

Penguatan Kapasitas dan Kompetensi Mengajar Guru Penjas dengan Pendekatan Cooperative Learning

Agam Akhmad Syaukani¹✉, Vera Septi Sistiasih¹, Andre Yogaswara²

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Muhammadiyah Semarang

✉ Korespondensi: aas622@ums.ac.id, +62 8383-572-2512

Diterima: 9 Mei 2026

Disetujui: 23 Juli 2026

Diterbitkan: 31 Juli 2026

Abstrak

Latar belakang: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berperan dalam mengembangkan kebugaran fisik sekaligus karakter, kemampuan bekerja sama, kepercayaan diri, dan keterampilan sosial peserta didik. Pembelajaran kooperatif merupakan salah satu pendekatan yang mendukung pencapaian tujuan tersebut, namun implementasinya oleh guru PJOK masih belum optimal sehingga diperlukan kegiatan edukasi untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman guru PJOK mengenai konsep dan implementasi pembelajaran kooperatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. **Metode:** Kegiatan melibatkan 65 guru PJOK di wilayah Solo Raya. Edukasi dilaksanakan melalui penyampaian materi tentang konsep dan strategi pembelajaran kooperatif, dilanjutkan dengan diskusi interaktif mengenai pengalaman, kendala, dan peluang implementasinya di sekolah. Efektivitas kegiatan dievaluasi menggunakan desain pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. **Hasil:** Proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 52,3% pada pre-test menjadi 96,9% pada post-test, sedangkan kategori kurang menurun dari 47,7% menjadi 3,1%. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman guru mengenai konsep dan implementasi pembelajaran kooperatif.

Kesimpulan: Edukasi pembelajaran kooperatif terbukti meningkatkan pengetahuan guru PJOK dan memperkuat kesiapan mereka dalam menerapkan pembelajaran yang lebih kolaboratif, berpusat pada peserta didik, serta mendukung pengembangan aspek fisik dan sosial.

Kata kunci: guru PJOK, kompetensi mengajar, pembelajaran kooperatif, pendidikan jasmani

Abstract

Background: Physical Education, Sports, and Health (PJOK) plays a pivotal role in promoting not only students' physical fitness but also their social, emotional, and collaborative competencies. Cooperative learning has been recognized as an effective student-centered instructional approach for fostering active participation, teamwork, and interpersonal skills. However, its implementation among PJOK teachers remains limited, indicating the need for targeted professional development to strengthen teachers' pedagogical competence. **Objective:** This community service program aimed to improve PJOK teachers' knowledge and understanding of cooperative learning principles and their implementation in physical education instruction. **Method:** A pre-experimental one-group pretest-posttest design was employed involving 65 PJOK teachers from the Solo Raya region, Indonesia. The intervention consisted of interactive lectures on cooperative learning concepts and instructional strategies, followed by guided discussions addressing participants' experiences, implementation challenges, and potential classroom applications. Participants' knowledge was assessed using structured pretest and posttest instruments, and the results were analyzed descriptively. **Result:** The proportion of participants demonstrating good knowledge increased markedly from 52.3% before the intervention to 96.9% after the intervention, while the proportion with poor knowledge declined from 47.7% to 3.1%. These findings indicate that the educational intervention substantially enhanced teachers' understanding of cooperative learning and strengthened their readiness to integrate student-centered instructional practices into PJOK classes. **Conclusion:** The educational program effectively improved PJOK teachers' knowledge of

cooperative learning and reinforced their capacity to implement collaborative, student-centered pedagogical approaches that support both physical and socio-emotional development. Future professional development programs should incorporate sustained mentoring and classroom-based evaluation to facilitate the long-term adoption of cooperative learning practices.

Keywords: cooperative learning, pedagogical competence, physical education teachers, professional development

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan kebugaran fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap pengembangan karakter, keterampilan sosial, kemampuan berpikir, serta kesejahteraan psikologis peserta didik. Melalui aktivitas jasmani yang dirancang secara sistematis, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengembangkan nilai-nilai kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, kejujuran, dan disiplin sebagai bagian dari proses pembelajaran. Selain meningkatkan kompetensi motorik, aktivitas fisik di lingkungan sekolah juga terbukti mendukung perkembangan sosial dan emosional peserta didik, sehingga memberikan kontribusi terhadap kualitas pembelajaran secara menyeluruh [1]. Di sisi lain, pendidikan di sekolah perlu menempatkan penguatan karakter, etika, dan kepedulian terhadap lingkungan sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pencapaian kompetensi akademik guna mempersiapkan generasi yang adaptif terhadap berbagai tantangan pada era modern [2].

Peran strategis PJOK tersebut selaras dengan amanat Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, khususnya Pasal 3, yang menegaskan bahwa pendidikan nasional bertujuan mengembangkan kemampuan serta membentuk karakter peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, berakhlak mulia, sehat, berilmu, kreatif, mandiri, demokratis, dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK perlu dirancang tidak hanya untuk mencapai kompetensi fisik, tetapi juga untuk mengembangkan kemampuan sosial, komunikasi, dan karakter peserta didik melalui pengalaman belajar yang bermakna. Pencapaian tujuan tersebut sangat dipengaruhi oleh kompetensi pedagogik guru dalam memilih dan menerapkan model pembelajaran yang mampu menciptakan lingkungan belajar yang aktif, inklusif, dan berpusat pada peserta didik.

Meskipun demikian, implementasi pembelajaran PJOK di sekolah masih didominasi oleh pendekatan yang berpusat pada guru, di mana proses pembelajaran lebih menekankan demonstrasi, instruksi, dan latihan yang dilakukan secara seragam. Pendekatan tersebut memang memudahkan pengelolaan kelas, khususnya pada aktivitas di lapangan, namun belum sepenuhnya memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berinteraksi, berdiskusi, bekerja sama, dan membangun pengalaman

belajar secara kolaboratif. Padahal, pembelajaran yang mendorong partisipasi aktif dan interaksi antarpeserta didik terbukti mampu meningkatkan motivasi belajar, keterampilan sosial, serta kualitas pengalaman belajar dalam pendidikan jasmani [3,4].

Salah satu model pembelajaran yang relevan untuk menjawab tantangan tersebut adalah *cooperative learning*. Model ini menempatkan peserta didik sebagai subjek pembelajaran melalui kerja sama dalam kelompok kecil untuk mencapai tujuan belajar bersama. Dalam konteks PJOK, *cooperative learning* tidak hanya mendukung penguasaan keterampilan gerak dan strategi permainan, tetapi juga mengembangkan kemampuan komunikasi, tanggung jawab, saling menghargai, serta kerja sama antarpeserta didik [5]. Kajian sistematis menunjukkan bahwa penerapan *cooperative learning* dalam pendidikan jasmani memberikan dampak positif terhadap capaian belajar pada domain sosial, fisik, afektif, dan kognitif [6]. Selain itu, model ini juga berkontribusi dalam meningkatkan kompetensi sosial-emosional peserta didik, termasuk kemampuan bekerja sama, saling membantu, mendengarkan pendapat orang lain, dan membangun lingkungan belajar yang lebih inklusif [7].

Meskipun bukti empiris mengenai efektivitas *cooperative learning* telah banyak dilaporkan, implementasinya dalam pembelajaran PJOK di sekolah masih belum optimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya peningkatan kapasitas guru melalui kegiatan pendampingan atau pelatihan yang berorientasi pada penguatan kompetensi pedagogik dan keterampilan implementasi model pembelajaran inovatif. Berdasarkan kebutuhan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kompetensi guru PJOK dalam menerapkan *cooperative learning* melalui pemberian materi, diskusi interaktif, dan berbagi pengalaman praktik pembelajaran. Diharapkan kegiatan ini mampu memperkuat kesiapan guru dalam merancang pembelajaran PJOK yang lebih aktif, kolaboratif, berpusat pada peserta didik, dan selaras dengan tujuan pendidikan nasional.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Edutorium Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan melibatkan 65 guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) yang berasal dari wilayah eks-

Karesidenan Surakarta. Kegiatan dirancang menggunakan pendekatan edukatif dengan desain *pre-test-post-test* yang terdiri atas empat tahapan, yaitu *pre-test*, penyampaian materi, diskusi terbimbing, dan *post-test*.

Tahap awal diawali dengan pemberian *pre-test* untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal peserta mengenai konsep dan implementasi pembelajaran kooperatif dalam pembelajaran PJOK. Selanjutnya, peserta memperoleh materi melalui metode ceramah interaktif yang disampaikan oleh ketua tim pengabdian. Materi mencakup konsep dasar *cooperative learning*, prinsip-prinsip pembelajaran kolaboratif, strategi implementasi pada jenjang sekolah dasar dan sekolah menengah, serta contoh praktik baik berdasarkan hasil-hasil penelitian terkini. Untuk mendukung keberlanjutan implementasi di sekolah, setiap peserta memperoleh buku panduan yang memuat materi pelatihan sebagai referensi dalam merancang pembelajaran kooperatif. Tahap berikutnya berupa diskusi terbimbing yang difokuskan pada identifikasi pengalaman, persepsi, serta kendala yang dihadapi guru dalam menerapkan pembelajaran kooperatif di kelas. Diskusi ini juga menjadi media berbagi pengalaman antarpeserta untuk merumuskan alternatif solusi terhadap berbagai permasalahan implementasi. Pada tahap akhir, peserta mengikuti *post-test* menggunakan instrumen yang sama dengan *pre-test* untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti kegiatan. Data hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan perubahan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan kapasitas dan kompetensi mengajar guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), khususnya pada aspek pemahaman terhadap model pembelajaran kooperatif. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil perbandingan skor pretest dan posttest yang menunjukkan kenaikan sebesar 53,11%. Capaian ini mengindikasikan bahwa kegiatan pelatihan mampu memperkuat pemahaman konseptual peserta mengenai prinsip, karakteristik, dan penerapan pembelajaran kooperatif dalam konteks PJOK. Dengan demikian, kebermanfaatan program tidak hanya tampak pada aspek partisipasi peserta, tetapi juga pada peningkatan pengetahuan guru sebagai dasar pengembangan praktik pembelajaran yang lebih terstruktur dan berpusat pada peserta didik.

Sebelum mengikuti kegiatan, sebagian guru belum familiar dengan pendekatan *cooperative learning*. Pembelajaran PJOK masih cenderung dipahami sebagai aktivitas yang berorientasi pada latihan fisik, penguasaan teknik gerak,

dan pengelolaan kelas secara instruksional. Setelah mengikuti sesi pelatihan, guru mulai memahami bahwa pembelajaran PJOK dapat dirancang melalui aktivitas kelompok yang menekankan kerja sama, komunikasi, tanggung jawab individu, dan pencapaian tujuan bersama. Hal ini sejalan dengan prinsip dasar pembelajaran kooperatif yang menekankan adanya saling ketergantungan positif, tanggung jawab individual, interaksi promotif, ketrampilan sosial, dan evaluasi proses kelompok [8–10].



Gambar 1. Penyampaian materi pembelajaran kooperatif.



Gambar 2. Sesi diskusi terbimbing melibatkan guru PJOK dan fasilitator

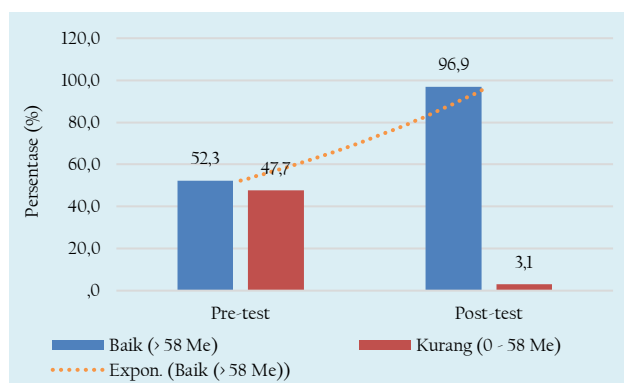
Pada tahap pelatihan, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan guru dalam mengajukan pertanyaan, memberikan tanggapan, serta berbagi pengalaman mengenai kondisi pembelajaran di sekolah masing-masing. Beberapa guru menyampaikan bahwa metode komando masih sering digunakan karena dianggap lebih praktis dalam mengatur peserta didik di lapangan. Pola pembelajaran semacam ini memang memiliki keunggulan dalam pengendalian kelas dan efisiensi instruksi, tetapi cenderung menempatkan guru sebagai pusat pembelajaran. Dalam perspektif pembelajaran modern, guru perlu memiliki fleksibilitas pedagogis untuk mengombinasikan pendekatan langsung dengan model yang lebih partisipatif, sehingga peserta didik tidak hanya menerima instruksi, tetapi juga terlibat aktif dalam proses belajar [11–14].

Sebanyak 65 guru PJOK berpartisipasi dalam kegiatan ini. Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar berjenis kelamin laki-laki, yaitu 40 orang (61,5%), sedangkan perempuan berjumlah 25 orang (38,5%). Berdasarkan pengalaman mengajar, distribusi responden relatif seimbang, dengan 32 orang (49,2%) memiliki pengalaman mengajar 1–9 tahun dan 33 orang (50,8%) telah mengajar lebih dari 9 tahun. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Pada saat *pre-test*, sebanyak 34 peserta (52,3%) memiliki kategori pengetahuan baik, sedangkan 31 peserta (47,7%) masih berada pada kategori kurang. Setelah intervensi, proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 63 orang (96,9%), sementara kategori kurang menurun secara signifikan menjadi hanya 2 orang (3,1%) (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik dan pengetahuan partisipan

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	40	61,5
Perempuan	25	38,5
Pengalaman mengajar (tahun)		
Berpengalaman (1-9 tahun)	32	49,2
Sangat berpengalaman (>9 tahun)	33	50,8
Skor Pre-test		
Baik (> 58 Me)	34	52,3
Kurang (0 - 58 Me)	31	47,7
Skor Post-test		
Baik (> 58)	63	96,9
Kurang (0 - 58)	2	3,1

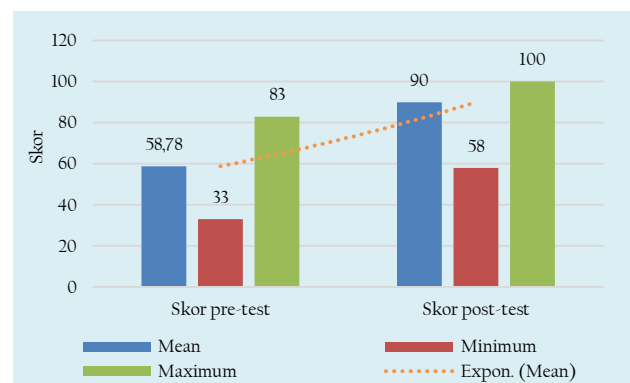
Perubahan tingkat pengetahuan guru PJOK mengenai pembelajaran kooperatif sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan edukasi. Sebelum pelatihan (*pre-test*), sebanyak 52,3% peserta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik, sedangkan 47,7% masih berada pada kategori kurang. Setelah pelatihan (*post-test*), proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat secara signifikan menjadi 96,9%, sementara kategori kurang menurun menjadi 3,1% (Gambar 3).



Gambar 3. Peningkatan status pengetahuan partisipan

Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman guru mengenai konsep dan implementasi pembelajaran kooperatif. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa materi pelatihan, diskusi interaktif, dan penyediaan buku panduan mampu memperkuat pengetahuan peserta sehingga mereka lebih siap mengimplementasikan pembelajaran kooperatif dalam proses pembelajaran PJOK. Temuan ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi mengenai pembelajaran kooperatif efektif dalam meningkatkan pemahaman guru PJOK mengenai konsep dan implementasi pembelajaran kooperatif.

Nilai rata-rata (*mean*) meningkat dari 58,78 pada *pre-test* menjadi 90 pada *post-test*, yang menunjukkan adanya peningkatan sebesar 31,22 poin atau sekitar 53,1% dibandingkan nilai awal. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan mampu meningkatkan capaian peserta secara substansial. Selain peningkatan nilai rata-rata, nilai minimum juga mengalami kenaikan dari 33 menjadi 58 poin. Hal ini menunjukkan bahwa peserta dengan capaian terendah sekalipun mengalami perbaikan hasil setelah mengikuti intervensi. Dengan demikian, peningkatan tidak hanya terjadi pada sebagian peserta yang memiliki kemampuan tinggi, tetapi juga dirasakan oleh peserta dengan kemampuan awal yang relatif rendah. Sementara itu, nilai maksimum meningkat dari 83 menjadi 100 poin. Pencapaian nilai maksimum sebesar 100 menunjukkan bahwa terdapat peserta yang berhasil mencapai tingkat penguasaan materi secara sempurna setelah pelaksanaan intervensi. Hal ini memperlihatkan bahwa program yang diberikan mampu mengoptimalkan potensi peserta hingga mencapai hasil terbaik. Garis tren eksponensial pada nilai rata-rata juga menunjukkan kecenderungan peningkatan yang konsisten dari tahap *pre-test* ke *post-test*. Secara keseluruhan, ketiga indikator statistik yaitu rata-rata, nilai minimum, dan nilai maksimum mengalami peningkatan secara bersamaan yang mengindikasikan bahwa intervensi yang diterapkan efektif dalam meningkatkan hasil belajar atau kompetensi peserta, baik secara individual maupun kelompok. (Gambar 4).



Gambar 4. Perubahan skor sebelum dan sesudah kegiatan

Sesi diskusi terbimbing menjadi bagian penting dalam kegiatan ini karena memberikan ruang refleksi bagi peserta. Diskusi dilakukan dengan menempatkan tim pengabdian sebagai fasilitator, sedangkan peserta dari berbagai latar belakang pengalaman mengajar saling berbagi praktik baik dan tantangan implementasi. Fasilitator menyampaikan landasan teoretis dan temuan empiris mengenai pembelajaran kooperatif, sementara guru yang telah menerapkannya berbagi pengalaman mengenai strategi manajemen kelas, pembagian kelompok, pengaturan waktu, pemberian instruksi, serta pengukuran capaian belajar peserta didik. Proses ini membantu guru memahami bahwa keberhasilan pembelajaran kooperatif tidak hanya ditentukan oleh pembagian peserta didik ke dalam kelompok, tetapi juga oleh kualitas struktur tugas, kejelasan peran, tanggung jawab setiap anggota, serta mekanisme evaluasi kelompok.

Temuan kegiatan ini juga menunjukkan adanya dua kelompok peserta. Kelompok pertama adalah guru yang belum pernah menerapkan pembelajaran kooperatif dalam pembelajaran PJOK. Guru pada kelompok ini menunjukkan ketertarikan untuk mencoba model tersebut karena dinilai relevan untuk meningkatkan partisipasi peserta didik. Kelompok kedua adalah guru yang telah memiliki pengalaman menerapkan pembelajaran kooperatif. Guru pada kelompok ini menyadari bahwa penerapan yang selama ini dilakukan masih perlu diperbaiki, terutama pada aspek perencanaan aktivitas, pengelolaan interaksi kelompok, serta evaluasi kontribusi individu. Kondisi ini menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya memberikan pengetahuan baru bagi guru pemula, tetapi juga menjadi forum reflektif bagi guru yang telah memiliki pengalaman sebelumnya.

Dalam konteks PJOK, pembelajaran kooperatif memiliki relevansi yang kuat karena aktivitas jasmani pada dasarnya memberi peluang besar bagi peserta didik untuk berinteraksi, bekerja sama, mengambil keputusan, dan menyelesaikan masalah secara bersama. Beberapa kajian menunjukkan bahwa penerapan cooperative learning dalam pendidikan jasmani dapat mendukung perkembangan aspek sosial, afektif, kognitif, dan keterampilan gerak peserta didik [3,8,15,16]. Dengan demikian, pembelajaran PJOK tidak hanya diarahkan pada peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga dapat menjadi wahana penguatan karakter, tanggung jawab, sportivitas, komunikasi, dan keterampilan sosial.

Keunggulan pembelajaran kooperatif dalam PJOK dapat dilihat dari beberapa aspek. Pertama, model ini dapat meningkatkan partisipasi peserta didik karena setiap anggota kelompok memiliki peran dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas pembelajaran. Kedua, pembelajaran menjadi lebih menyenangkan karena peserta didik terlibat dalam aktivitas sosial dan gerak secara bersamaan. Ketiga, pembelajaran kooperatif memberi

ruang bagi peserta didik dengan kemampuan motorik yang berbeda untuk saling membantu dan belajar bersama. Keempat, model ini dapat mendukung pembentukan nilai karakter seperti kerja sama, disiplin, saling menghargai, sportivitas, dan tanggung jawab. Temuan ini selaras dengan hasil kajian yang menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif berkontribusi terhadap peningkatan motivasi, relasi sosial, keterampilan sosial-emosional, dan pengalaman belajar peserta didik dalam pendidikan jasmani [17–19].

Implementasi pembelajaran kooperatif dalam PJOK tetap memiliki tantangan. Guru perlu memiliki keterampilan dalam merancang tugas kelompok, membentuk kelompok yang heterogen, mengatur waktu pembelajaran, memberi instruksi yang jelas, mengawasi keterlibatan setiap peserta didik, serta menyusun instrumen penilaian yang mencakup aspek individu dan kelompok. Tanpa perencanaan yang baik, pembelajaran kooperatif berisiko hanya menjadi aktivitas kelompok biasa yang belum mencerminkan prinsip kooperatif secara utuh[11]. Oleh karena itu, pendampingan berkelanjutan diperlukan agar guru mampu mengintegrasikan model ini secara konsisten dalam perangkat ajar dan praktik pembelajaran sehari-hari.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kompetensi pedagogis guru PJOK dalam menerapkan pembelajaran kooperatif. Pelatihan yang dipadukan dengan diskusi terbimbing terbukti efektif memperkuat kemampuan guru dalam merancang pembelajaran yang aktif, kolaboratif, dan berpusat pada peserta didik. Model pelatihan ini berpotensi menjadi alternatif strategi pengembangan profesional guru PJOK. Untuk mendukung keberlanjutan dampaknya, diperlukan pendampingan implementasi di satuan pendidikan agar kompetensi yang telah diperoleh dapat diterapkan secara konsisten dalam praktik pembelajaran.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil kegiatan, rekomendasi yang dapat diberikan adalah perlunya pembekalan lanjutan secara lebih spesifik kepada guru PJOK pada tingkat satuan pendidikan dengan melibatkan peserta didik secara langsung. Kegiatan lanjutan dapat dikemas dalam bentuk workshop berbasis praktik agar pemahaman guru mengenai model pembelajaran kooperatif dapat segera diimplementasikan dalam situasi pembelajaran nyata. Melalui kegiatan tersebut, performa mengajar guru dapat diamati secara langsung, kemudian dijadikan bahan refleksi dan diskusi bersama teman sejawat di lingkungan sekolah. Dengan demikian, guru memperoleh umpan balik yang konstruktif untuk menyempurnakan praktik

pembelajaran kooperatif pada kegiatan mengajar berikutnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih penulis haturkan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta atas kepercayaan dan dukungan finansial dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini melalui program Hibah Pengabdian Internal Tahun Anggaran 2025.

REFERENSI

- [1] Luna P, Cejudo J, Piqueras JA, et al. Impact of the Moon physical education program on the socio-emotional competencies of preadolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021; 18: 7896. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157896>.
- [2] Ratih K, Utami RD, Fuadi D, Mulyasih S, Febriani D, Asmara SF, et al. Penguatan Pendidikan Etika dan Karakter Peduli Lingkungan Sosial Budaya di SMP Muhammadiyah 10 Matesih, Karanganyar. *Buletinkndik*. 2020; 2(1): 44-9. <https://journals2.ums.ac.id/buletinkndik/article/view/11406>.
- [3] Yang C, Chen R, Chen X, et al. The Efficiency of Cooperative Learning in Physical Education on the Learning of Action Skills and Learning Motivation. *Frontiers in Psychology*. 2021; 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.717528>.
- [4] Winarni S, Lutan R. Emphaty and tolerance in physical education: Cooperative vs. classical learning. *Cakrawala Pendidikan*. 2020; 39: 332-45. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i2.31851>.
- [5] Wulandari W, Jariono G. Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Porkes*. 2022; 5: 245-59. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5493>.
- [6] Zach S, Cohen R, Arnon M. Motivational Climate in Physical Education Classes: Is It Really Determined by the Instructional Model? *Physical Educator-US*. 2020; 77: 426-46. <https://doi.org/10.18666/TPE-2020-V77-I2-9855>.
- [7] Dyson B, Howley D, Shen Y. 'Being a team, working together, and being kind': Primary students' perspectives of cooperative learning's contribution to their social and emotional learning. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2021; 26: 137-54. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1779683>.
- [8] Casey A, Goodyear VA. Can cooperative learning achieve the four learning outcomes of physical education? A review of literature. *Quest*. 2015; 67: 56-72. <https://doi.org/10.1080/00336297.2014.984733>.
- [9] Guzmán JF, Payá E. Direct Instruction vs. Cooperative Learning in Physical Education: Effects on Student Learning, Behaviors, and Subjective Experience. *Sustainability*. 2020; 12: 4893. <https://doi.org/10.3390/su12124893>.
- [10] Boke H, Aygun Y, Tufekci S, et al. Effects of cooperative learning on students' learning outcomes in physical education: a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*. 2025; 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1508808>.
- [11] Faozi F, Dlis F, Samsudin S, et al. Cooperative Learning Vs Direct Teaching in Basketball: Effects on Junior High School Students Basic Techniques. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*. 2024; 7: 132-40. <https://doi.org/10.33438/ijdsbs.1371249>.
- [12] Arantes D, Gonçalves C, Rodrigues M, et al. Life Skills and Volleyball Teaching: Comparison Between TGFU and Direct Instruction Model. *Education Sciences*. 2025; 15: 305. <https://doi.org/10.3390/educsci15030305>.
- [13] Ibnu Rushd D, Mohamad Ali, Nurul Latifatul Inayati, et al. Peningkatan Kompetensi Guru PAI dalam Menerapkan Metode Pembelajaran Aktif pada Proses Pembelajaran Guna Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Pesantren Muhammadiyah Se-Kabupaten Boyolali. *Psikonomi*. 2023; 178-87. <https://doi.org/10.23917/psikonomi.vi.3928>.
- [14] Prasetyo WH, Sari BI, Rahmawati N, et al. Peningkatan Kompetensi Digital bagi Guru Muhammadiyah dalam Menghadapi Society 5.0. *Warta*. 2022; 91-100. <https://doi.org/10.23917/warta.v25i1.601>.
- [15] Bores-García D, Hortigüela-Alcalá D, Fernandez-Rio FJ, et al. Research on Cooperative Learning in Physical Education: Systematic Review of the Last Five Years. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 2021; 92: 146-55. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1719276>.
- [16] Iglesias D, Fernandez-Rio J, Rodríguez-González P. Cooperative Learning in Physical Education: A Research Overview. *Apunts Educacion Fisica y Deportes*. 2023; 88-93. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/1\).151.09](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/1).151.09).
- [17] Alcalá DH, Garijo AH, Pérez-Pueyo Á, et al. Cooperative Learning and Students' Motivation, Social Interactions and Attitudes: Perspectives from Two Different Educational Stages. *Sustainability (Switzerland)*. 2019; 11. <https://doi.org/10.3390/su11247005>.
- [18] Aliriad H, Adi S, Manullang JG, et al. Improvement of motor skills and motivation to learn physical education through the use of traditional games. *Teor Metod Fiz Vihov*. 2024; 24: 32-40. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.1.04>.
- [19] Fernandez-Rio J, Sanz N, Fernandez-Cando J, et al. Impact of a sustained Cooperative Learning intervention on student motivation. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2017; 22: 89-105. <https://doi.org/10.1080/17408989.2015.1123238>.