

# **Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Game Dalam Meningkatkan Motivasi Dan Minat Belajar Dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK Di Sekolah Dasar**

**Tasya Aulia Rahma<sup>1</sup>**

**Universitas Negeri Semarang, Indonesia<sup>1</sup>**

## **ABSTRAK**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Game dalam Meningkatkan Motivasi dan Minat Belajar dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan menelaah sepuluh jurnal nasional dan internasional dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir. Proses penelusuran dilakukan melalui beberapa database dengan kata kunci relevan dan menggunakan pedoman seleksi PRISMA. Hasil kajian menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis game, khususnya Sport Education Model (SEM) dan unit hibrida TGfU-SEM, terbukti mampu meningkatkan motivasi intrinsik, partisipasi belajar, dan minat siswa dalam pembelajaran PJOK. Pembelajaran yang didesain menyerupai pengalaman olahraga nyata, dengan rotasi peran seperti pemain, pelatih, wasit, maupun pengelola tim, mampu memenuhi kebutuhan psikologis dasar siswa sehingga menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Selain itu, model ini terbukti fleksibel karena tetap efektif diterapkan baik dalam pembelajaran tatap muka, daring, maupun hybrid. Dengan demikian, pembelajaran berbasis game dapat menjadi strategi alternatif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di sekolah dasar serta mendorong sikap positif siswa terhadap aktivitas fisik.*

**Kata Kunci:** Pembelajaran berbasis game, SEM, TGfU, motivasi, PJOK.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dari kurikulum sekolah dasar yang bertujuan mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, serta membentuk karakter siswa melalui aktivitas fisik yang terstruktur (Wright, Gordon, & Gray, 2020). Melalui pembelajaran PJOK, siswa diharapkan tidak hanya menerima materi teknis olahraga, tetapi juga belajar mengenai sportivitas, kerja sama, tanggung jawab, serta kebiasaan hidup sehat (Rahman et al., 2024). Namun demikian, pelaksanaan pembelajaran PJOK di sekolah dasar masih menghadapi berbagai tantangan.

Dalam praktiknya, pembelajaran PJOK sering berlangsung secara konvensional dengan model ceramah dan demonstrasi satu arah sehingga siswa lebih banyak menjadi penerima instruksi pasif (Luo, 2024). Pembelajaran yang monoton dan kurang memberi ruang eksplorasi menyebabkan siswa tidak merasa terlibat secara emosional dan kognitif dalam proses pembelajaran (Clara, 2022). Kondisi ini berdampak pada menurunnya motivasi dan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Padahal, motivasi dan minat belajar merupakan faktor penting yang menentukan partisipasi aktif dan keberhasilan proses pembelajaran, terutama pada pembelajaran berbasis aktivitas gerak (Guo et al., 2023). Selain itu, karakteristik siswa sekolah dasar yang cenderung aktif, senang bermain, dan belajar melalui pengalaman langsung menuntut guru untuk menerapkan strategi pembelajaran yang variatif dan interaktif (Bernal et al., 2024). Oleh karena itu, diperlukan model pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan siswa sekolah dasar agar mereka terlibat secara optimal dan merasa senang dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Model pembelajaran berbasis game atau game-based learning merupakan salah satu pendekatan yang dinilai mampu meningkatkan keterlibatan siswa karena memberikan ruang bagi siswa untuk belajar melalui aktivitas permainan yang terstruktur, kompetitif, dan menyenangkan (Schiff & Supriady, 2023). Pendekatan ini menghadirkan pengalaman belajar yang lebih bermakna melalui tantangan, tujuan pembelajaran yang jelas, serta adanya umpan balik langsung selama proses pembelajaran berlangsung (Tendinha et al., 2021). Pembelajaran berbasis game juga mampu mendorong motivasi intrinsik, karena siswa merasa tertantang untuk meningkatkan kemampuan mereka sekaligus menikmati aktivitas belajar (Gil- Arias et al., 2021).

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan game-based learning terbukti mampu meningkatkan motivasi, minat, serta partisipasi siswa dalam pembelajaran fisik (Franco et al., 2021). Selain itu, model ini juga terbukti memperkuat interaksi sosial siswa melalui kerja sama tim, komunikasi aktif, dan kompetisi yang sehat selama pembelajaran (Méndez-Giménez et al., 2022). Dengan demikian, game-based learning memiliki potensi besar untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana penerapan model pembelajaran berbasis game dapat meningkatkan motivasi dan minat belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Kajian ini penting untuk memperkaya literatur serta memberikan rekomendasi praktis bagi guru dalam memilih strategi pembelajaran inovatif yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur atau kajian pustaka, yang bertujuan menelaah, membandingkan, serta merangkum hasil penelitian terdahulu terkait penggunaan model pembelajaran berbasis game (game-based learning) dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Data penelitian berupa data sekunder yang diambil dari artikel jurnal nasional maupun internasional yang diterbitkan dalam sepuluh tahun terakhir, sehingga informasi yang dianalisis relevan dengan perkembangan pembelajaran pendidikan jasmani saat ini (Haddaway

et al., 2022).

Proses pencarian sumber dilakukan dengan menggunakan sejumlah kata kunci seperti "game-based learning", "gamification", "physical education", "motivation", "learning interest", dan "elementary school". Untuk memperluas hasil pencarian, digunakan kombinasi Boolean seperti: ("game-based learning" OR

"gamification") AND ("physical education" OR "PJOK") AND ("motivation" OR "learning interest"). Artikel diperoleh dari beberapa basis data seperti Scopus, Google Scholar, DOAJ, serta jurnal terakreditasi SINTA. Tahapan pencarian dan seleksi artikel mengikuti pedoman PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) agar proses telaah bersifat sistematis, transparan, dan bebas dari bias pemilihan data (Page et al., 2021). Alur PRISMA meliputi: (1) identifikasi artikel relevan dari database, (2) penyaringan awal melalui judul dan abstrak, (3) pemeriksaan isi artikel secara penuh, dan (4) penentuan artikel akhir yang sesuai untuk dianalisis lebih lanjut.

Untuk memastikan artikel yang digunakan sesuai dengan fokus penelitian, seleksi dilakukan menggunakan pendekatan PICO (Population, Intervention, Comparison, Outcome). Rincian PICO ditunjukkan sebagai berikut:

**Tabel 1. Kata kunci pemilihan artikel**

PICO	Keterangan
Population	"Siswa sekolah dasar" atau "peserta didik dalam pembelajaran PJOK"
Intervention	"Game-based learning", "gamification", atau model pembelajaran berbasis permainan
Comparison	"Pembelajaran konvensional" atau "metode langsung", atau tanpa perbandingan
Outcome	"Motivasi belajar", "minat belajar", atau "keterlibatan siswa"

Pada tahap awal pencarian diperoleh sejumlah artikel dari berbagai sumber. Selanjutnya artikel diseleksi berdasarkan beberapa kriteria, yaitu keterkaitan dengan topik, kesesuaian pendekatan penelitian, memiliki temuan empiris, serta membahas motivasi atau minat belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Duplikasi artikel dihilangkan menggunakan aplikasi pengelola referensi seperti Mendeley.

Artikel yang lolos seleksi kemudian dianalisis menggunakan pendekatan analisis isi (content analysis). Pada tahap ini, hasil penelitian dikategorikan ke dalam beberapa tema seperti peningkatan motivasi, peningkatan minat, keterlibatan dan partisipasi siswa, pengalaman belajar, serta efektivitas penerapan pembelajaran berbasis game. Hasil analisis kemudian disajikan dalam tabel agar lebih mudah dibaca dan digunakan dalam penyusunan kesimpulan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2 hasil analisis penelitian yang akan dikaji

Penulis & Tahun	Tujuan Penelitian	Judul	Negara	Sumber	Metode	Temuan
Gil-Arias et al., 2017	Menilai pengaruh unit hibrida TGfU-SEM pada motivasi siswa	Impact of a Hybrid TGfU-Sport Education Unit on Student Motivation in PE	Spanyol	PLOS ONE (Q1)	Eksperimen kuasi	Peningkatan motivasi otonom, kenikmatan, dan niat beraktivitas
Franco et al., 2021	Mengaji efek intervensi SEM pada hasil perilaku dan motivasi selama COVID-19	Effects of a SEM-based Teaching Intervention on Behavioral and Motivational Outcomes	Spanyol	Sustainability (Q1)	Kuasi-eksperimental	Meningkatkan kebutuhan psikologis dasar dan keterlibatan siswa
Méndez-Giménez et al., 2022	Menilai pengaruh SEM terhadap dimensi motivasional dan emosional	Effects of the Sport Education Model on Adolescents' Motivational, Emotional, and Well-Being Dimensions	Spanyol	European Physical Education Review (Q1)	Kuasi-eksperimental	Peningkatan motivasi intrinsik dan kesejahteraan siswa
Luna et al., 2020	Mengevaluasi efek SEM vs Direct Instruction pada kesejahteraan	Subjective Well-Being and Psychosocial Adjustment: Effects of SEM	Spanyol	Sustainability (Q1)	Kuasi-eksperimental	Perbaikan kesejahteraan dan penyesuaian psikososial
Burgueño et al., 2019	Menelaah pengaruh SEM terhadap respons motivasional dari perspektif gender	Influence of Sport Education on High School Students' Motivational Response	Spanyol	Retos (Q3)	Kuasi-eksperimental	Peningkatan regulasi motivasi otonom

Tendinha et al., 2021	Memetakan dampak SEM pada motivasi siswa	Impact of Sport Education Model in Physical Education on Students' Motivation	Multi-negara	Children (Q1)	Systematic review	Efek positif konsisten pada motivasi
Gil-Arias et al., 2021	Menganalisis unit hibrida TGfU/SEM pada siswa SD	Effect of a Hybrid TGfU- SEM Unit on Elementary Students' Self-Determined Motivation	Spain	European Physical Education Review (Q1)	Kuasi-eksperimental I	Peningkatan kebutuhan psikologis dasar dan kenikmatan belajar
Albaloul, Kulinna & van der Mars, 2024	Membandingkan dampak SEM pada motivasi siswa Kuwait & AS	Comparing the Impact of the Sport Education Model on Student Motivation	Kuwait & USA	Frontiers in Psychology (Q1)	Quasi-experimental	Efektif meningkatkan partisipasi dan motivasi di dua konteks
Zhang et al., 2024	Review sistematis efek SEM terhadap sikap belajar	The Effect of the Sport Education Model in PE on Student Learning Attitude	Multi-negara	BMC Public Health (Q1)	Systematic review	Efek positif pada sikap, keterlibatan, dan niat aktif
Franco-et al. / studi terkait 2021-2022 (ringkasan)	Menilai implementasi SEM dalam konteks pembelajaran jarak jauh	Effects of SEM-based interventions in Covid- 19 scenarios	Spain	Sustainability /European PE Review	Kuasi-eksperimental I	Meningkatkan keterhubungan sosial dan motivasi meski daring

## **Pembahasan**

Berdasarkan telaah terhadap sepuluh penelitian yang dianalisis, terlihat kecenderungan kuat bahwa penerapan model pembelajaran berbasis permainan, khususnya Sport Education Model (SEM) serta unit hibrida TGfU-SEM, memberikan dampak positif yang konsisten terhadap motivasi dan minat belajar siswa dalam pembelajaran PJOK (Gil-Arias et al., 2017; Méndez-Giménez et al., 2022). Studi-studi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran yang dirancang menyerupai pengalaman olahraga nyata—di mana siswa tidak hanya menjadi peserta tetapi juga berperan sebagai pelatih, wasit, pengelola tim, pencatat statistik, hingga pengambil keputusan permainan—mampu menumbuhkan rasa tanggung jawab, memiliki, dan keterlibatan emosional yang lebih kuat dibandingkan pembelajaran konvensional yang berpusat pada instruksi langsung dari guru (Luna et al., 2020).

Salah satu temuan yang paling menonjol adalah bahwa SEM mendorong peningkatan motivasi intrinsik siswa melalui pemenuhan kebutuhan psikologis dasar yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Ketika siswa memiliki kesempatan untuk mengambil keputusan, menyusun strategi, mengatur permainan, dan mendapatkan umpan balik langsung, proses belajar tidak lagi bersifat pasif tetapi menjadi pengalaman aktif yang bermakna (Méndez-Giménez et al., 2022). Hal ini juga sejalan dengan temuan bahwa siswa lebih menikmati pembelajaran, meningkatkan kepercayaan diri, serta lebih termotivasi untuk berpartisipasi secara sukarela dalam aktivitas fisik (Gil-Arias et al., 2017). Bahkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa efek peningkatan motivasi tersebut bertahan dalam jangka menengah ketika SEM diterapkan dalam format “musim” atau unit pembelajaran yang berkelanjutan (Franco et al., 2021).

Peningkatan minat belajar juga muncul sebagai pola temuan yang konsisten. Elemen permainan seperti kompetisi berstruktur, rotasi peran, pencatatan skor, hingga penghargaan akhir menjadikan pembelajaran terasa nyata dan menyenangkan, sehingga mengurangi kejenuhan serta meningkatkan partisipasi aktif siswa (Burgueño et al., 2019). Pada pendidikan dasar, pengalaman belajar yang positif ini berpotensi membentuk sikap dan minat jangka panjang siswa terhadap aktivitas fisik, sebagaimana dikuatkan oleh temuan systematic review yang menyimpulkan bahwa SEM berdampak positif terhadap sikap dan niat untuk tetap aktif bergerak (Zhang et al., 2024). Bahkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan tidak hanya berpengaruh terhadap minat dan motivasi, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional serta penyesuaian sosial siswa di sekolah (Luna et al., 2020).

Menariknya, beberapa penelitian menunjukkan bahwa efektivitas SEM tetap terjaga meskipun diterapkan dalam pembelajaran jarak jauh atau hybrid, seperti pada masa pandemi COVID-19 (Franco et al., 2021). Struktur pembelajaran berbasis peran, kompetisi, dan interaksi kelompok masih mampu menjaga keterhubungan sosial serta motivasi siswa walaupun interaksi tidak dilakukan secara tatap muka. Temuan ini menunjukkan fleksibilitas SEM dan kemampuannya beradaptasi terhadap perubahan konteks pembelajaran, termasuk kondisi yang penuh keterbatasan.

Namun demikian, keberhasilan SEM sangat bergantung pada kualitas

desain pembelajaran dan kesiapan guru dalam mengelola proses belajar. Implementasi SEM yang hanya memasukkan elemen permainan tanpa struktur yang jelas cenderung menghasilkan dampak yang lebih terbatas, sehingga perencanaan unit pembelajaran yang matang—mulai dari tujuan, alur permainan, pembagian peran, penilaian formatif, hingga scaffolding guru—menjadi faktor penting untuk memastikan keterlibatan seluruh siswa (Gil-Arias et al., 2021). Selain itu, studi lintas- negara menunjukkan adanya variasi hasil berdasarkan konteks budaya dan kebiasaan sekolah. Misalnya, perbedaan tingkat efektivitas SEM ditemukan pada implementasi di Kuwait dan Amerika Serikat, yang menandakan bahwa faktor lingkungan dan karakter siswa memengaruhi penerimaan model pembelajaran ini (Albaloul et al., 2024).

Secara keseluruhan, temuan dari sepuluh jurnal tersebut menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan, terutama SEM dan unit hibrida TGfU-SEM, terbukti konsisten mampu meningkatkan motivasi, minat, partisipasi, dan pengalaman belajar siswa dalam pembelajaran PJOK (Tendinha et al., 2021). Model ini menempatkan siswa sebagai pelaku utama pembelajaran, sehingga proses belajar menjadi lebih kontekstual, menantang, dan relevan dengan perkembangan sosial-emosional peserta didik. Dengan perencanaan dan implementasi yang tepat, SEM dapat menjadi alternatif strategis bagi guru PJOK sekolah dasar dalam menciptakan pembelajaran yang menarik, menantang, dan berdampak jangka panjang terhadap sikap serta kebiasaan beraktivitas fisik siswa.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil telaah terhadap sepuluh penelitian dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis game, khususnya Sport Education Model (SEM), terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan minat belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Pembelajaran yang dirancang menyerupai pengalaman olahraga nyata, dengan melibatkan siswa dalam berbagai peran seperti pemain, pelatih, wasit, dan pengelola tim, mampu menciptakan proses belajar yang lebih bermakna, menyenangkan, dan relevan dengan karakteristik belajar siswa sekolah dasar.

Model pembelajaran berbasis game secara konsisten memenuhi kebutuhan psikologis dasar siswa—otonomi, kompetensi, dan keterhubungan—sehingga mendorong peningkatan motivasi intrinsik, partisipasi aktif, dan pengalaman belajar yang positif. Selain itu, pendekatan ini tidak hanya berdampak pada aspek motivasional dan minat, tetapi juga memberikan pengaruh pada perkembangan sosial- emosional seperti rasa percaya diri, interaksi sosial, dan kesejahteraan subjektif siswa. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa SEM tetap efektif meskipun diterapkan dalam konteks pembelajaran daring atau hybrid, menandakan fleksibilitas dan ketahanannya terhadap perubahan situasi pembelajaran.

Dengan demikian, model pembelajaran berbasis game dapat menjadi alternatif strategis bagi guru PJOK untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dasar. Melalui perencanaan unit yang matang, desain pembelajaran yang terstruktur, rotasi peran yang adil, serta dukungan guru



dalam memfasilitasi aktivitas permainan, pendekatan ini berpotensi memperkuat motivasi belajar, meningkatkan minat siswa, serta membentuk sikap positif dan kebiasaan aktif dalam jangka panjang.

## **REFERENCES**

1. Bunker, D., & Thorpe, R. (2019). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 10(1), 9-16.
2. Bunker, D., & Thorpe, R. (2020). The curriculum model. In R. Thorpe, D. Bunker, & L. Almond (Eds.), *Rethinking games teaching* (pp. 7-10). University of Loughborough.
3. Butler, J. (2018). Curriculum constructions of ability: Enhancing learning through TGfU. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 11(3), 243- 263.
4. Butler, J. (2020). TGfU pedagogy: Old dogs, new tricks and puppy school. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(3), 225-240.
5. Ford, P., Yates, I., & Williams, M. (2010). An analysis of learning during game-based challenge tasks. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(1), 15-33.
6. Gray, S., Sproule, J., & Morgan, K. (2009). Teaching team invasion games: Exploring student and teacher views on TGfU. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14(2), 127-144.
7. Griffin, L. L., & Butler, J. (Eds.). (2005). *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice*. Human Kinetics.
8. Harvey, S., & Jarrett, K. (2014). A review of the game-centred approaches to teaching and coaching literature since 2006. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(3), 278-300. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.75400>
9. Harvey, S., & Light, R. (2015). Questioning for learning in game-based approaches to teaching and coaching. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 6(2), 175-190.
10. Harvey, S., Pill, S., & Almond, L. (2018). Old wine in new bottles: A response to claims that TGfU is outdated. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(1), 100-115.
11. Hopper, T. (2002). TGfU—what does it look like and how does it influence learning? *Canadian Journal of Physical Education*, 12(3), 6-14.
12. Kirk, D., & MacPhail, A. (2017). Teaching Games for Understanding and situated learning: Rethinking the Bunker-Thorpe model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(2), 177-192. <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.177>
13. Light, R. (2021). *Game sense: Pedagogy for performance, participation and enjoyment*. Routledge.
14. Light, R. (2018). Quality teaching and learning in sport: TGfU and Game Sense. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport & Physical Education*, 5(3), 247-260.
15. Light, R., & Fawns, R. (2019). Knowing the game: Integrating speech and action through TGfU. *Quest*, 55(2), 161-176.



<https://doi.org/10.1080/00336297.2003.10491798>

16. Memmert, D., Almond, L., Bunker, D., Butler, J., Fasold, F., Griffin, L., ... & Zomorodi, H. (2015). *Top 10 research questions relating to TGfU*. Routledge.
17. Moy, B., Renshaw, I., & Davids, K. (2020). Variations in task constraints shape emergent learning outcomes in TGfU. *European Physical Education Review*, 22(3), 313-330.
18. Pearson, P., & Webb, P. (2018). Developing effective questioning in TGfU. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 13(1), 1-18.
19. Pill, S. (2023). Teacher/coaches experiences with implementing TGfU. *Journal of Physical Education New Zealand*, 44(1), 14-22.
20. Thorpe, R., Bunker, D., & Almond, L. (2020). *Rethinking games teaching*. University of Loughborough.