara eksekutor dan evaluator, tetapi juga oleh kualitas pengarahan guru, kejelasan instrumen penilaian, dan kemampuan siswa mengomunikasikan hasil pengamatan secara tepat.

Peningkatan aktivitas siswa selama pelaksanaan tindakan merupakan aspek lain yang perlu diperhatikan. Berdasarkan hasil observasi, rata-rata aktivitas meningkat dari 75,83% pada siklus I menjadi 91,67% pada siklus II. Seluruh indikator pengamatan menunjukkan perkembangan, terutama keaktifan sebagai evaluator, kemampuan memberikan umpan balik, dan kerja sama dengan pasangan. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa siswa semakin terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang menuntut tanggung jawab sebagai pelaku maupun pengamat keterampilan. Dalam pendekatan pembelajaran konvensional, koreksi teknik sering berpusat pada guru, sedangkan pembelajaran resiprokal memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi dalam proses evaluasi. (Jones, 2025) menemukan bahwa pembelajaran resiprokal dipersepsikan oleh guru

pendamping sebagai pendekatan yang dapat mendukung penguasaan keterampilan motorik, pemahaman gerak, komunikasi, dan interaksi sosial siswa. Sejalan dengan hal tersebut, (Lentillon-Kaestner & Roure, 2024) menunjukkan bahwa komposisi pasangan belajar serta karakteristik pribadi siswa berhubungan dengan minat situasional dalam pembelajaran resiprokal. Temuan-temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa pengaturan interaksi antarsiswa merupakan unsur pedagogis yang penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Namun, peningkatan aktivitas dalam penelitian ini belum dapat diartikan sebagai peningkatan motivasi atau kepercayaan diri secara terukur karena kedua variabel tersebut tidak diukur menggunakan instrumen tersendiri. Oleh sebab itu, implikasi yang dapat ditarik lebih terbatas pada peningkatan keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran yang diamati.

Perbaikan pembelajaran pada siklus II juga memperlihatkan pentingnya refleksi sebagai karakteristik utama penelitian tindakan kelas. Hasil refleksi siklus I menunjukkan bahwa sejumlah siswa belum memahami indikator teknik umpan jauh, evaluator masih mengalami kesulitan memberikan koreksi, dan sebagian eksekutor belum mampu melakukan tendangan dengan arah serta kekuatan yang konsisten. Berdasarkan temuan tersebut, guru melakukan perbaikan melalui demonstrasi yang lebih terperinci, peningkatan pendampingan, penjelasan indikator penilaian, dan penambahan kesempatan latihan. Perubahan tindakan tersebut menunjukkan bahwa refleksi tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan evaluasi administratif, tetapi menjadi dasar pengambilan keputusan untuk menyesuaikan strategi pembelajaran dengan kebutuhan siswa. Dalam konteks penelitian ini, peningkatan kualitas pembelajaran diduga berkaitan dengan kombinasi kesempatan praktik, kejelasan informasi mengenai teknik yang benar, dan pemberian umpan balik secara lebih terarah. Akan tetapi, kontribusi masing-masing komponen belum dapat dipisahkan karena seluruh bentuk perbaikan diterapkan secara bersamaan. Selain itu, peningkatan hasil tes dapat pula dipengaruhi oleh pengulangan pengukuran, bertambahnya pengalaman berlatih, serta meningkatnya pemahaman siswa terhadap prosedur tes. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas ini dapat menggambarkan proses perbaikan pembelajaran secara kontekstual, tetapi belum menyediakan dasar yang cukup untuk menentukan kontribusi kausal masing-masing unsur tindakan terhadap peningkatan keterampilan.

Temuan penelitian ini memiliki kesesuaian dengan beberapa penelitian terdahulu mengenai penerapan pembelajaran resiprokal dan tutor sebaya dalam pendidikan jasmani. (Syahruddin & Sahabuddin, 2024) melaporkan peningkatan keterampilan *passing* sepak bola pada 21 siswa kelas XI SMA Negeri 20 Makassar melalui penelitian tindakan kelas dengan pendekatan pembelajaran resiprokal. Kesamaan kedua penelitian terletak pada penggunaan pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif siswa dan evaluasi keterampilan melalui tindakan berulang. (Efendi et al., 2025) juga menemukan peningkatan hasil belajar *passing* sepak bola pada siswa SMP Negeri 2 Belitang Mulya setelah menerapkan gaya mengajar resiprokal menggunakan desain pengukuran sebelum dan sesudah tindakan. Sementara itu, (Pratama & Yono, 2024) menunjukkan bahwa model pembelajaran *passing* sepak bola berbasis tutor sebaya dapat mendukung hasil belajar siswa SMP, terutama pada aspek pembelajaran yang menekankan keterlibatan siswa. Meskipun memiliki persamaan dalam penggunaan interaksi antarsiswa, pendekatan tutor sebaya tidak sepenuhnya identik dengan gaya mengajar resiprokal karena pembelajaran resiprokal mensyaratkan pertukaran peran yang terstruktur antara pelaku dan pengamat. Perbedaan lain terletak pada keterampilan yang menjadi sasaran penelitian. Sebagian penelitian terdahulu membahas *passing* sepak bola secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus berfokus pada keterampilan umpan jauh yang menuntut koordinasi teknik tendangan, pengaturan kekuatan, dan ketepatan sasaran pada jarak yang lebih panjang. Oleh karena itu, kontribusi penelitian ini terutama terletak pada penerapan pendekatan pembelajaran resiprokal untuk mengevaluasi perbaikan keterampilan umpan jauh dalam konteks pembelajaran PJOK di sekolah menengah atas.

Secara teoretis, penelitian ini memberikan gambaran mengenai penerapan gaya mengajar resiprokal sebagai pendekatan pembelajaran keterampilan motorik yang mengintegrasikan praktik gerak, pengamatan, komunikasi, dan refleksi. Hasil observasi mengindikasikan bahwa proses pembelajaran dapat dikembangkan dengan menempatkan siswa tidak hanya sebagai pelaksana keterampilan, tetapi juga sebagai pihak yang berperan dalam mengidentifikasi kesalahan dan memberikan masukan berdasarkan kriteria tertentu. Secara praktis, pendekatan tersebut dapat menjadi salah satu alternatif bagi guru PJOK dalam merancang pembelajaran sepak bola yang melibatkan interaksi antarsiswa secara lebih

terstruktur. Namun, penerapannya memerlukan kesiapan instrumen pengamatan, pemahaman siswa terhadap teknik gerak, dan pengawasan guru untuk menjaga ketepatan evaluasi. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain subjek yang hanya berasal dari satu kelas dengan jumlah 28 siswa, tidak adanya kelompok pembanding, serta belum tersedianya analisis terpisah terhadap peningkatan masing-masing indikator keterampilan umpan jauh. Selain itu, konsistensi data hasil tes, mekanisme penskoran, dan bukti validitas serta reliabilitas instrumen masih perlu dipastikan. Keterbatasan tersebut menyebabkan hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas atau digunakan untuk menyimpulkan bahwa metode resiprokal merupakan satu-satunya penyebab peningkatan keterampilan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan instrumen penilaian yang teruji, dokumentasi skor per indikator, evaluasi konsistensi antarpengamat, serta desain dengan kelompok pembanding apabila bertujuan menguji efektivitas metode secara kausal. Dengan perbaikan tersebut, kajian pembelajaran resiprokal berpotensi memberikan bukti yang lebih kuat mengenai pengembangan keterampilan teknik sepak bola dalam pendidikan jasmani.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan keterampilan umpan jauh dalam permainan sepak bola selama penerapan metode pembelajaran resiprokal pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Sekampung Udik. Pembelajaran dilaksanakan melalui kegiatan berpasangan dengan pembagian peran sebagai eksekutor dan evaluator secara bergantian sehingga siswa memperoleh kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan, mengamati gerakan, dan memberikan umpan balik secara langsung. Berdasarkan perhitungan ulang daftar nilai individu yang tercantum dalam skripsi, nilai rata-rata meningkat dari 71,00 pada pra-siklus menjadi 73,18 pada siklus I dan 80,25 pada siklus II. Ketuntasan belajar meningkat dari 21,43% menjadi 46,43% dan mencapai 82,14% pada siklus II, sehingga secara numerik melampaui indikator keberhasilan klasikal sebesar 80%. Aktivitas siswa juga meningkat dari 75,83% pada siklus I menjadi 91,67% pada siklus II.

Secara teoretis, temuan ini memberikan gambaran mengenai relevansi pembelajaran resiprokal dalam pengembangan keterampilan motorik melalui

praktik, pengamatan, dan umpan balik teman sebaya. Secara praktis, metode ini berpotensi menjadi alternatif pembelajaran sepak bola yang mendorong keterlibatan aktif siswa dan perbaikan teknik secara terarah. Kontribusi penelitian terletak pada penerapan pembelajaran resiprokal secara khusus pada keterampilan umpan jauh dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah menengah atas. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan kelompok pembanding, jumlah peserta yang lebih luas, serta instrumen penilaian yang teruji untuk memperoleh bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas metode pembelajaran tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Anugrah, S. M. (2023). Analysis of the Accuracy of Passing Indonesian National Team Soccer Players at the 2021 SEA Games: Qualification Group Stage. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, *7*(1), 1–12. https://doi.org/10.5614/jskk.2022.7.1.1

Arikunto, S., Supardi, & Suhardjono. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas: Edisi Revisi*. Bumi Aksara. https://books.google.co.id/books?id=-RwmEAAAQBAJ

Carey, N., Simonton, K. L., & Byra, M. T. (2023). Using a Flipped Classroom to Improve Student Analysis and Feedback to Peers in the Reciprocal Style of Teaching. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, *94*(7), 35–39. https://doi.org/10.1080/07303084.2023.2237551

Darmada, I. M., & Wiguna, K. G. T. S. (2025). Penerapan model kooperatif tipe STAD untuk meningkatkan hasil belajar passing sepak bola pada siswa kelas X SMK Werdhi Sila Kumara. *Widyadari*, *26*(2), 244–255. https://doi.org/10.59672/widyadari.v26i2.5564

Efendi, M. T., Akbar, M. T., Hertilaniar, & Kumbara, H. (2025). Gaya Mengajar Resiprokal dan Pengaruhnya terhadap Hasil Belajar Materi Passing Sepak Bola Siswa. *Jurnal Ilmiah Spirit*, *25*(2), 1–6. https://doi.org/10.36728/jis.v25i2.4783

Hermawan, W. A., Lusianti, S., & Irawan, E. H. (2026). Penerapan pembelajaran berdiferensiasi berbantuan analisis video untuk meningkatkan hasil belajar passing sepak bola dalam PJOK. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *11*(4). https://doi.org/10.23969/jp.v11i04.69260

Jones, L. (2025). Associate teachers' perceptions of reciprocal teaching and learning in physical education lessons. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, *16*(2), 259–272. https://doi.org/10.1080/25742981.2024.2363936

Lentillon-Kaestner, V., & Roure, C. (2024). Situational Interest within the Reciprocal Teaching Style: Roles of Dyad Composition and Students' Personal Variables.

Research Quarterly for Exercise and Sport, *95*(2), 509–518. https://doi.org/10.1080/02701367.2023.2265450

Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching Physical Education* (1st online ed.). Spectrum Institute for Teaching and Learning. https://spectrumofteachingstyles.org/index.php?id=16

Ou, Y.-C., Lei, M. K., & Cheng, K. B. (2023). Effect of support foot placement on football instep kick performance. *Science and Medicine in Football*, *7*(1), 34–40. https://doi.org/10.1080/24733938.2022.2055781

Poku, H., Hidayat, R., Nur, S., & Riswanto, A. H. (2024). Efforts to Improve Learning Outcomes in Football Games Passing through Wall Media at fifth Grade Students of Public Elementary School 122 Leboni. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, *13*(3), 530–541. https://doi.org/10.15294/peshr.v13i3.13182

Pratama, R. R., & Yono, T. (2024). The Effectiveness of Football Pass Learning Models Through the Peer Tutor. *JIPES: Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, *9*(2), 55–61. https://doi.org/10.21009/JIPES.092.02

Sari, F. Y., Ali, M., & Munar, H. (2026). Pengaruh Variasi Latihan Long Passing terhadap Ketepatan Long Passing Pemain Sepakbola Women Soccer Jambi FC. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *11*(1), 660–673. https://doi.org/10.23969/jp.v11i01.42865

Swarjana, I. K. (2022). *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias dalam Penelitian*. Andi. https://balaiyanpus.jogjaprov.go.id/opac/detail-opac?id=336553

Syahruddin, & Sahabuddin. (2024). Reciprocal Learning Strategy for Improving Football Passing Techniques. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, *4*(1), 49–58. https://doi.org/10.17509/jopes.v4i1.69841