ANTHOR
Education and Learning Journal
https://anthor.org/index.php/anthor
Email. anthor.Jurnal@gmail.com
E-ISSN: 2963 –198X P-ISSN: 2963–2498 | Halaman: 1635 - 1642
Volume 5 Nomor 5 Tahun 2026

Penerapan Cooperative Learning Tipe STAD untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Roll Depan Siswa Kelas XI.5 SMA Negeri 8 Palembang

Informasi Naskah

Muhammad Zen Almunawar[1]
Ilham Nur Fauzan[2]
Nafidzah Dwimedia Handayani[3]
Nila Kesumawati[4]
Sugarwanto[5]

Program Pendidikan Profesi Guru, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Palembang, Indonesia

muhammadzenalmunawar@gmail.com[1]
ilhamnurfauzan1072000@gmail.com[2]
nafidza2@gmail.com[3]
nilakesumawati@univpgri-palembang.ac.id[4]
sugar.wanto88@gmail.com[5]

Abstrak

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, khususnya pada materi senam lantai yang membutuhkan keberanian, kepercayaan diri, dan latihan secara berulang. Hasil pengamatan awal pada siswa kelas XI.5 SMA Negeri 8 Palembang menunjukkan bahwa sebagian siswa masih kurang antusias, ragu melakukan gerakan, dan cenderung pasif dalam pembelajaran roll depan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe Student Teams Achievement Division pada pembelajaran gerakan roll depan. Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Data dikumpulkan melalui observasi aktivitas guru dan siswa, angket motivasi belajar, respons siswa, serta penilaian keterampilan gerakan roll depan. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif menggunakan skala Likert dan skala penilaian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran kooperatif tipe Student Teams Achievement Division memberikan perubahan positif terhadap proses pembelajaran, yang ditunjukkan melalui peningkatan aktivitas, keterlibatan, kerja sama, dan tercapainya indikator motivasi belajar siswa. Siswa juga memberikan respons positif terhadap pembelajaran melalui kerja kelompok dan interaksi teman sebaya. Dengan demikian, model pembelajaran kooperatif tipe Student Teams Achievement Division dapat menjadi salah satu alternatif pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk mendukung peningkatan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran gerakan roll depan.

Kata Kunci:
Pembelajaran Kooperatif, Student Teams Achievement Division, Motivasi Belajar, Roll Depan, Pendidikan Jasmani.

Abstract

Learning motivation is an important factor in Physical Education, Sports, and Health learning, particularly in floor gymnastics activities that require courage, self-confidence, and repeated practice. Initial observations of students in class XI.5 at SMA Negeri 8 Palembang indicated that some students showed limited enthusiasm, hesitated to perform the forward roll, and tended to be passive during the learning process. This study aimed to improve students' learning motivation through the implementation of the Student Teams Achievement Division cooperative learning model in forward roll instruction. The study employed Classroom Action Research conducted through the stages of planning, action implementation, observation, and reflection. Data were collected through observations of teacher and student activities, a learning motivation questionnaire, student responses, and assessments of forward roll skills. The data were analyzed descriptively and quantitatively using a Likert scale and rating scale. The findings showed that the implementation of the Student Teams Achievement Division cooperative learning model contributed to positive changes in the learning process, as indicated by increased student activity, engagement, cooperation, and achievement of the established learning motivation criteria. Students also demonstrated positive responses to group learning and peer interaction. Therefore, the Student Teams Achievement Division cooperative learning model can be considered an alternative approach in Physical Education, Sports, and Health learning to support students' motivation and engagement in forward roll activities.

Keyword:
Cooperative Learning, Student Teams Achievement Division, Learning Motivation, Forward Roll, Physical Education.

Information Production:
© 2026 *by the authors of this article. This work is licensed under an Attribution-ShareAlike* 4.0 *International* (CC BY-SA 4.0)

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang memiliki peran strategis dalam mengembangkan peserta didik secara utuh, baik dari aspek fisik, keterampilan gerak, kognitif, afektif, maupun sosial (Gopur et al., 2024; Lesmawan et al., 2024). Melalui aktivitas jasmani yang terencana, peserta didik tidak hanya diarahkan untuk menguasai berbagai keterampilan gerak, tetapi juga memperoleh pengalaman belajar yang dapat membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, kerja sama, keberanian, dan kepercayaan diri (Sari et al., 2024). Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani perlu dirancang secara sistematis dengan memperhatikan karakteristik peserta didik, tujuan pembelajaran, materi, metode, serta kondisi lingkungan belajar.

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), salah satu materi yang menuntut penguasaan keterampilan gerak sekaligus keberanian dan kepercayaan diri adalah senam lantai (Telaumbanua et al., 2026; Alam & Putra, 2026). Senam lantai merupakan aktivitas gerak yang dilakukan dengan memanfaatkan kemampuan tubuh dalam menjaga keseimbangan, koordinasi, kelentukan, kekuatan, dan kontrol Gerak (Nurulita, 2026). Salah satu keterampilan dasar yang terdapat dalam senam lantai adalah gerakan roll depan. Gerakan roll depan memerlukan koordinasi gerak yang baik antara posisi tubuh, tangan, kepala, kaki, serta kemampuan mengontrol tubuh ketika melakukan gerakan berguling ke arah depan (Hoogenboom, 2009; Ansar et al., 2024). Penguasaan gerakan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan fisik siswa, tetapi juga oleh kesiapan psikologis dan motivasi siswa untuk belajar serta berlatih.

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran (Lesmawan et al., 2024; Utami et al., 2024). Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung menunjukkan perhatian terhadap materi, antusias mengikuti kegiatan, tekun berlatih, berani mencoba, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Sebaliknya, rendahnya motivasi dapat menyebabkan siswa kurang aktif, kurang percaya diri, mudah merasa takut atau bosan, serta kurang berusaha dalam menyelesaikan tugas pembelajaran (Lo et al., 2022; Peng, 2021). Dalam pembelajaran keterampilan gerak, kondisi tersebut menjadi semakin penting karena penguasaan keterampilan membutuhkan proses latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten (Marihot et al., 2023).

Pembelajaran gerakan roll depan dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki tantangan pedagogis karena menuntut penguasaan keterampilan motorik, koordinasi tubuh, keberanian, dan kepercayaan diri. Sebagian siswa mengalami keraguan ketika melakukan gerakan karena khawatir melakukan kesalahan atau mengalami cedera. Perbedaan kemampuan gerak dan pengalaman belajar juga dapat memengaruhi kesiapan siswa untuk berpartisipasi secara aktif. Apabila pembelajaran terlalu berpusat pada guru, kesempatan siswa untuk berlatih secara kolaboratif, memperoleh dukungan teman sebaya, dan membangun keyakinan terhadap kemampuannya dapat menjadi terbatas. Oleh karena itu, pembelajaran roll depan perlu dirancang tidak hanya untuk mengembangkan keterampilan motorik, tetapi juga untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa.

Berdasarkan pengamatan awal dalam pembelajaran PJOK di kelas XI.5 SMA Negeri 8 Palembang, ditemukan permasalahan berupa antusiasme belajar yang belum optimal, keraguan sebagian siswa untuk mencoba gerakan, kecenderungan menunggu instruksi guru, serta interaksi antarsiswa yang belum dimanfaatkan secara maksimal selama latihan. Kondisi tersebut mengindikasikan perlunya strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Dalam konteks ini, motivasi belajar menjadi aspek penting karena berkaitan dengan kemauan siswa untuk memulai aktivitas, mempertahankan keterlibatan, menghadapi kesulitan, dan menyelesaikan tugas pembelajaran.

Salah satu model yang berpotensi menjawab permasalahan tersebut adalah Cooperative Learning tipe Student Teams Achievement Divisions (STAD). Model ini mengorganisasikan siswa dalam kelompok heterogen melalui penyajian materi, kegiatan belajar kelompok, evaluasi individual, dan penghargaan kelompok. Struktur tersebut memungkinkan siswa memperoleh dukungan sosial, bertukar pemahaman, serta menjalankan tanggung jawab individual dalam mencapai tujuan bersama. Pada pembelajaran roll depan, kegiatan kelompok dapat diarahkan untuk mengamati demonstrasi, mengidentifikasi tahapan gerakan, memberikan umpan balik yang sesuai, dan saling memotivasi selama latihan. Pelaksanaannya tetap harus disertai demonstrasi teknik yang benar, pengawasan guru, penggunaan matras, serta prosedur keselamatan agar kerja sama tidak menggantikan fungsi koreksi teknis dan perlindungan siswa.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan STAD pada materi berguling senam lantai telah dikaji dalam konteks peningkatan aktivitas dan hasil belajar. Penerapan STAD untuk meningkatkan hasil belajar gerakan guling depan pada siswa kelas VIII-H SMP Negeri 6 Palu (Dwi et al., 2025). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan relevansi STAD dalam pembelajaran keterampilan senam lantai, tetapi sekaligus

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

menunjukkan bahwa penerapan model ini pada materi berguling telah memiliki landasan penelitian sebelumnya. Dengan demikian, kebaruan penelitian tidak tepat jika didasarkan pada klaim bahwa STAD belum pernah digunakan untuk pembelajaran roll depan.

Kesenjangan penelitian (research gap) yang menjadi pijakan penelitian ini terletak pada fokus kajian terhadap motivasi belajar siswa kelas XI SMA dalam pembelajaran roll depan. Studi terdahulu yang dirujuk lebih menekankan aktivitas pembelajaran dan capaian hasil belajar, sedangkan penelitian ini secara khusus diarahkan untuk mengkaji perubahan motivasi belajar melalui tindakan kelas dengan memperhatikan perhatian, antusiasme, keberanian mencoba, keaktifan, ketekunan, kerja sama, dan kepercayaan diri siswa. Perbedaan fokus tersebut penting karena aktivitas belajar yang tampak dan hasil keterampilan yang diperoleh tidak sepenuhnya identik dengan motivasi belajar. Siswa dapat mengikuti instruksi atau menyelesaikan tugas tanpa menunjukkan ketekunan dan kemauan belajar yang konsisten. Meskipun demikian, kesenjangan ini perlu dipahami sebagai fokus yang dibedakan dari penelitian terdahulu yang dirujuk, bukan sebagai bukti bahwa belum pernah ada penelitian lain yang membahas motivasi belajar pada materi senam lantai.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan STAD untuk memperbaiki motivasi belajar dalam pembelajaran roll depan pada siswa kelas XI.5 SMA Negeri 8 Palembang, dengan indikator motivasi yang diamati secara sistematis selama proses tindakan. Kebaruan tersebut bersifat kontekstual dan praktis, yaitu mengadaptasi struktur kerja kelompok STAD untuk mendukung keterlibatan, keberanian mencoba, ketekunan, dan tanggung jawab belajar dalam pembelajaran keterampilan senam lantai pada jenjang SMA. Penelitian tindakan kelas dipilih agar guru dapat merencanakan tindakan, mengamati perubahan motivasi, merefleksikan kendala, dan menyempurnakan pembelajaran pada siklus berikutnya. Perubahan motivasi perlu ditentukan berdasarkan instrumen dan kriteria pengukuran yang jelas, bukan semata-mata berdasarkan kesan umum selama pembelajaran.

Atas dasar itu, penelitian ini bertujuan meningkatkan motivasi belajar siswa melalui penerapan model Cooperative Learning tipe STAD pada pembelajaran gerakan roll depan di kelas XI.5 SMA Negeri 8 Palembang. Secara praktis, penelitian diharapkan memberikan alternatif strategi pembelajaran bagi guru PJOK untuk membangun lingkungan belajar yang lebih kolaboratif, aman, dan mendukung partisipasi siswa. Secara akademik, penelitian ini menambah bukti kontekstual mengenai penerapan STAD yang berfokus pada motivasi belajar, sekaligus membedakan aspek motivasional dari aktivitas dan hasil belajar keterampilan yang telah menjadi perhatian penelitian sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan meningkatkan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran keterampilan roll depan melalui penerapan model Cooperative Learning tipe Student Teams Achievement Divisions (STAD) pada kelas XI.5 SMA Negeri 8 Palembang. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI.5, sedangkan objek penelitian adalah motivasi belajar siswa dalam pembelajaran gerakan roll depan. Penelitian dilaksanakan melalui tahapan pra-siklus dan siklus I. Setiap siklus tindakan meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi.

Pra-siklus. Pada tahap ini, peneliti melakukan observasi awal terhadap proses pembelajaran roll depan untuk mengidentifikasi kondisi motivasi belajar siswa sebelum penerapan model STAD. Pengamatan difokuskan pada perhatian, antusiasme, keberanian mencoba gerakan, keaktifan, ketekunan, dan kerja sama selama pembelajaran. Temuan pra-siklus digunakan sebagai dasar untuk menentukan permasalahan pembelajaran dan menyusun tindakan perbaikan.

Siklus I. Tahap perencanaan dilakukan dengan menyiapkan perangkat pembelajaran PJOK berbasis STAD, materi dan demonstrasi teknik roll depan, pembagian kelompok heterogen, serta lembar observasi motivasi belajar siswa. Pada tahap pelaksanaan, guru menyampaikan tujuan pembelajaran, menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik roll depan, kemudian mengorganisasikan siswa dalam kelompok untuk berdiskusi, mengamati tahapan gerakan, berlatih secara bertahap, dan saling memberikan dukungan. Guru memberikan bimbingan teknis, koreksi, dan pengawasan keselamatan selama praktik berlangsung. Pada tahap pengamatan, peneliti bersama observer mencatat perubahan motivasi dan keterlibatan siswa berdasarkan indikator yang telah ditetapkan. Selanjutnya, refleksi dilakukan dengan mengevaluasi keterlaksanaan tindakan, perkembangan motivasi belajar, serta kendala yang masih ditemukan sebagai dasar penentuan perbaikan pembelajaran berikutnya.

Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan membandingkan skor atau persentase motivasi belajar siswa pada pra-siklus dan siklus I. Analisis dilakukan berdasarkan indikator motivasi yang meliputi perhatian, antusiasme, keberanian mencoba, keaktifan, ketekunan, dan kerja sama. Perubahan skor atau persentase digunakan untuk menggambarkan perkembangan motivasi belajar setelah penerapan model STAD.

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

Kesimpulan mengenai keberhasilan tindakan ditentukan berdasarkan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan sebelum penelitian dilaksanakan.

Teknik Analisis Data

Analisis data aktivitas siswa dan guru selama kegiatan pembelajaran kooperatif tipe STAD menggunakan ketentuan skala likert. Menurut (Marwah, 2025) untuk teknik analisis pengelolaan pembelajaran terhadap aktivitas guru dan siswa dikatakan efektif apabila mencapai hasil kategori baik atau sangat baik. Analisis angket motivasi belajar siswa, Menurut (Lathifah et al., 2024) indikator keberhasilan apabila rata-rata persentase indikator motivasi belajar siswa mencapai persentase di atas 75%. Dari data angket motivasi belajar siswa dianalisis dengan rating scale. Analisis respon siswa dianalisis dengan rating scale. Analisis hasil belajar siswa, dianalisis dengan data hasil belajar berupa hasil nilai pre test dan post test siswa yang soal tersebut terdiri dari soal objektif (pilihan ganda).

Analisis butir soal, Sebelum soal test diujikan, perlu dilakukan uji coba dahulu untuk mengetahui validitas soal, reliabilitas,taraf kesukaran, dan daya beda. Uji validitas menggunakan rumus korelasi product moment. Uji Reliabilitas menggunakan rumus Spearman Brown. Uji taraf kesukaran. Analisis butir soal dilakukan dengan tujuan untuk mengidentifikasi soal-soal yang baik, kurang baik dan soal yang jelek. Dengan analisis soal dapat diperoleh informasi tentang kejelekan sebuah soal dan petunjuk untuk mengadakan perbaikan Sedangkan daya pembeda soal adalah kemampuan suatu soal untuk membedakan antara siswa yang berkemampuan tinggi dan siswa yang berkemampuan rendah.

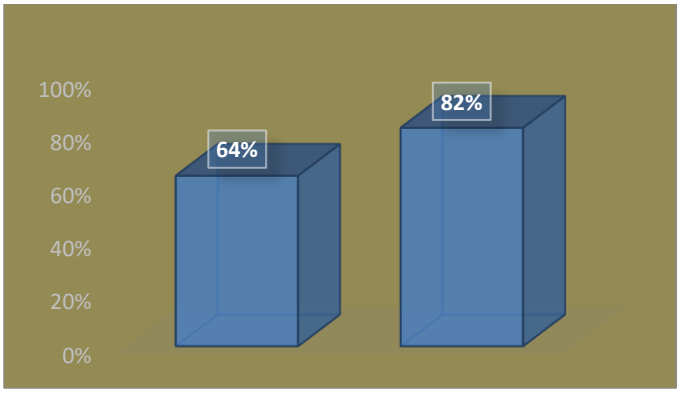
HASIL DAN PEMBAHASAN

Aktivitas Guru

Data observasi menunjukkan bahwa persentase aktivitas guru meningkat dari 73,13% pada prasiklus menjadi 84,38% pada Siklus I, atau meningkat sebesar 11,25 poin persentase. Berdasarkan kriteria penilaian yang digunakan, aktivitas guru pada prasiklus berada pada kategori baik, sedangkan pada Siklus I meningkat menjadi kategori sangat baik. Peningkatan tersebut mengindikasikan adanya perbaikan pelaksanaan pembelajaran setelah penerapan model Cooperative Learning tipe Student Teams Achievement Division (STAD). Perbaikan terlihat pada kemampuan guru dalam mengelola tahapan pembelajaran kooperatif, memfasilitasi interaksi antarsiswa, memberikan penguatan, serta mengarahkan kegiatan kelompok.

Aktivitas guru merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang mengarahkan interaksi, memberikan motivasi, dan menciptakan kondisi belajar yang mendukung partisipasi aktif siswa (Sardiman, 2011). Dengan demikian, peningkatan aktivitas guru dari kategori baik pada prasiklus menjadi sangat baik pada Siklus I menunjukkan adanya perbaikan kualitas pelaksanaan pembelajaran melalui penerapan model STAD.

Aktivitas Siswa



Gambar 1. Gambar 1. Aktivitas siswa Setelah Penerapan STAD

Data observasi menunjukkan bahwa aktivitas siswa meningkat dari 64% pada Prasiklus menjadi 82% pada Siklus I, dengan peningkatan sebesar 18 poin persentase. Peningkatan tersebut menunjukkan adanya perbaikan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran kooperatif tipe Student Teams Achievement Division (STAD). Pada Prasiklus, beberapa aspek aktivitas, seperti partisipasi dalam diskusi, kerja sama kelompok, penyampaian pendapat, dan keterlibatan dalam penyelesaian tugas, belum terlaksana secara optimal. Hasil refleksi pada Prasiklus selanjutnya menjadi dasar perbaikan pelaksanaan pembelajaran pada Siklus I melalui

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

penguatan pengelolaan kelompok, pemberian stimulus, dan peningkatan kesempatan siswa untuk berpartisipasi secara aktif. Temuan ini sejalan dengan Isroah (2012) yang menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat meningkatkan aktivitas belajar melalui keterlibatan aktif dan kerja sama siswa selama proses pembelajaran.

Motivasi Belajar

Motivasi belajar siswa dinyatakan memenuhi indikator keberhasilan apabila mencapai rata-rata persentase ≥75%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus akhir, rata-rata motivasi belajar siswa telah melampaui kriteria keberhasilan yang ditetapkan. Temuan ini mengindikasikan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Teams Achievement Division* (STAD) memperoleh respons positif dari siswa dan mampu mendukung peningkatan motivasi belajar. Hal ini sejalan dengan Slavin (2005) yang menjelaskan bahwa STAD dirancang untuk mendorong siswa saling memberikan dukungan dan bekerja sama dalam menguasai materi yang dipelajari.

Respon Siswa

Respons siswa terhadap penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Teams Achievement Division* (STAD) dianalisis melalui angket dengan empat kategori respons, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Hasil analisis menunjukkan bahwa pada lima pernyataan yang diberikan, respons siswa secara umum berada pada kategori setuju dan sangat setuju. Pada pernyataan pertama, sebanyak 83,3% siswa menyatakan setuju dan 16,7% sangat setuju. Pernyataan kedua memperoleh respons setuju sebesar 79,1% dan sangat setuju sebesar 4,2%, meskipun terdapat 16,7% siswa yang menyatakan tidak setuju. Pada pernyataan ketiga, respons positif mencapai 100%, terdiri atas 33,3% setuju dan 66,7% sangat setuju. Pernyataan keempat menunjukkan 62,5% setuju dan 33,3% sangat setuju, sedangkan pernyataan kelima memperoleh 95,8% setuju dan 4,2% sangat setuju.

Secara keseluruhan, dominasi respons setuju dan sangat setuju menunjukkan bahwa siswa memberikan penerimaan yang positif terhadap penerapan model STAD. Respons tersebut mengindikasikan bahwa pembelajaran melalui kerja kelompok, interaksi antarsiswa, dan keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran dapat diterima dengan baik oleh siswa. Temuan ini sejalan dengan Risdiawati (2012) yang menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD memperoleh respons positif serta dapat mendukung motivasi dan hasil belajar siswa.

Pembahasan

Penerapan model Cooperative Learning tipe Student Teams Achievement Division (STAD) dalam pembelajaran roll depan memberikan perubahan pada proses pembelajaran melalui peningkatan interaksi, kerja sama, keterlibatan, dan tanggung jawab siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran (Sama & Sekolah, 2026). Karakteristik STAD yang menempatkan siswa dalam kelompok heterogen memungkinkan proses belajar berlangsung tidak hanya melalui interaksi antara guru dan siswa, tetapi juga melalui interaksi antarsiswa. Kondisi tersebut relevan dengan karakteristik pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), khususnya pada materi keterampilan gerak yang membutuhkan proses mengamati, mencoba, mengulang, memperoleh umpan balik, dan memperbaiki kesalahan secara berkelanjutan (Tariza & Herlina, 2026; Handayani, 2026; Rizki Apriyanti, 2026). Pembelajaran kooperatif memberikan lingkungan yang memungkinkan siswa terlibat secara aktif dalam proses tersebut sekaligus mengembangkan aspek sosial dan afektif yang menjadi bagian integral dari tujuan pembelajaran PJOK.

Pada pembelajaran roll depan, keterlibatan siswa menjadi aspek penting karena penguasaan gerakan tidak cukup diperoleh melalui penjelasan konseptual, tetapi membutuhkan pengalaman langsung dalam melakukan gerakan. Roll depan memerlukan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelentukan, kekuatan, kontrol gerak, serta keberanian untuk melakukan rangkaian gerakan secara tepat (Tj et al., 2026). Bagi siswa yang belum memiliki pengalaman atau kepercayaan diri yang memadai, proses mencoba gerakan dapat menimbulkan keraguan. Penerapan STAD memberikan lingkungan belajar yang memungkinkan siswa memperoleh dukungan dari teman sebaya sehingga hambatan psikologis tersebut dapat dikurangi. Siswa dapat mengamati pelaksanaan gerakan oleh teman, mendiskusikan tahapan gerakan, memberikan penguatan, serta saling mengingatkan mengenai kesalahan teknik (M. Akbar Alpiqi, 2024; Mutia R. et al, 2020). Interaksi tersebut menjadikan proses pembelajaran lebih partisipatif dan memberikan pengalaman belajar yang tidak hanya berorientasi pada hasil gerakan, tetapi juga pada proses pembentukan keberanian dan kepercayaan diri.

Temuan tersebut dapat dipahami melalui karakteristik utama pembelajaran koopertif yang menekankan adanya ketergantungan positif, tanggung jawab individu, interaksi promotif, dan keterampilan sosial. Dalam STAD, keberhasilan kelompok tidak hanya bergantung pada kemampuan individu tertentu, tetapi juga pada

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

kontribusi setiap anggota (Basuki & Hidayah, 2026). Struktur tersebut memberikan kesempatan kepada siswa dengan kemampuan berbeda untuk saling membantu dan belajar bersama. Kajian mutakhir mengenai cooperative learning dalam PJOK menunjukkan bahwa pendekatan kooperatif memberikan manfaat pada berbagai aspek pembelajaran, terutama keterlibatan sosial, afektif, dan psikologis siswa. Pembelajaran kooperatif juga memberikan kesempatan lebih besar kepada siswa untuk berinteraksi dan berpartisipasi dalam aktivitas pembelajaran dibandingkan pembelajaran yang lebih berpusat pada guru.

Dalam konteks motivasi belajar, penerapan STAD memberikan kondisi yang mendukung munculnya kemauan siswa untuk terlibat dalam aktivitas pembelajaran. Motivasi dalam pembelajaran keterampilan gerak berkaitan dengan kesiapan siswa untuk mencoba, melakukan pengulangan, menerima koreksi, mempertahankan usaha, dan menyelesaikan tugas ketika menghadapi kesulitan (Arisqa et al., 2024). Dukungan teman sebaya dalam kelompok dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih positif karena siswa tidak menghadapi kesulitan secara individual. Ketika siswa memperoleh bantuan, penghargaan, dan dorongan dari anggota kelompok, muncul perasaan bahwa dirinya memiliki peran dan kontribusi terhadap keberhasilan bersama. Kondisi tersebut dapat memperkuat keterlibatan siswa dalam pembelajaran.

Aktivitas siswa selama penerapan STAD juga dapat dijelaskan melalui perubahan struktur pembelajaran. Siswa tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi menjadi bagian dari kelompok yang memiliki tugas untuk memahami materi, melakukan latihan, berdiskusi, membantu teman, dan menyelesaikan tugas pembelajaran. Aktivitas tersebut memberikan kesempatan kepada siswa untuk membangun pemahaman melalui pengalaman langsung dan interaksi sosial. Dalam pembelajaran roll depan, misalnya, siswa dapat mengamati gerakan teman kemudian membandingkannya dengan tahapan gerakan yang telah diberikan guru. Proses pengamatan dan diskusi tersebut memungkinkan terjadinya peer learning, yaitu proses belajar yang memanfaatkan teman sebaya sebagai salah satu sumber belajar.

Interaksi teman sebaya menjadi semakin penting ketika terdapat perbedaan kemampuan awal di antara siswa. Siswa yang lebih menguasai gerakan dapat memberikan contoh atau bantuan kepada anggota kelompok yang mengalami kesulitan, sedangkan siswa yang masih kurang menguasai keterampilan memperoleh kesempatan untuk belajar dalam suasana yang relatif lebih informal. Namun, kondisi tersebut tetap membutuhkan pengelolaan guru agar siswa yang memiliki kemampuan lebih tinggi tidak mendominasi aktivitas kelompok. Pembagian peran, pemberian tugas yang jelas, dan pengawasan selama proses pembelajaran diperlukan agar setiap siswa memperoleh kesempatan untuk berpartisipasi. Literatur terbaru juga menegaskan bahwa efektivitas cooperative learning tidak hanya ditentukan oleh penggunaan nama atau struktur model pembelajaran, tetapi sangat dipengaruhi oleh kualitas implementasi, pengelolaan kelompok, karakteristik peserta didik, serta kesesuaian aktivitas dengan tujuan pembelajaran.

Peran guru tetap menjadi komponen penting dalam keberhasilan penerapan STAD. Pembelajaran kooperatif bukan berarti mengurangi peran guru, tetapi mengubah posisi guru dari satu-satunya sumber informasi menjadi fasilitator, pengarah, pengelola lingkungan belajar, dan pemberi umpan balik. Pada pembelajaran roll depan, guru memiliki tanggung jawab untuk memberikan demonstrasi gerakan secara benar, menjelaskan tahapan gerakan, memastikan kesiapan siswa, mengorganisasi kelompok, mengawasi praktik, serta memberikan koreksi terhadap kesalahan teknik. Aspek keselamatan juga harus menjadi perhatian karena pembelajaran senam lantai melibatkan gerakan tubuh yang memerlukan koordinasi dan teknik yang tepat. Oleh karena itu, kebebasan siswa untuk belajar melalui kelompok tetap harus berada dalam kerangka instruksi dan pengawasan guru.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa penerapan STAD memperoleh respons positif dari siswa. Respons tersebut dapat dipahami sebagai refleksi dari pengalaman belajar yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk bekerja sama, berkomunikasi, saling membantu, dan terlibat secara langsung dalam aktivitas pembelajaran. Suasana belajar yang lebih interaktif dapat mengurangi kesan bahwa pembelajaran keterampilan gerak hanya berpusat pada instruksi guru. Siswa memperoleh ruang untuk berpartisipasi dan berinteraksi sehingga pembelajaran menjadi lebih dinamis. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu dan kajian mutakhir yang menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif dalam PJOK dapat mendukung pengalaman sosial dan afektif siswa serta menciptakan lingkungan pembelajaran yang lebih partisipatif.

Respons positif tersebut juga memiliki keterkaitan dengan motivasi belajar. Ketika siswa memiliki pengalaman yang menyenangkan, memperoleh dukungan dari teman, dan merasa mampu menjalankan tugas yang diberikan, kecenderungan untuk terlibat dalam aktivitas pembelajaran menjadi lebih besar. Dalam pembelajaran keterampilan gerak, pengalaman keberhasilan dalam melakukan suatu gerakan dapat menjadi penguatan bagi siswa untuk mencoba kembali dan memperbaiki keterampilan. Oleh sebab itu, STAD dapat dipandang bukan hanya sebagai struktur pembelajaran kelompok, tetapi sebagai pendekatan yang menciptakan kondisi sosial dan psikologis yang mendukung keterlibatan siswa.

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

Meskipun demikian, penerapan STAD tidak berarti bahwa seluruh permasalahan pembelajaran dapat diselesaikan hanya melalui pembentukan kelompok. Efektivitas model tetap dipengaruhi oleh kesiapan siswa, kemampuan awal, pengalaman belajar, karakteristik materi, kualitas interaksi kelompok, serta kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran. Pada materi roll depan, perhatian khusus perlu diberikan kepada siswa yang masih ragu melakukan gerakan atau memiliki keterampilan dasar yang belum memadai. Guru perlu memberikan pendampingan secara proporsional, menyediakan demonstrasi yang jelas, memberikan kesempatan latihan secara bertahap, serta memberikan umpan balik yang spesifik. Dengan demikian, kerja kelompok tidak hanya menjadi aktivitas sosial, tetapi benar-benar berfungsi sebagai sarana untuk membantu pencapaian tujuan pembelajaran.

Secara keseluruhan, penerapan Cooperative Learning tipe STAD dalam pembelajaran roll depan menunjukkan bahwa pengembangan keterampilan gerak dapat dipadukan dengan pengembangan motivasi dan keterampilan sosial siswa. Struktur pembelajaran yang memberikan ruang bagi kerja sama, tanggung jawab individu, interaksi teman sebaya, dan dukungan sosial dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih aktif dan partisipatif. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pembelajaran PJOK tidak semestinya hanya berorientasi pada penguasaan teknik gerak, tetapi juga perlu memperhatikan pengalaman belajar siswa, keterlibatan sosial, kepercayaan diri, dan motivasi untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Dengan demikian, STAD dapat menjadi salah satu alternatif pedagogis yang relevan untuk pembelajaran keterampilan gerak, khususnya ketika guru mampu mengintegrasikan kerja kelompok dengan demonstrasi teknik, latihan yang terstruktur, umpan balik, dan pengelolaan keselamatan secara konsisten.

Dalam perspektif penelitian tindakan kelas, temuan tersebut memberikan implikasi bahwa perbaikan pembelajaran PJOK dapat dilakukan melalui perubahan strategi pembelajaran yang lebih berpusat pada keterlibatan siswa. Namun, interpretasi hasil penelitian perlu ditempatkan dalam konteks subjek dan situasi pembelajaran yang diteliti. Karena penelitian dilaksanakan pada satu kelas dan dalam satu siklus tindakan, temuan lebih tepat dipahami sebagai bukti kontekstual mengenai penerapan STAD dalam pembelajaran roll depan, bukan sebagai generalisasi terhadap seluruh siswa atau satuan pendidikan. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian dengan melibatkan lebih banyak kelas, beberapa siklus tindakan, durasi intervensi yang lebih panjang, atau desain komparatif sehingga hubungan antara pembelajaran kooperatif, motivasi, keterlibatan, dan penguasaan keterampilan gerak dapat dianalisis secara lebih mendalam.

KESIMPULAN

Penerapan model Cooperative Learning tipe Student Teams Achievement Division (STAD) dapat menjadi strategi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran gerakan roll depan melalui penguatan partisipasi, kerja sama, keberanian mencoba, dan dukungan teman sebaya. Secara praktis, guru PJOK disarankan menerapkan STAD melalui kelompok heterogen, pembagian peran yang jelas, latihan bertahap, umpan balik, dan pengawasan keselamatan. Evaluasi motivasi perlu menggunakan indikator dan instrumen yang terukur. Karena penelitian terbatas pada satu kelas dan satu siklus, temuan ini bersifat kontekstual sehingga penelitian lanjutan dengan beberapa siklus dan subjek yang lebih luas diperlukan untuk memperkuat bukti penerapannya.

REFERENSI

Alam, M. S., & Putra, I. B. (2026). Minat pembelajaran PJOK senam lantai siswi MA Jabal Noer Taman Sidoarjo. Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, 14, 62–72.

Ansar, C. S., … Syam, M. S. (2024). Kemampuan roll ke depan pada siswa sekolah dasar. Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha, 12(1), 65–72.

Arisqa, W. P., … Suyono. (2024). Pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap perkembangan anak di SD Swasta Al-Washliyah Kabupaten Deli Serdang. Journal on Education, 7(1), 921–929.

Basuki, S. R., & Hidayah, R. (2026). Efektivitas integrasi model Student Teams Achievement Division (STAD) dengan multimedia dalam meningkatkan keterampilan kolaborasi siswa sekolah dasar. PAEDAGOGIE, 21(1), 57–64. https://doi.org/10.31603/paedagogie.v21i1.15579

Dwi, I. K., … Lesmana, P. (2025). Media pembelajaran interaktif berbasis website pada mata pelajaran PJOK materi senam lantai berguling untuk peserta didik kelas VIII SMP Negeri 5 Singaraja. Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, 13(2), 194–203.

Gopur, A., … Indonesia, U. P. (2024). Peran pendidikan jasmani dan olahraga pada personal pendidikan jasmani di Indonesia. Jurnal Ilmiah Spirit, 24(2), 70–79.

Handayani, S. (2026). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe STAD terhadap hasil belajar siswa pada

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

mata pelajaran IPAS kelas V SDN Daru I Kec. Jambe Kabupaten Tangerang. Journal of Innovative and Creativity, 6(2), 34868–34873.

Hoogenboom, B. J. (2009). Using rolling to develop neuromuscular control and coordination of the core and. North American Journal of Sports Physical Therapy, 4(2), 70–82.

Lathifah, A. S., … Moewardi, I. (2024). Penerapan teori belajar konstruktivisme dalam meningkatkan keaktifan dan hasil belajar siswa. DIAJAR: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 3(1), 36–42. https://doi.org/10.54259/diajar.v3i1.2233

Lesmawan, H., … Risma, S. A. (2024). Meningkatkan motivasi belajar pendidikan jasmani siswa sekolah dasar dengan metode pembelajaran blended learning menggunakan media inovatif, 5(11), 1582–1589.

Lo, K. W. K., … Pons, R. M. (2022). How students' motivation and learning experience affect their service-learning outcomes: A structural equation modeling analysis. Frontiers in Physiology, 13, Article 825902. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.825902

M. Akbar Alpiqi, Jujur Gunawan Manullang, & W. H. (2024). Survei implementasi Kurikulum Merdeka Belajar pada pembelajaran PJOK di SMA Negeri se-Kecamatan. Jurnal Wahana Didaktika, 22(2), 79–94.

Marihot, A., … Manullang, J. G. (2023). Meningkatkan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dengan metode drill (Improve the skills of passing techniques using the inner). CITIUS: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, 3(2), 163–168. https://doi.org/10.32665/citius.v3i2.2449

Marwah, S. A. (2025). Analisis efektivitas manajemen kelas guru terhadap hasil belajar siswa kelas IV SD Inpres 1 Talise. Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah, 9(3), 1167–1177. https://doi.org/10.35931/am.v9i3.5010

Mutia Rif'atul Sifa, Tatang Syaripudin, & A. H. (2020). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe. Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 5(2), 120–130.

Nurulita, R. F. (2026). Pengaruh latihan senam lantai terhadap peningkatan keterampilan motorik siswa SMP Negeri 1 Pattallassang. Jurnal Ilmiah Spirit, 26(1), 2024–2027.

Peng, C. (2021). The academic motivation and engagement of students in English as a foreign language classes: Does teacher praise matter? Frontiers in Psychology, 12, Article 778174. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.778174

Rizki Apriyanti, J. S. (2026). Pengaruh model Cooperative Learning tipe STAD berbasis pembelajaran kontekstual terhadap kemampuan berpikir kritis siswa di kelas IV SD. PAEDAGOGIE, 21(3), 2088–2096. https://doi.org/10.31603/paedagogie.213.17130

Sama, K., & Sekolah, S. (2026). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD. Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 11(1).

Sari, Y. Y., … Ramos, M. (2024). Pentingnya pendidikan jasmani olahraga terhadap anak usia sekolah dasar. Jurnal Tunas Pendidikan, 6(2), 478–488. https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657

Tariza, N., & Herlina, N. (2026). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Jurnal Education, 2(2), 89–102.

Telaumbanua, M. N., … Abdullah, I. (2026). Kesiapan fisik dan psikologis melalui pemanasan gerakan inti: Upaya meningkatkan hasil belajar roll depan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan, 5(2), 994–1004.

Tj, N. A., … Iqbal, R. (2026). Efektivitas metode pembelajaran Part and Whole terhadap keterampilan gerak senam lantai roll depan. Jurnal Porkes, 9(3), 2018–2032. https://doi.org/10.29408/porkes.v9i3.35434

Utami, D. S., … Cinantya, C. (2024). Pentingnya motivasi dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik sekolah dasar. MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin, 2(4), 2071–2082.