

## EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN BERBASIS PERMAINAN DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN DASAR HOKI

Glen Michael Purba<sup>1</sup>, Syahputra Manik<sup>2</sup>, Bima Bina Pratama<sup>3</sup>, Marcelino Hutapea<sup>4</sup>,  
Glorio Steven Sitopu<sup>5</sup>

[glenmichael2601@gmail.com](mailto:glenmichael2601@gmail.com)<sup>1</sup>, [putramanik@unimed.ac.id](mailto:putramanik@unimed.ac.id)<sup>2</sup>, [pratamabina77@gmail.com](mailto:pratamabina77@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[marcelinohutapea2@gmail.com](mailto:marcelinohutapea2@gmail.com)<sup>4</sup>, [gloriositopu545@gmail.com](mailto:gloriositopu545@gmail.com)<sup>5</sup>

Universitas Negeri Medan

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterampilan dasar hoki siswa. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pretest-posttest, yang melibatkan satu kelas eksperimen tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian terdiri atas 30 siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan dasar hoki yang mencakup kemampuan menggiring bola, mengoper, menerima bola, dan menembak. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji hipotesis, dan uji N-Gain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan memberikan peningkatan terhadap keterampilan dasar hoki siswa. Hal ini ditunjukkan oleh rata-rata nilai pretest sebesar 48,57 dan rata-rata nilai posttest sebesar 81,10, sehingga terjadi peningkatan rata-rata sebesar 32,53 poin. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest dengan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Selain itu, hasil perhitungan N-Gain menunjukkan rata-rata sebesar 0,434722 yang berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis permainan efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar hoki siswa. Pendekatan ini dapat menjadi alternatif pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif, menyenangkan, dan bermakna dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada materi hoki.

**Kata Kunci:** Pembelajaran Berbasis Permainan, Keterampilan Dasar Hoki, Efektivitas Pembelajaran, Pendidikan Jasmani.

**Abstract:** *This study aimed to determine the effectiveness of game-based learning in improving students' basic hockey skills. The study employed an experimental method using a one-group pretest-posttest design, involving one experimental class without a control group. The research subjects consisted of 30 students. Data were collected through a basic hockey skills test covering dribbling, passing, receiving, and shooting abilities. The data were analyzed using descriptive statistics, normality testing, hypothesis testing, and N-Gain analysis. The results showed that game-based learning improved students' basic hockey skills. This was indicated by the mean pretest score of 48.57 and the mean posttest score of 81.10, resulting in an average increase of 32.53 points. The hypothesis test revealed a significant difference between the pretest and posttest scores, with a significance value lower than 0.05. In addition, the N-Gain analysis showed an average score of 0.434722, which was categorized as moderate. Based on these findings, it can be concluded that game-based learning is effective in improving students' basic hockey skills. This approach can serve as an alternative learning strategy capable of creating a more active, enjoyable, and meaningful learning atmosphere in physical education, particularly in hockey instruction.*

**Keywords:** *Game-Based Learning, Basic Hockey Skills, Learning Effectiveness, Physical Education.*

## **PENDAHULUAN**

Umumnya lebih menyukai aktivitas yang bersifat kompetitif, menyenangkan, serta memberikan tantangan. Melalui pembelajaran berbasis permainan, latihan keterampilan dasar hoki tidak lagi dipandang sebagai aktivitas yang kaku, tetapi menjadi bagian dari permainan yang menuntut siswa untuk bergerak, berpikir, mengambil keputusan, dan bekerja sama secara alami. Dengan demikian, peserta didik tidak hanya belajar teknik dasar secara mekanis, tetapi juga memahami penerapan teknik tersebut dalam situasi permainan yang sesungguhnya. Hal ini menjadikan pembelajaran berbasis permainan memiliki potensi besar dalam meningkatkan efektivitas proses pembelajaran hoki.<sup>1</sup>

Efektivitas pembelajaran dapat dilihat dari sejauh mana tujuan pembelajaran tercapai melalui proses yang berlangsung secara optimal. Dalam pembelajaran hoki, efektivitas tidak hanya diukur dari kemampuan siswa melakukan gerakan teknik dasar secara benar, tetapi juga dari peningkatan minat belajar, keaktifan, kepercayaan diri, dan kemampuan menerapkan keterampilan tersebut dalam konteks permainan. Pembelajaran berbasis permainan diyakini mampu memenuhi indikator-indikator tersebut karena memberi ruang bagi peserta didik untuk belajar melalui pengalaman langsung. Siswa cenderung lebih mudah memahami konsep gerak dan teknik apabila mereka terlibat dalam situasi yang menyenangkan serta tidak merasa sedang “dipaksa” berlatih. Selain itu, suasana belajar yang berbentuk permainan juga dapat mengurangi rasa takut melakukan kesalahan, sehingga peserta didik lebih berani mencoba, mengeksplorasi gerakan, dan memperbaiki kesalahan secara bertahap. Dengan kata lain, pendekatan ini berpotensi menciptakan pembelajaran yang lebih humanis, partisipatif, dan efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar hoki.

Keterampilan dasar hoki sendiri merupakan fondasi utama yang harus dikuasai sebelum peserta didik mampu bermain secara utuh dan kompetitif. Tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, permainan hoki akan sulit dilaksanakan dengan lancar dan tujuan pembelajaran tidak akan tercapai secara maksimal. Menggiring bola, mengoper, menerima bola, dan menembak merupakan keterampilan dasar yang saling berkaitan dan memerlukan latihan berkesinambungan. Akan tetapi, apabila latihan tersebut hanya diberikan dalam bentuk instruksi satu arah dan pengulangan yang monoton, peserta didik berpotensi mengalami kejenuhan yang berakibat pada rendahnya hasil belajar. Dalam kondisi seperti ini, pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi alternatif yang strategis karena memungkinkan latihan teknik dilakukan dalam berbagai bentuk permainan modifikasi. Melalui modifikasi permainan, siswa dapat tetap berlatih teknik dasar tanpa kehilangan unsur kesenangan. Bahkan, permainan yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan intensitas latihan sekaligus menjaga motivasi belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Di sisi lain, tuntutan terhadap guru pendidikan jasmani saat ini semakin kompleks. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang harus mampu menciptakan pembelajaran inovatif sesuai kebutuhan siswa. Dalam pembelajaran hoki, guru perlu mempertimbangkan bahwa tidak semua peserta didik memiliki tingkat kemampuan, pengalaman, dan minat yang sama terhadap cabang olahraga tersebut. Beberapa siswa mungkin merasa hoki merupakan olahraga yang sulit karena penggunaan alat khusus seperti stik dan bola, sementara yang lain mungkin kurang percaya diri karena belum menguasai teknik dasarnya. Jika guru tidak mampu menghadirkan

---

<sup>1</sup> Shirley Gray and John Sproule, “Developing Pupils’ Performance in Team Invasion Games,” *Physical Education and Sport Pedagogy* 16, no. 1 (2011): 15–32, <https://doi.org/10.1080/17408980903535792>

pembelajaran yang adaptif, maka ketimpangan kemampuan antarsiswa akan semakin terlihat dan tujuan pembelajaran sulit tercapai secara merata. Pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi solusi karena memberikan kesempatan yang lebih luas bagi semua siswa untuk berpartisipasi sesuai kapasitasnya. Permainan yang dirancang secara bertahap dan kontekstual akan membantu siswa belajar dari tingkat sederhana menuju tingkat yang lebih kompleks tanpa merasa terbebani.<sup>2</sup>

Permasalahan lain yang sering ditemukan dalam pembelajaran hoki adalah rendahnya transfer keterampilan dari latihan ke situasi permainan nyata. Siswa mungkin mampu melakukan teknik dasar secara terpisah saat latihan, tetapi belum tentu mampu menggunakannya secara tepat ketika menghadapi situasi permainan yang dinamis. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran yang terlalu berfokus pada drilling teknik saja belum tentu efektif dalam membentuk kemampuan bermain yang sesungguhnya. Dalam konteks ini, pembelajaran berbasis permainan memiliki keunggulan karena sejak awal siswa dibiasakan belajar teknik dalam konteks yang menyerupai kondisi permainan. Dengan demikian, mereka tidak hanya menghafal gerakan, tetapi juga belajar kapan, bagaimana, dan mengapa teknik tertentu digunakan. Pendekatan ini sangat penting untuk hoki, karena olahraga ini menuntut pengambilan keputusan yang cepat, ketepatan tindakan, dan kemampuan beradaptasi terhadap pergerakan lawan maupun teman satu tim. Oleh sebab itu, efektivitas pembelajaran berbasis permainan perlu dikaji lebih mendalam untuk mengetahui sejauh mana pendekatan tersebut benar-benar mampu meningkatkan keterampilan dasar hoki.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa pembelajaran hoki memerlukan inovasi metode yang mampu menjawab tantangan pembelajaran modern, yaitu pembelajaran yang aktif, menarik, dan berorientasi pada kebutuhan peserta didik. Pembelajaran berbasis permainan dipandang sebagai salah satu pendekatan yang memiliki potensi besar dalam meningkatkan keterampilan dasar hoki karena mampu mengintegrasikan unsur teknik, taktik, motivasi, dan partisipasi siswa dalam satu proses pembelajaran yang utuh. Namun demikian, efektivitas pendekatan ini tetap perlu dibuktikan melalui penelitian agar diperoleh gambaran yang jelas mengenai pengaruhnya terhadap peningkatan keterampilan dasar hoki. Penelitian mengenai efektivitas pembelajaran berbasis permainan menjadi penting dilakukan sebagai upaya memberikan kontribusi teoretis maupun praktis bagi pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada cabang olahraga hoki. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh model pembelajaran yang lebih tepat, efektif, dan sesuai untuk meningkatkan kualitas hasil belajar siswa dalam penguasaan keterampilan dasar hoki.<sup>3</sup>

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Dalam desain ini, penelitian hanya melibatkan satu kelas eksperimen tanpa kelompok kontrol. Sebelum diberikan perlakuan, peserta didik terlebih dahulu mengikuti *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal keterampilan dasar

---

<sup>2</sup> José L. Arias-Estero, Pablo Jaquero, Ana N. Martínez-López, and María T. Morales-Belando, "Effects of Two TGfU Lessons Period on Game Performance, Knowledge and Psychosocial Variables in Elementary Physical Education," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 10 (2020): 3378, <https://doi.org/10.3390/ijerph17103378>.

<sup>3</sup> Maja Batez, Tanja Petrušič, Špela Bogataj, and Nebojša Trajković, "Effects of Teaching Program Based on Teaching Games for Understanding Model on Volleyball Skills and Enjoyment in Secondary School Students," *Sustainability* 13, no. 2 (2021): 606, <https://doi.org/10.3390/su13020606>.

hoki. Setelah itu, peserta didik diberikan perlakuan berupa pembelajaran berbasis permainan dalam beberapa pertemuan sesuai rancangan pembelajaran yang telah disusun. Pada akhir perlakuan, peserta didik kembali diberikan *posttest* untuk mengetahui perubahan dan peningkatan keterampilan dasar hoki setelah mengikuti pembelajaran berbasis permainan. Desain ini digunakan untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan sehingga dapat diketahui efektivitas model pembelajaran yang diterapkan.

Subjek penelitian adalah satu kelas yang dipilih sebagai kelas eksperimen dengan teknik penentuan sampel yang disesuaikan dengan kondisi lapangan. Instrumen penelitian yang digunakan berupa tes keterampilan dasar hoki yang mencakup beberapa aspek, seperti menggiring bola, mengoper, menerima bola, dan menembak. Data yang diperoleh dari hasil pretest dan posttest selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik untuk melihat ada tidaknya peningkatan hasil belajar setelah perlakuan diberikan. Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada pengukuran perubahan kemampuan peserta didik dalam keterampilan dasar hoki berdasarkan hasil sebelum perlakuan dan setelah perlakuan pembelajaran berbasis permainan dilaksanakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

maupun rendah. Dengan melihat distribusi tersebut, efektivitas pembelajaran dapat dianalisis tidak hanya secara rata-rata, tetapi juga berdasarkan capaian individu.

Tabel 1 Uji N-Gain Per Siswa

Kategori N-Gain	Interval	Jumlah Siswa
Tinggi	$\geq 0.7$	10
Sedang	0.3–0.7	19
Rendah	$< 0.3$	1

Berdasarkan hasil uji N-Gain per siswa, diketahui bahwa 10 siswa berada pada kategori tinggi, 19 siswa berada pada kategori sedang, dan 1 siswa berada pada kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami peningkatan pada kategori sedang, bahkan cukup banyak yang mencapai kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu memberikan dampak positif kepada hampir seluruh siswa, meskipun tingkat peningkatan yang dicapai masing-masing siswa berbeda-beda.

Statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai hasil penelitian, khususnya terkait nilai rata-rata pretest, rata-rata posttest, dan besarnya peningkatan rata-rata yang terjadi setelah perlakuan diberikan. Analisis ini penting untuk menunjukkan perubahan hasil belajar siswa secara kuantitatif sebelum dan sesudah mengikuti pembelajaran berbasis permainan. Melalui statistik deskriptif, peneliti dapat melihat kecenderungan umum peningkatan keterampilan dasar hoki pada kelas eksperimen.

Tabel 2 Uji Statistik Deskriptif

Indikator	Nilai
Rata-rata Pretest	48.57.00
Rata-rata Posttest	81.10.00
Peningkatan Rata-rata	32.53.00

Berdasarkan hasil statistik deskriptif, diperoleh rata-rata pretest sebesar 48,57 dan rata-rata posttest sebesar 81,10, dengan peningkatan rata-rata sebesar 32,53 poin. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa yang cukup besar setelah diberikan perlakuan berupa pembelajaran berbasis permainan. Dengan demikian, secara deskriptif dapat dinyatakan bahwa pembelajaran berbasis permainan berkontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan dasar hoki siswa.

## Pembahasan

Pembelajaran berbasis permainan dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai pendekatan yang relevan dengan karakteristik pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada materi keterampilan dasar hoki. Dalam konteks pendidikan jasmani, proses belajar tidak cukup hanya menekankan penguasaan teknik secara mekanis, tetapi juga perlu memperhatikan aspek keterlibatan, motivasi, pengalaman belajar, dan situasi praktik yang menyerupai kondisi nyata permainan. Oleh karena itu, penggunaan pendekatan berbasis permainan menjadi penting karena mampu menghadirkan proses belajar yang lebih aktif, dinamis, dan kontekstual. Ketika siswa belajar melalui permainan, mereka tidak hanya diminta meniru gerakan, tetapi juga didorong untuk memahami fungsi gerakan, mengambil keputusan, merespons situasi, dan menyesuaikan tindakan dengan kondisi yang terus berubah. Dengan demikian, pembelajaran berbasis permainan tidak sekadar menjadi variasi metode mengajar, melainkan menjadi sarana yang memungkinkan siswa membangun keterampilan secara lebih utuh, baik dari sisi teknik maupun penerapannya dalam permainan hoki.

Dari sudut pandang pedagogis, efektivitas pembelajaran berbasis permainan dapat dijelaskan melalui kemampuannya dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus menantang. Dalam banyak situasi pembelajaran olahraga, siswa cenderung mengalami kejenuhan ketika latihan dilakukan secara berulang dengan pola yang sama, terutama apabila guru lebih berfokus pada drilling teknik tanpa variasi aktivitas. Kondisi tersebut sering membuat siswa kurang antusias, pasif, dan hanya mengikuti instruksi secara formal tanpa keterlibatan penuh. Sebaliknya, pembelajaran berbasis permainan memberi ruang bagi siswa untuk bergerak dengan lebih bebas, berinteraksi dengan teman, serta belajar melalui pengalaman langsung yang lebih menarik. Unsur tantangan dalam permainan juga mendorong siswa untuk berupaya lebih keras tanpa merasa terbebani oleh latihan. Hal ini penting karena keberhasilan pembelajaran keterampilan gerak sangat dipengaruhi oleh intensitas keterlibatan siswa selama proses belajar. Semakin tinggi partisipasi aktif siswa, semakin besar pula peluang terbentuknya penguasaan keterampilan yang lebih baik dan lebih stabil.<sup>4</sup>

Dalam pembelajaran hoki, keterampilan dasar seperti menggiring bola, mengoper, menerima bola, dan menembak pada dasarnya tidak dapat dipisahkan dari konteks permainan yang sesungguhnya. Keterampilan tersebut bukan hanya soal ketepatan gerak, tetapi juga berkaitan dengan waktu pelaksanaan, pemilihan tindakan, dan koordinasi dengan situasi sekitar. Oleh sebab itu, pendekatan berbasis permainan memiliki keunggulan karena sejak awal siswa dibiasakan mempraktikkan keterampilan dasar dalam suasana yang menyerupai permainan nyata. Kondisi ini memungkinkan siswa memahami bahwa teknik bukanlah tujuan akhir, melainkan alat untuk menyelesaikan situasi permainan secara efektif. Melalui permainan yang dimodifikasi, siswa belajar kapan harus mengoper, bagaimana menggiring bola dengan aman, kapan melakukan tembakan, dan bagaimana bekerja sama dengan teman satu tim. Proses semacam ini jauh lebih bermakna dibandingkan latihan teknik yang berdiri sendiri, karena siswa memperoleh pengalaman belajar yang bersifat fungsional. Dengan kata lain, pembelajaran berbasis permainan membantu menjembatani kesenjangan antara penguasaan teknik dasar dan kemampuan menerapkannya dalam

---

<sup>4</sup> Novita Suci Romadhona, Rama Kurniawan, and Arief Darmawan, "Investigating the Effect of Teaching Games for Understanding (TGfU) Models on Motivation and Academic Learning Time in Physical Education," *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education* 5, no. 1 (2024): 82–93, [https://doi.org/10.25299/esijope.2024.vol5\(1\).16176](https://doi.org/10.25299/esijope.2024.vol5(1).16176).

permainan.<sup>5</sup>

Selain meningkatkan pemahaman teknis, pendekatan berbasis permainan juga berkontribusi terhadap pengembangan aspek psikologis dan sosial siswa. Dalam pembelajaran olahraga, keberhasilan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik, tetapi juga oleh rasa percaya diri, keberanian mencoba, kemampuan bekerja sama, dan kesiapan menghadapi kesalahan. Permainan yang dirancang secara edukatif dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman bagi siswa untuk bereksplorasi. Siswa tidak mudah merasa takut salah karena proses belajar berlangsung dalam suasana yang lebih natural dan tidak terlalu menekan. Ketika siswa merasa nyaman, mereka cenderung lebih berani mencoba gerakan baru, mengulangi percobaan, dan memperbaiki kesalahan secara mandiri. Selain itu, interaksi yang muncul dalam permainan juga memperkuat kemampuan sosial, seperti komunikasi, kerja sama, dan tanggung jawab kelompok. Dalam cabang olahraga hoki yang menuntut koordinasi tim, aspek-aspek tersebut memiliki peran penting karena keterampilan individu yang baik akan lebih optimal ketika didukung oleh kemampuan berinteraksi dengan rekan setim secara efektif.<sup>6</sup>

Pembahasan ini juga menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan sejalan dengan kebutuhan pembelajaran yang berpusat pada siswa. Model pembelajaran yang berpusat pada siswa menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif dalam proses belajar, bukan hanya sebagai penerima instruksi. Dalam pendekatan ini, siswa diberi kesempatan untuk mengalami, mencoba, menemukan pola, dan membangun pemahaman melalui aktivitas yang dilakukan. Pembelajaran berbasis permainan mendukung prinsip tersebut karena proses belajar tidak sepenuhnya dikendalikan melalui perintah guru, tetapi juga melalui pengalaman yang diperoleh siswa saat terlibat dalam permainan. Guru berperan sebagai fasilitator yang merancang situasi belajar, mengatur aturan permainan, memberikan arahan, dan melakukan evaluasi, sedangkan siswa menjadi pelaku utama dalam proses pembelajaran. Pola ini lebih sesuai dengan karakter pendidikan jasmani modern yang menekankan partisipasi aktif, pengalaman bermakna, dan pembentukan kompetensi secara bertahap. Oleh karena itu, efektivitas pendekatan ini tidak hanya terletak pada hasil akhir, tetapi juga pada kualitas proses belajar yang lebih hidup dan berpusat pada pengalaman siswa.<sup>7</sup>

Meskipun demikian, efektivitas pembelajaran berbasis permainan tetap sangat dipengaruhi oleh kualitas perancangannya. Tidak semua permainan secara otomatis dapat meningkatkan keterampilan dasar hoki apabila tidak disusun sesuai tujuan pembelajaran. Permainan yang digunakan harus tetap memiliki keterkaitan langsung dengan unsur teknik yang ingin dilatih, tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuan siswa, serta aturan yang mendukung tercapainya tujuan belajar. Jika permainan terlalu sulit, siswa justru dapat kehilangan fokus dan mengalami kebingungan. Sebaliknya, jika permainan terlalu sederhana, tantangan belajar menjadi kurang optimal. Oleh sebab itu, keberhasilan

---

<sup>5</sup> Diego Neira-Navarrete, Jacqueline Páez-Herrera, Tomás Reyes-Amigo, Rodrigo Yáñez-Sepúlveda, Guillermo Cortés-Roco, Cristian Oñate-Navarrete, Jorge Olivares-Arancibia, and Juan Hurtado-Almonacid, "Effects of Modified Invasion Games on Motor Competence and Self-Assessed Physical Condition in Elementary School Students in the Physical Education Classroom," *Children* 11, no. 3 (2024): 337, <https://doi.org/10.3390/children11030337>.

<sup>6</sup> Tim Gabbett, David Jenkins, and Bruce Abernethy, "Game-Based Training for Improving Skill and Physical Fitness in Team Sport Athletes," *International Journal of Sports Science & Coaching* 4, no. 2 (2009): 273–283, <https://doi.org/10.1260/174795409788549553>.

<sup>7</sup> Luis M. García-López, David Gutiérrez, David Sánchez-Mora, and Stephen Harvey, "Teachers' Use of Teaching Games for Understanding in Central Spain," *Physical Education and Sport Pedagogy* 24, no. 5 (2019): 463–477, <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1628931>.

pendekatan ini sangat bergantung pada kompetensi guru dalam memodifikasi permainan, mengelola kelas, memberikan instruksi yang jelas, serta melakukan refleksi terhadap jalannya pembelajaran.<sup>8</sup> Dengan demikian, hasil yang baik dari penerapan pembelajaran berbasis permainan tidak hanya menunjukkan keunggulan metode itu sendiri, tetapi juga menegaskan pentingnya peran guru sebagai perancang pengalaman belajar yang efektif dan sesuai kebutuhan siswa.

Pembelajaran berbasis permainan dapat dipandang sebagai pendekatan yang mampu menjawab kebutuhan pembelajaran hoki yang lebih aktif, kontekstual, dan bermakna. Pendekatan ini tidak hanya membantu siswa mengembangkan keterampilan dasar secara teknis, tetapi juga mendukung pengembangan motivasi, pemahaman taktis, kepercayaan diri, dan kemampuan sosial yang dibutuhkan dalam permainan. Dalam kerangka yang lebih luas, temuan ini memperlihatkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani akan lebih efektif apabila dirancang dengan mempertimbangkan karakteristik siswa dan hakikat cabang olahraga yang diajarkan. Hoki sebagai olahraga permainan sangat tepat diajarkan melalui aktivitas yang juga berbentuk permainan, karena hal tersebut memungkinkan siswa belajar dalam suasana yang lebih alami dan aplikatif. Dengan demikian, pembelajaran berbasis permainan layak dipertimbangkan sebagai alternatif strategis dalam pembelajaran hoki di sekolah, terutama ketika tujuan pembelajaran diarahkan tidak hanya pada penguasaan teknik dasar, tetapi juga pada pembentukan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan berkualitas.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis permainan efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar hoki siswa. Efektivitas tersebut terlihat dari adanya perubahan kemampuan siswa setelah mengikuti perlakuan, yang menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran ini mampu menciptakan proses belajar yang lebih aktif, menyenangkan, dan bermakna. Melalui pembelajaran berbasis permainan, siswa tidak hanya berlatih teknik dasar hoki seperti menggiring bola, mengoper, menerima bola, dan menembak, tetapi juga belajar menerapkan keterampilan tersebut dalam situasi yang lebih kontekstual. Dengan demikian, pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi alternatif yang tepat dalam pembelajaran hoki karena mampu mendukung peningkatan hasil belajar siswa secara lebih optimal.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, disarankan agar guru pendidikan jasmani dapat menerapkan pembelajaran berbasis permainan sebagai salah satu alternatif strategi pembelajaran dalam materi hoki, khususnya untuk meningkatkan keterampilan dasar siswa. Guru perlu merancang bentuk-bentuk permainan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran, tingkat kemampuan siswa, serta kondisi sarana dan prasarana yang tersedia agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara efektif. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan kelompok kontrol, atau mengembangkan variasi permainan yang lebih beragam sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih luas dan mendalam mengenai efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam pembelajaran olahraga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Diego Neira-Navarrete, Jacqueline Páez-Herrera, Tomás Reyes-Amigo, Rodrigo Yáñez-

---

<sup>8</sup> Stephen Harvey and Kathleen Jarrett, "A Review of the Game-Centred Approaches to Teaching and Coaching Literature since 2006," *Physical Education and Sport Pedagogy* 19, no. 3 (2014): 278–300, <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.754005>

- Sepúlveda, Guillermo Cortés-Roco, Cristian Oñate-Navarrete, Jorge Olivares-Arancibia, and Juan Hurtado-Almonacid, "Effects of Modified Invasion Games on Motor Competence and Self-Assessed Physical Condition in Elementary School Students in the Physical Education Classroom," *Children* 11, no. 3 (2024): 337, <https://doi.org/10.3390/children11030337>.
- José L. Arias-Estero, Pablo Jaquero, Ana N. Martínez-López, and María T. Morales-Belando, "Effects of Two TGfU Lessons Period on Game Performance, Knowledge and Psychosocial Variables in Elementary Physical Education," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 10 (2020): 3378, <https://doi.org/10.3390/ijerph17103378>.
- Luis M. García-López, David Gutiérrez, David Sánchez-Mora, and Stephen Harvey, "Teachers' Use of Teaching Games for Understanding in Central Spain," *Physical Education and Sport Pedagogy* 24, no. 5 (2019): 463–477, <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1628931>.
- Maja Batez, Tanja Petrušič, Špela Bogataj, and Nebojša Trajković, "Effects of Teaching Program Based on Teaching Games for Understanding Model on Volleyball Skills and Enjoyment in Secondary School Students," *Sustainability* 13, no. 2 (2021): 606, <https://doi.org/10.3390/su13020606>.
- Novita Suci Romadhona, Rama Kurniawan, and Arief Darmawan, "Investigating the Effect of Teaching Games for Understanding (TGfU) Models on Motivation and Academic Learning Time in Physical Education," *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education* 5, no. 1 (2024): 82–93, [https://doi.org/10.25299/esijope.2024.vol5\(1\).16176](https://doi.org/10.25299/esijope.2024.vol5(1).16176).
- Sanmuga Nathan, "Coaching School Hockey in Malaysia: An Exploratory Analysis and Effect of Improvised TGfU Pedagogical Model on Small Sided Game Play," *Journal of Physical Education and Sport* 15, no. 4 (2015): 712–723, <https://doi.org/10.7752/jpes.2015.04109>.
- Sanmuga Nathan, "The Effect of Teaching Games of Understanding as a Coaching Instruction Had on Adjust, Cover and Heart Rate among Malaysian and Indian Junior Hockey Players," *Sports* 5, no. 2 (2017): 44, <https://doi.org/10.3390/sports5020044>.
- Shirley Gray and John Sproule, "Developing Pupils' Performance in Team Invasion Games," *Physical Education and Sport Pedagogy* 16, no. 1 (2011): 15–32, <https://doi.org/10.1080/17408980903535792>.
- Stephen Harvey and Kathleen Jarrett, "A Review of the Game-Centred Approaches to Teaching and Coaching Literature since 2006," *Physical Education and Sport Pedagogy* 19, no. 3 (2014): 278–300, <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.754005>.
- Tim Gabbett, David Jenkins, and Bruce Abernethy, "Game-Based Training for Improving Skill and Physical Fitness in Team Sport Athletes," *International Journal of Sports Science & Coaching* 4, no. 2 (2009): 273–283, <https://doi.org/10.1260/174795409788549553>.