AR RUMMAN - Journal of Education and Learning Evaluation
E-ISSN: 3047-0943 P-ISSN: 3047-1141
Vol. 3 No. 2 Desember 2026

# Penerapan TGFU pada Materi Lari Estafet Untuk Meningkatkan Kerja Sama Siswa Kelas V SDN 37 Pekanbaru tahun Pelajaran 2026/2027

**Na'imatul Rodiah [1] Firman Bagus Pratama[2] Kristi Agust[3] Abdul Latif[4]**
Program Studi Pendidikan Profesi Guru, Jurusan Pendidikan Jasmani, Olah Raga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia[1,2,3,4]
Email: mantul.diah20@gmail.com[1] firmanbagus18082002@gmail.com[2]
kristiagust@lecturer.unri.ac.id[3] abdullatif78@guru.sd.belajar.id[4]

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kerja sama siswa kelas V SDN 37 Pekanbaru melalui penerapan *Teaching Games for Understanding* (TGfU) pada materi lari estafet. Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 25 siswa kelas V SDN 37 Pekanbaru. Data kerja sama siswa dikumpulkan melalui lembar observasi yang mencakup indikator komunikasi, partisipasi, tanggung jawab, saling membantu, dan koordinasi kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kerja sama siswa mengalami peningkatan setelah penerapan pembelajaran TGfU. Persentase ketuntasan kerja sama meningkat dari 40% pada kondisi awal menjadi 68% pada siklus I dan 88% pada siklus II. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penerapan TGfU melalui permainan estafet yang dimodifikasi memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkomunikasi, mengambil keputusan bersama, menjalankan peran, saling membantu, dan melakukan koordinasi dalam kelompok. Dengan demikian, penerapan TGfU dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran PJOK untuk meningkatkan kerja sama siswa pada materi lari estafet.
**Kata Kunci:** *Teaching Games For Understanding*; Lari Estafet; Kerja Sama; PJOK; Penelitian Tindakan Kelas

***Abstract***

*Cooperation is an essential social competency in physical education, particularly in relay running, which requires effective communication, shared responsibility, mutual support, and group coordination. However, developing these competencies requires learning activities that actively engage students in collaborative decision-making and game situations. This study aimed to improve the cooperation skills of fifth-grade students at SDN 37 Pekanbaru through the implementation of the Teaching Games for Understanding (TGfU) approach in relay running lessons. The study employed a Classroom Action Research (CAR) design conducted over two cycles, each consisting of planning, action, observation, and reflection. The participants were 25 fifth-grade students at SDN 37 Pekanbaru. Data on student cooperation were collected using an observation checklist covering five indicators: communication, participation, responsibility, mutual assistance, and group coordination. The findings demonstrated a progressive improvement in students' cooperation skills following the implementation of TGfU. The percentage of students achieving the cooperation mastery criterion increased from 40% at the initial stage to 68% in Cycle I and 88% in Cycle II. These improvements indicate that modified relay games within the TGfU framework provided opportunities for students to communicate, make collective decisions, fulfill assigned roles, support their peers, and coordinate group activities. The findings suggest that TGfU can serve as an alternative pedagogical approach in physical education to foster collaborative competencies through game-based learning, particularly in elementary school relay running instruction.*
***Keywords:*** *Teaching Games for Understanding; Relay Running; Student Cooperation; Physical Education; Classroom Action Research*

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

## PENDAHULUAN

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar tidak hanya diarahkan pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga pada perkembangan sikap sosial seperti tanggung jawab, komunikasi, kepedulian, dan kerja sama. Pada materi lari estafet, keberhasilan kelompok tidak ditentukan oleh kemampuan satu siswa saja. Setiap anggota harus mampu menjalankan perannya, menjaga ritme kelompok, memberikan informasi kepada teman, dan melakukan pergantian tongkat secara terkoordinasi. Karena itu, materi lari estafet dapat menjadi konteks yang relevan untuk mengembangkan kerja sama siswa (Murdani & Sutapa, 2025). Pembelajaran PJOK yang melibatkan aktivitas kelompok pada dasarnya memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui pengalaman langsung. Siswa tidak hanya menerima penjelasan dari guru, tetapi juga berinteraksi dengan teman dalam menyelesaikan tugas gerak. Dalam proses tersebut, muncul berbagai bentuk interaksi seperti memberikan informasi, menunggu giliran, membantu teman, mengikuti kesepakatan kelompok, dan memberikan dukungan ketika terjadi kesalahan. Aktivitas seperti ini menjadi penting karena kemampuan bekerja sama tidak cukup hanya dijelaskan secara teori, tetapi perlu dibentuk melalui pengalaman yang dilakukan secara berulang dalam situasi pembelajaran.

Pada materi lari estafet, pengalaman bekerja sama menjadi semakin penting karena setiap anggota kelompok mempunyai peran yang saling berkaitan. Pelari pertama harus mampu menjalankan tugasnya dengan baik, sementara pelari berikutnya harus mempersiapkan diri untuk menerima tongkat. Pergantian tongkat juga membutuhkan komunikasi antara pelari yang menyerahkan dan pelari yang menerima. Apabila komunikasi tidak berjalan dengan baik, pergantian dapat terlambat atau bahkan menyebabkan tongkat terjatuh. Oleh karena itu, kegiatan estafet dapat dimanfaatkan guru untuk membangun kebiasaan siswa dalam berkomunikasi dan melakukan koordinasi dengan anggota kelompok. Dalam praktik pembelajaran, latihan estafet sering dilakukan dengan pola demonstrasi guru, latihan teknik secara berulang, kemudian perlombaan. Pola tersebut dapat membantu siswa memahami teknik dasar, tetapi apabila kegiatan terlalu berpusat pada hasil lari, kesempatan siswa untuk memecahkan masalah bersama dan memahami peran dalam kelompok menjadi lebih terbatas. Pendekatan *Teaching Games for Understanding* (TGfU) menawarkan pembelajaran yang dimulai dari permainan atau situasi bermain, kemudian siswa diarahkan memahami masalah permainan, mengambil keputusan, melakukan keterampilan, dan merefleksikan pengalaman bermain. Penelitian Jaya menunjukkan bahwa penerapan TGfU dalam PJOK sekolah dasar dapat meningkatkan keterampilan bermain sekaligus kerja sama siswa (Harvey, 2025).

Dalam pembelajaran lari estafet, kerja sama siswa dapat terlihat dari bagaimana siswa menjalankan peran dan berinteraksi dengan anggota kelompok selama kegiatan berlangsung. Siswa perlu memahami bahwa keberhasilan kelompok tidak hanya ditentukan oleh kemampuan satu orang dalam berlari, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan seluruh anggota dalam melaksanakan tugasnya. Komunikasi saat memberikan aba-aba, kesiapan menerima tongkat, ketepatan menentukan urutan pelari, serta kesediaan membantu teman merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kegiatan estafet. Apabila siswa belum mampu melakukan koordinasi dengan baik, kegiatan estafet dapat berjalan kurang efektif meskipun beberapa siswa memiliki kemampuan gerak yang cukup baik. Oleh karena itu, pembelajaran lari estafet perlu dirancang agar siswa tidak hanya berlatih kecepatan dan teknik pergantian tongkat, tetapi juga memperoleh pengalaman untuk menyelesaikan tugas secara bersama-sama. Guru perlu memberikan situasi pembelajaran yang memungkinkan siswa berkomunikasi, berdiskusi, menentukan pembagian tugas, dan mencoba strategi yang telah

disepakati. Melalui pengalaman tersebut, siswa dapat memahami bahwa setiap anggota memiliki tanggung jawab terhadap keberhasilan kelompok. Pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara aktif seperti ini diharapkan dapat membuat kerja sama berkembang secara lebih alami selama proses pembelajaran PJOK.

Dalam kegiatan pembelajaran di sekolah dasar, kemampuan siswa dalam bekerja sama tidak selalu berkembang dengan sendirinya. Setiap siswa memiliki karakter, kemampuan gerak, dan keberanian untuk berkomunikasi yang berbeda. Ada siswa yang lebih aktif dalam menyampaikan pendapat, sementara siswa lainnya cenderung mengikuti keputusan teman. Perbedaan tersebut dapat memengaruhi pelaksanaan kegiatan kelompok, termasuk dalam lari estafet. Oleh sebab itu, guru perlu menciptakan kegiatan yang memberikan kesempatan kepada seluruh siswa untuk terlibat dan memiliki tanggung jawab dalam kelompok, sehingga tidak hanya siswa tertentu yang aktif selama pembelajaran berlangsung. Selain itu, kegiatan lari estafet dapat memberikan pengalaman belajar yang menarik apabila disajikan dalam bentuk permainan yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Permainan dapat membuat siswa lebih aktif bergerak sekaligus memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan teman. Dalam permainan estafet, siswa dapat belajar menentukan urutan pelari, mengatur jarak, memberikan aba-aba, menerima dan menyerahkan tongkat, serta memberikan dukungan kepada anggota kelompok. Setiap kegiatan tersebut dapat menjadi pengalaman yang membantu siswa memahami pentingnya koordinasi dan tanggung jawab bersama dalam mencapai tujuan kelompok.

Pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengambil keputusan juga dapat membuat siswa lebih terlibat dalam proses belajar. Ketika menghadapi suatu permasalahan dalam permainan, siswa dapat berdiskusi dengan teman untuk menentukan cara yang dianggap paling tepat. Misalnya, kelompok dapat membicarakan siapa yang menjadi pelari pertama, bagaimana cara memberikan aba-aba, atau bagaimana mengatur pergantian tongkat agar lebih terkoordinasi. Proses tersebut membuat siswa tidak hanya mengikuti perintah guru, tetapi mulai belajar memikirkan solusi dan mempertimbangkan pendapat anggota kelompok. Dengan demikian, kegiatan pembelajaran dapat menjadi sarana untuk mengembangkan kemampuan gerak sekaligus kemampuan sosial siswa. Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan pendekatan pembelajaran yang mampu menggabungkan aktivitas permainan dengan pemahaman terhadap situasi yang dihadapi siswa. Pembelajaran tidak hanya diarahkan pada seberapa cepat siswa menyelesaikan lari estafet, tetapi juga pada bagaimana siswa dapat bekerja sama untuk mencapai tujuan permainan. Siswa perlu diberikan kesempatan untuk mencoba, menemukan kesulitan, membicarakan solusi, dan kembali melakukan permainan dengan strategi yang telah diperbaiki. Pendekatan seperti ini sejalan dengan prinsip Teaching Games for Understanding (TGfU), yang menempatkan permainan sebagai bagian penting dalam proses pembelajaran dan memberikan ruang kepada siswa untuk memahami masalah permainan sebelum menerapkan keterampilan secara lebih efektif.

Salah satu kelebihan pembelajaran berbasis permainan adalah siswa dapat belajar menghadapi kondisi yang tidak selalu sama. Dalam latihan teknik yang dilakukan secara berulang, siswa cenderung mengikuti pola yang telah diberikan guru. Sementara itu, dalam permainan, siswa perlu menyesuaikan tindakan dengan keadaan yang sedang dihadapi. Pada lari estafet, misalnya, siswa perlu memperhatikan posisi teman, kecepatan pelari, jarak pergantian, dan waktu pemberian aba-aba. Keadaan tersebut membuat siswa harus berkomunikasi dan mengambil keputusan secara bersama. TGfU juga memberikan kesempatan kepada guru untuk melakukan pembelajaran secara bertahap. Guru dapat memulai dari permainan sederhana, mengamati kesulitan siswa, kemudian mengarahkan siswa untuk membahas masalah yang muncul. Setelah itu, siswa kembali mencoba permainan dengan

strategi yang telah diperbaiki. Siklus belajar seperti ini membuat siswa memperoleh kesempatan untuk mengalami, mendiskusikan, mencoba, dan memperbaiki. Dalam penelitian ini, proses tersebut diarahkan secara khusus untuk membangun kerja sama pada saat siswa melakukan aktivitas lari estafet.

Penelitian lain juga memperlihatkan bahwa TGfU dapat digunakan pada konteks sekolah dasar melalui permainan yang dimodifikasi. Gustian, Gandasari, dan Mahendra menemukan bahwa penggunaan TGfU melalui permainan kasti dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa sekolah dasar (Gustian *et al*., 2024). Penelitian Khairi, Sudirjo, dan Sudrazat menggunakan PTK pada siswa sekolah dasar dan menunjukkan peningkatan kemampuan bermain setelah TGfU diterapkan dalam beberapa siklus (Khairi *et al*., 2025). Temuan tersebut menguatkan bahwa pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi alternatif untuk membuat siswa lebih aktif dalam proses belajar (Murdani & Sutapa, 2025). State of the art penelitian ini terletak pada penggunaan TGfU dalam materi lari estafet dengan kerja sama sebagai fokus hasil belajar sosial. Lari estafet berbeda dari permainan beregu seperti sepak bola atau kasti karena keberhasilan tim sangat dipengaruhi koordinasi pergantian pelari dan komunikasi antarpelari. Dengan demikian, permainan estafet yang dimodifikasi dapat dirancang bukan sekadar untuk mengejar waktu, tetapi untuk menilai bagaimana siswa berbagi tugas, memberi aba-aba, membantu teman, dan menyelesaikan masalah secara bersama. (Priyono *et al*., 2026) Gap penelitian terletak pada masih terbatasnya kajian PTK yang secara khusus menempatkan kerja sama siswa sekolah dasar sebagai target utama ketika TGfU diterapkan pada materi lari estafet. Oleh sebab itu, penelitian ini diarahkan untuk menjawab bagaimana penerapan TGfU pada materi lari estafet dapat meningkatkan kerja sama siswa kelas V SDN 37 Pekanbaru. Tujuan penelitian adalah meningkatkan kerja sama siswa melalui pembelajaran estafet yang dirancang dalam situasi permainan dan refleksi kelompok. (Harvey, 2025).

**Penelitian Terdahulu yang Relevan**

| No | Penulis/ Tahun | Judul | Tujuan | Metode | Kontribusi dan relevansi |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Gustian *et al.* (2024) | *Effectiveness of Teaching Games for Understanding (TGfU): Using a modified Kasti game to stimulate elementary school students' motor skills* | Menganalisis efektivitas penerapan TGfU melalui permainan kasti yang dimodifikasi terhadap keterampilan motorik siswa sekolah dasar. | Eksperimen dengan pendekatan kuantitatif melalui penerapan permainan kasti yang dimodifikasi. | Memberikan bukti bahwa TGfU dapat diterapkan melalui permainan yang dimodifikasi untuk meningkatkan keterampilan siswa. Relevan karena penelitian ini sama-sama menggunakan TGfU dalam pembelajaran PJOK sekolah dasar berbasis permainan. |
| 2 | Khairi *et al.* (2025) | *Implementation of Teaching Games for Understanding model on students' Kasti skills Heuleut I Public Elementary School Majalengka* | Mengetahui penerapan model TGfU dalam meningkatkan keterampilan bermain kasti siswa sekolah dasar. | Penelitian tindakan kelas (PTK). | Menunjukkan bahwa TGfU dapat digunakan dalam pembelajaran PJOK melalui permainan untuk meningkatkan kemampuan siswa. Relevan dengan penelitian ini karena sama-sama menggunakan PTK dan model TGfU pada siswa sekolah dasar. |
| 3 | Murdani & Sutapa (2025) | *Utilization of physical literacy-based Teaching Games for Understanding (TGFU) learning model for improving the basic* | Mengetahui pemanfaatan model TGfU berbasis literasi fisik dalam meningkatkan | Penelitian tindakan kelas (PTK). | Memberikan kontribusi bahwa TGfU dapat mendukung peningkatan kemampuan gerak dasar melalui pembelajaran yang aktif dan berbasis permainan. Relevan sebagai penguat |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | *moves skills of second grade students of elementary school* | keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar. | | penerapan TGfU dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. |
| 4 | Priyono *et al.* (2026) | *The effectiveness of the Teaching Games for Understanding (TGfU) model on physical education learning motivation for short distance running material for fifth grade elementary school students* | Menganalisis efektivitas model TGfU terhadap motivasi belajar siswa kelas V pada materi lari jarak pendek. | Penelitian kuantitatif dengan penerapan model TGfU pada pembelajaran PJOK. | Menunjukkan bahwa TGfU dapat diterapkan pada materi atletik dan siswa kelas V sekolah dasar. Relevansinya lebih dekat dengan penelitian ini karena sama-sama membahas TGfU, materi atletik, dan siswa kelas V, sedangkan penelitian ini memfokuskan hasil pada kerja sama dalam lari estafet. |
| 5 | Saputri *et al.* (2025) | *Implementation of Teaching Games for Understanding (TGFU) through soccer like games on the decision-making level of elementary school students* | Mengetahui penerapan TGfU melalui permainan untuk meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan siswa sekolah dasar. | Penelitian tindakan kelas (PTK). | Menunjukkan bahwa permainan dalam TGfU dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengambil keputusan selama proses pembelajaran. Relevan dengan penelitian ini karena kerja sama dalam lari estafet juga membutuhkan komunikasi, pengambilan keputusan, dan koordinasi antarsiswa. |

Berdasarkan kondisi tersebut, penerapan TGfU pada materi lari estafet dipandang sesuai untuk memberikan pengalaman belajar yang lebih melibatkan siswa. Permainan dapat digunakan sebagai media untuk memunculkan kebutuhan bekerja sama, sedangkan diskusi dan refleksi digunakan untuk membantu siswa memahami kesalahan dan menemukan strategi yang lebih baik. Dengan demikian, perubahan kerja sama siswa dapat diamati bukan hanya dari hasil akhir permainan, tetapi juga dari perilaku siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Penelitian ini penting dilakukan karena kerja sama merupakan bagian dari pengalaman belajar PJOK yang perlu dikembangkan sejak sekolah dasar. Melalui aktivitas estafet, siswa dapat belajar bahwa keberhasilan kelompok bergantung pada kontribusi setiap anggota. Siswa yang mampu berlari cepat tetap membutuhkan teman yang mampu memberikan aba-aba dan menerima tongkat dengan baik. Begitu juga siswa yang belum memiliki kemampuan gerak yang optimal tetap dapat memberikan kontribusi melalui komunikasi, dukungan, dan pelaksanaan tugas kelompok. Hal tersebut menjadi dasar dilakukannya tindakan pembelajaran menggunakan TGfU.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang sebagai Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus. Setiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 25 siswa kelas V SDN 37 Pekanbaru pada tahun pelajaran 2026/2027. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan memperhatikan kondisi pembelajaran yang berlangsung di kelas. Sebelum tindakan diberikan, dilakukan pengamatan terhadap kerja sama siswa pada kegiatan lari estafet. Pengamatan awal digunakan untuk mengetahui kondisi kerja sama siswa sekaligus menjadi dasar dalam menentukan bagian pembelajaran yang perlu diperbaiki. Hasil kondisi awal kemudian dibandingkan dengan hasil pengamatan pada setiap siklus. Pembagian kelompok dilakukan dengan mempertimbangkan agar siswa dapat terlibat dalam aktivitas secara merata. Setiap anggota kelompok diberikan kesempatan menjalankan peran yang berbeda selama kegiatan. Pergantian peran dimaksudkan agar siswa tidak hanya berfokus pada satu tugas, tetapi dapat merasakan pengalaman sebagai pelari maupun anggota kelompok yang membantu proses permainan. Dengan cara tersebut, indikator kerja sama dapat

diamati dalam berbagai situasi selama pembelajaran. Penelitian difokuskan pada kerja sama siswa selama pembelajaran lari estafet dengan pendekatan TGfU. Pemilihan PTK didasarkan pada tujuan penelitian yang bersifat perbaikan praktik pembelajaran secara langsung di kelas (Khairi *et al*., 2025).

**Tabel 2. Indikator Observasi Kerja Sama Siswa**

| No | Indikator | Skor 1–4 | Keterangan |
|---|---|---|---|
| 1 | Komunikasi dengan anggota kelompok | 1–4 | Menyampaikan/ merespons informasi selama permainan |
| 2 | Partisipasi dalam tugas kelompok | 1–4 | Aktif menjalankan peran yang disepakati |
| 3 | Tanggung jawab | 1–4 | Menyelesaikan tugas dan menjaga alat/peran |
| 4 | Saling membantu | 1–4 | Memberi bantuan dan dukungan kepada teman |
| 5 | Koordinasi kelompok | 1–4 | Menyusun strategi dan bergerak sesuai kesepakatan |

Skor setiap indikator diberikan 1–4. Nilai kerja sama dihitung dengan persentase skor yang diperoleh dibandingkan skor maksimal. Kategori ketuntasan ditetapkan pada nilai ≥75. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rata-rata kelas dan persentase siswa yang mencapai kriteria pada kondisi awal, siklus I, dan siklus II. (Khairi *et al*., 2025).

### Pelaksanaan Tindakan

Pada kondisi awal, guru melaksanakan pembelajaran lari estafet secara umum dan mengamati kerja sama siswa. Hasil observasi menjadi dasar penyusunan tindakan. Pada siklus I, guru menerapkan tahapan TGfU melalui permainan estafet sederhana. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, diberi masalah permainan seperti menentukan jarak pergantian dan urutan pelari, mencoba permainan, mendiskusikan kesulitan, lalu melakukan permainan kembali. Guru berperan sebagai fasilitator. (Harvey, 2025) Pada siklus II, tindakan diperbaiki berdasarkan refleksi siklus I. Permainan dibuat lebih menekankan komunikasi dan koordinasi. Setiap kelompok diberi tugas menentukan strategi, pembagian peran, aba-aba pergantian, dan evaluasi singkat setelah permainan. (Harvey, 2025) Pada akhir setiap kegiatan, guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan refleksi sederhana. Refleksi diarahkan pada pertanyaan mengenai kesulitan yang dialami kelompok, komunikasi yang sudah dilakukan, pembagian tugas, dan hal yang perlu diperbaiki pada permainan berikutnya. Refleksi tersebut menjadi bagian penting karena siswa tidak hanya melakukan aktivitas fisik, tetapi juga diajak memahami proses kerja sama yang telah mereka lakukan. Observasi dilakukan selama proses permainan berlangsung. Observer memperhatikan perilaku siswa berdasarkan lima indikator yang telah ditentukan. Penilaian tidak hanya diberikan ketika siswa melakukan pergantian tongkat, tetapi juga ketika siswa berdiskusi, memberikan aba-aba, membantu teman, menjalankan tugas, dan menyusun strategi kelompok. Dengan demikian, data yang diperoleh menggambarkan kerja sama siswa selama proses pembelajaran secara keseluruhan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan perkembangan kerja sama siswa selama penerapan pembelajaran *Teaching Games for Understanding* (TGfU) pada materi lari estafet. Perkembangan tersebut dilihat berdasarkan nilai rata-rata kerja sama dan persentase siswa yang mencapai kriteria ketuntasan pada kondisi awal, siklus I, dan siklus II. Hasil pengamatan kerja sama siswa pada setiap tahapan penelitian disajikan pada Tabel berikut.

**Tabel 2. Hasil Pengamatan Kerja Sama Siswa pada Kondisi Awal, Siklus I, dan Siklus II**

| Tahap | Rata-rata nilai | Siswa tuntas | Ketuntasan |
|---|---|---|---|
| Kondisi awal | 60,8 | 10 dari 25 | 40% |
| Siklus I | 71,6 | 17 dari 25 | 68% |
| Siklus II | 83,2 | 22 dari 25 | 88% |

Berdasarkan Tabel 2, terlihat adanya peningkatan kerja sama siswa dari kondisi awal hingga siklus II. Pada kondisi awal, nilai rata-rata kerja sama siswa sebesar 60,8, dengan jumlah siswa yang mencapai ketuntasan sebanyak 10 dari 25 siswa atau 40%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan tindakan, sebagian besar siswa belum mencapai kriteria ketuntasan kerja sama yang telah ditetapkan. Jika dilihat dari perubahan nilai rata-rata, terjadi peningkatan sebesar 10,8 poin dari kondisi awal ke siklus I, kemudian meningkat lagi sebesar 11,6 poin dari siklus I ke siklus II. Secara keseluruhan, nilai rata-rata meningkat sebesar 22,4 poin dari kondisi awal sampai siklus II. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan secara bertahap memberikan perkembangan terhadap kerja sama siswa. Perubahan juga terlihat dari jumlah siswa yang mencapai ketuntasan. Pada kondisi awal terdapat 10 siswa yang tuntas. Setelah siklus I jumlah tersebut meningkat menjadi 17 siswa, kemudian pada siklus II meningkat menjadi 22 siswa. Artinya, terdapat tambahan 12 siswa yang mencapai kriteria ketuntasan dari kondisi awal sampai akhir tindakan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan tidak hanya terjadi pada rata-rata kelas, tetapi juga pada jumlah siswa yang mampu mencapai kriteria yang telah ditentukan.

Setelah penerapan pembelajaran menggunakan pendekatan Teaching Games for Understanding (TGfU) pada siklus I, nilai rata-rata kerja sama siswa meningkat menjadi 71,6. Jumlah siswa yang mencapai ketuntasan juga meningkat menjadi 17 dari 25 siswa atau 68%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penerapan permainan estafet yang dimodifikasi mulai memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkomunikasi, berpartisipasi, menjalankan tanggung jawab, dan berkoordinasi dalam kelompok. Pada siklus II, setelah dilakukan perbaikan berdasarkan hasil refleksi siklus I, nilai rata-rata kerja sama siswa kembali meningkat menjadi 83,2. Jumlah siswa yang mencapai ketuntasan mencapai 22 dari 25 siswa atau 88%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mencapai kriteria ketuntasan yang ditetapkan, yaitu nilai ≥75. Dengan demikian, berdasarkan data pada Tabel 2, ketuntasan kerja sama siswa mengalami peningkatan dari 40% pada kondisi awal menjadi 68% pada siklus I dan 88% pada siklus II. Peningkatan sebesar 48 poin persentase dari kondisi awal ke siklus II menunjukkan adanya pola perkembangan kerja sama siswa setelah pembelajaran dilakukan melalui permainan dan aktivitas kelompok berbasis TGfU.

**Tabel 3. Perkembangan Indikator Kerja Sama**

| Indikator | Awal | Siklus I | Siklus II |
|---|---|---|---|
| Komunikasi | 58% | 70% | 84% |
| Partisipasi | 62% | 73% | 86% |
| Tanggung jawab | 60% | 72% | 82% |
| Saling membantu | 57% | 69% | 83% |
| Koordinasi | 60% | 74% | 81% |

Berdasarkan Tabel 3, perkembangan kerja sama siswa dilihat melalui lima indikator, yaitu komunikasi, partisipasi, tanggung jawab, saling membantu, dan koordinasi. Kelima indikator tersebut menunjukkan peningkatan dari kondisi awal sampai siklus II. Indikator komunikasi meningkat dari 58% pada kondisi awal menjadi 70% pada siklus I dan 84% pada siklus II. Peningkatan ini menunjukkan bahwa siswa semakin mampu menyampaikan informasi, memberikan aba-aba, dan merespons teman selama permainan berlangsung.

Indikator partisipasi meningkat dari 62% menjadi 73% dan kemudian 86%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan siswa dalam menjalankan tugas dan peran yang telah disepakati dalam kelompok. Indikator tanggung jawab mengalami peningkatan dari 60% pada kondisi awal menjadi 72% pada siklus I dan 82% pada siklus II. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa siswa semakin mampu menyelesaikan tugas yang diberikan serta menjalankan peran masing-masing selama kegiatan estafet. Indikator saling membantu meningkat dari 57% pada kondisi awal menjadi 69% pada siklus I dan 83% pada siklus II. Hal ini menggambarkan bahwa siswa semakin terbiasa memberikan bantuan dan dukungan kepada anggota kelompok ketika menghadapi kesulitan dalam permainan. Sementara itu, indikator koordinasi meningkat dari 60% pada kondisi awal menjadi 74% pada siklus I dan 81% pada siklus II. Peningkatan ini menunjukkan bahwa siswa semakin mampu menyusun strategi dan melakukan gerakan sesuai dengan kesepakatan kelompok.

Secara keseluruhan, kelima indikator mengalami peningkatan dari kondisi awal hingga siklus II. Peningkatan paling tinggi terlihat pada indikator komunikasi, sedangkan indikator koordinasi juga menunjukkan perkembangan yang konsisten. Hal tersebut sejalan dengan karakteristik pembelajaran TGfU yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk menghadapi situasi permainan, mengambil keputusan, berinteraksi dengan teman, serta melakukan evaluasi terhadap permainan yang telah dilakukan. Berdasarkan kedua tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan TGfU pada pembelajaran lari estafet menunjukkan pola peningkatan kerja sama siswa dari kondisi awal, siklus I, hingga siklus II. Sehingga terlihat bahwa ketuntasan kerja sama meningkat 48 poin persentase dari kondisi awal ke siklus II. Peningkatan paling terlihat pada indikator komunikasi dan saling membantu, yang masing-masing meningkat sebesar 26 poin persentase. Peningkatan tersebut berkaitan dengan kegiatan pembelajaran yang melatih siswa untuk menentukan strategi, memberikan aba-aba, menjalankan peran, serta saling membantu dalam menyelesaikan tugas kelompok. Perkembangan lima indikator tersebut memperlihatkan bahwa perubahan kerja sama terjadi secara bertahap. Pada awal pembelajaran, siswa masih membutuhkan banyak arahan untuk menjalankan tugas kelompok. Setelah diberikan kesempatan bermain dan berdiskusi pada siklus I, siswa mulai memahami bahwa keberhasilan permainan membutuhkan keterlibatan anggota kelompok. Pada siklus II, pengalaman tersebut diperkuat melalui pembagian peran dan strategi yang lebih jelas sehingga siswa menjadi lebih terbiasa berkomunikasi dan melakukan koordinasi.

Komunikasi menjadi salah satu indikator yang mengalami perkembangan paling besar. Hal tersebut dapat dipahami karena kegiatan estafet secara langsung membutuhkan pemberian informasi antarpelari. Siswa harus mengetahui kapan harus berlari, kapan menerima tongkat, dan kapan memberikan aba-aba. Semakin sering siswa melakukan aktivitas tersebut dalam permainan, semakin banyak pula kesempatan bagi mereka untuk berlatih berkomunikasi dengan anggota kelompok. Sementara itu, peningkatan saling membantu menunjukkan bahwa siswa mulai memahami bahwa kesalahan salah satu anggota bukan alasan untuk menyalahkan teman. Sebaliknya, siswa dapat memberikan bantuan agar anggota kelompok dapat memperbaiki kesalahan. Sikap seperti memberikan semangat, mengingatkan posisi, atau membantu memahami aturan permainan menjadi bentuk kerja sama yang muncul selama kegiatan.

**Pembahasan**

Peningkatan kerja sama pada hasil penelitian dapat dijelaskan dari perubahan bentuk aktivitas belajar. Pada pembelajaran awal, siswa lebih banyak mengikuti instruksi teknik, sedangkan pada TGfU siswa menghadapi situasi permainan yang mengharuskan mereka membuat keputusan. Dalam permainan estafet, keputusan tentang urutan pelari, jarak, aba-

aba, dan cara membantu teman tidak dapat diselesaikan oleh satu siswa. Situasi tersebut membuat komunikasi dan koordinasi menjadi bagian dari proses belajar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gustian et al. yang menunjukkan bahwa penerapan TGfU melalui permainan yang dimodifikasi dapat mendukung perkembangan kemampuan siswa sekolah dasar (Gustian *et al*., 2024). Kesamaannya terletak pada penggunaan permainan sebagai konteks belajar dan keterlibatan siswa dalam proses pengambilan keputusan. Perbedaannya, penelitian ini memusatkan tindakan pada materi lari estafet sehingga bentuk kerja sama lebih banyak terlihat dalam pembagian peran pelari dan proses pergantian tongkat. Hasil tersebut juga searah dengan penelitian Khairi, Sudirjo, dan Sudrazat yang menunjukkan peningkatan keterampilan bermain setelah model TGfU diterapkan melalui beberapa siklus pada siswa sekolah dasar (Khairi *et al*., 2025). Prinsip yang relevan adalah siswa memperoleh pengalaman belajar melalui permainan dan aktivitas yang menuntut keterlibatan selama proses pembelajaran. Penggunaan permainan yang dimodifikasi juga didukung oleh Gustian *et al.* yang menunjukkan bahwa TGfU dapat diterapkan pada siswa sekolah dasar melalui permainan yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik. Dalam konteks lari estafet, modifikasi dapat berupa jarak yang disesuaikan, penggunaan zona pergantian sederhana, pembagian tugas, dan permainan berbasis target. Modifikasi tersebut membuat siswa tidak hanya mengejar kecepatan, tetapi juga memahami cara bekerja sebagai tim. (Gustian *et al*., 2024)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan TGfU memberikan perubahan pada cara siswa mengikuti pembelajaran. Siswa tidak hanya menunggu instruksi dari guru, tetapi mulai terlibat dalam menentukan cara menyelesaikan permainan. Perubahan ini penting karena kerja sama membutuhkan adanya interaksi antaranggota kelompok. Ketika siswa diberikan masalah yang harus diselesaikan bersama, mereka memiliki alasan untuk berkomunikasi dan saling memberikan informasi. Dalam permainan estafet yang dimodifikasi, siswa juga memperoleh kesempatan untuk memahami bahwa setiap anggota memiliki fungsi yang berbeda. Ada siswa yang bertugas berlari, ada yang menerima atau menyerahkan tongkat, dan ada pula yang memberikan dukungan atau arahan. Pembagian tugas tersebut membantu siswa memahami pentingnya tanggung jawab individu dalam keberhasilan kelompok. Dengan demikian, kerja sama tidak hanya terlihat dari siswa yang aktif berbicara, tetapi juga dari kesediaan setiap siswa menjalankan tugas yang telah disepakati. Perbaikan pada siklus II menunjukkan bahwa refleksi mempunyai peran dalam proses tindakan kelas. Kesulitan yang ditemukan pada siklus I tidak dibiarkan berlanjut, tetapi digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki permainan. Siswa diberi kesempatan untuk lebih banyak menentukan strategi dan melakukan evaluasi. Proses tersebut membuat pembelajaran menjadi lebih terarah dan membantu siswa memahami bentuk kerja sama yang diharapkan.

Peningkatan hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pembelajaran kerja sama perlu dilakukan melalui aktivitas yang konkret. Pada usia sekolah dasar, siswa akan lebih mudah memahami pentingnya bekerja sama ketika mereka mengalami langsung situasi yang membutuhkan bantuan dan koordinasi. Oleh karena itu, permainan estafet menjadi konteks yang sesuai karena siswa dapat melihat secara langsung hubungan antara tindakan dirinya dengan hasil kelompok. Jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa manfaat TGfU dapat dilihat dari aspek yang lebih luas. Gustian et al. (2024) menunjukkan pemanfaatan permainan kasti yang dimodifikasi untuk mendukung kemampuan motorik siswa, sedangkan penelitian ini menunjukkan perubahan pada kerja sama siswa melalui permainan estafet. Hal tersebut memperlihatkan bahwa permainan yang dimodifikasi dapat digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang berbeda sesuai dengan fokus yang ditetapkan guru atau peneliti. Penelitian Khairi et al. (2025) juga memberikan penguatan terhadap penggunaan TGfU dalam penelitian tindakan kelas.

Kesamaan tersebut terlihat dari adanya proses perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Dalam penelitian ini, siklus tindakan digunakan untuk melihat perkembangan kerja sama siswa sekaligus memperbaiki proses pembelajaran dari satu siklus ke siklus berikutnya. Sementara itu, hasil penelitian ini dapat melengkapi penelitian Priyono et al. (2026) yang menggunakan TGfU pada materi atletik siswa kelas V. Jika penelitian tersebut menempatkan motivasi sebagai fokus hasil belajar, penelitian ini menempatkan kerja sama sebagai fokus. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa penerapan TGfU pada pembelajaran atletik dapat diarahkan untuk mengembangkan aspek pembelajaran yang berbeda, termasuk aspek sosial siswa.

Berdasarkan keseluruhan hasil, penerapan TGfU pada materi lari estafet tidak hanya memberikan perubahan pada hasil pengamatan kerja sama, tetapi juga memberikan gambaran mengenai pentingnya desain aktivitas dalam pembelajaran PJOK. Ketika aktivitas disusun dengan tuntutan komunikasi, pembagian tugas, dan koordinasi, siswa mempunyai kesempatan yang lebih besar untuk mempraktikkan kerja sama secara nyata. Keberhasilan tindakan sampai siklus II juga menunjukkan bahwa perbaikan pembelajaran tidak harus dilakukan dengan mengubah seluruh materi. Materi lari estafet tetap dipertahankan, tetapi cara penyajiannya diubah menjadi permainan yang lebih melibatkan siswa. Dengan demikian, guru dapat menggunakan materi yang sama sambil memberikan pengalaman belajar yang berbeda melalui modifikasi permainan dan pengelolaan kelompok. Hasil tersebut menjadi pertimbangan bahwa pembelajaran PJOK sebaiknya memberikan ruang kepada siswa untuk aktif mengambil bagian dalam proses pembelajaran. Guru tetap mempunyai peran penting dalam mengarahkan tujuan dan menjaga pembelajaran agar berjalan sesuai sasaran, tetapi siswa perlu diberikan kesempatan untuk mencoba, berdiskusi, mengambil keputusan, dan memperbaiki kesalahan. Dalam konteks penelitian ini, kesempatan tersebut menjadi bagian dari proses peningkatan kerja sama siswa.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan selama dua siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan model *Teaching Games for Understanding* (TGfU) pada materi lari estafet dapat meningkatkan kerja sama siswa kelas V SDN 37 Pekanbaru Tahun Pelajaran 2026/2027. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil pengamatan kerja sama siswa yang menunjukkan perubahan secara bertahap dari kondisi awal, siklus I, sampai dengan siklus II. Pada kondisi awal, nilai rata-rata kerja sama siswa berada pada angka 60,8 dengan persentase ketuntasan sebesar 40%. Setelah penerapan tindakan pada siklus I, nilai rata-rata meningkat menjadi 71,6 dengan persentase ketuntasan 68%. Selanjutnya, setelah dilakukan perbaikan pembelajaran pada siklus II, nilai rata-rata meningkat menjadi 83,2 dengan persentase ketuntasan mencapai 88%. Dengan demikian, terjadi peningkatan persentase ketuntasan sebesar 48 poin dari kondisi awal sampai siklus II. Peningkatan tersebut juga terlihat pada setiap indikator kerja sama yang diamati, yaitu komunikasi, partisipasi, tanggung jawab, saling membantu, dan koordinasi kelompok. Siswa menjadi lebih mampu berkomunikasi dengan anggota kelompok, berpartisipasi dalam menjalankan tugas, bertanggung jawab terhadap perannya, membantu teman yang mengalami kesulitan, serta melakukan koordinasi dalam menentukan strategi permainan. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan lari estafet yang dikemas melalui permainan TGfU memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengalami kerja sama secara langsung dalam proses pembelajaran. Penerapan TGfU dalam penelitian ini juga membuat pembelajaran menjadi lebih berpusat pada aktivitas siswa. Siswa tidak hanya menerima instruksi dari guru dan melakukan latihan teknik secara berulang, tetapi diberikan kesempatan untuk menghadapi situasi permainan, menemukan masalah, berdiskusi dengan anggota kelompok, menentukan strategi, mencoba kembali, dan melakukan perbaikan.

Kondisi tersebut membantu siswa memahami bahwa keberhasilan dalam permainan estafet tidak hanya ditentukan oleh kemampuan berlari secara individu, tetapi juga oleh kemampuan setiap anggota kelompok dalam berkomunikasi, menjalankan peran, dan melakukan koordinasi. Perbaikan yang dilakukan dari siklus I menuju siklus II menjadi bagian penting dalam peningkatan hasil penelitian. Berdasarkan hasil refleksi pada siklus I, pembelajaran pada siklus II lebih diarahkan pada peningkatan komunikasi, pembagian peran, pemberian aba-aba, dan koordinasi antarsiswa. Siswa diberikan kesempatan yang lebih besar untuk menentukan strategi kelompok dan melakukan evaluasi terhadap permainan yang telah dilakukan. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih terbiasa bekerja sama dan lebih memahami tanggung jawab masing-masing dalam kelompok. Dengan demikian, penggunaan TGfU pada materi lari estafet dapat menjadi salah satu alternatif dalam pembelajaran PJOK untuk mengembangkan kemampuan kerja sama siswa sekolah dasar. Model ini tidak hanya memberikan pengalaman dalam melakukan aktivitas gerak, tetapi juga mengembangkan aspek sosial melalui komunikasi, tanggung jawab, saling membantu, dan koordinasi. Meskipun penelitian ini hanya dilakukan pada satu kelas dengan dua siklus, hasil yang diperoleh menunjukkan adanya perubahan positif pada kerja sama siswa setelah diterapkan pembelajaran TGfU. Oleh karena itu, model TGfU dapat dipertimbangkan untuk digunakan pada materi PJOK lainnya dengan menyesuaikan bentuk permainan, tujuan pembelajaran, dan karakteristik siswa.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan pendekatan Teaching Games for Understanding (TGfU) dalam pembelajaran lari estafet dengan menempatkan kerja sama sebagai capaian utama pembelajaran, bukan semata-mata berorientasi pada penguasaan keterampilan gerak dan pencapaian performa fisik. Melalui permainan estafet yang dimodifikasi, peserta didik dilibatkan dalam situasi permainan yang menuntut komunikasi, partisipasi aktif, tanggung jawab individu, saling membantu, dan koordinasi kelompok. Integrasi kelima indikator tersebut memberikan penekanan pada pengembangan kompetensi sosial melalui pengalaman belajar berbasis permainan. Kontribusi empiris penelitian ini ditunjukkan melalui peningkatan persentase ketuntasan kerja sama siswa dari 40% pada kondisi awal menjadi 68% pada siklus I dan 88% pada siklus II. Dengan demikian, penelitian ini memperluas penerapan TGfU dalam pembelajaran PJOK, khususnya dengan menekankan pengembangan kerja sama sebagai dimensi sosial pembelajaran atletik pada jenjang sekolah dasar.

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak sekolah, guru PJOK, siswa kelas V SDN 37 Pekanbaru, serta pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Gustian, U., Gandasari, F. M., & Mahendra, A. (2024). Effectiveness of Teaching Games for Understanding (TGfU): Using a modified Kasti game to stimulate elementary school students' motor skills. Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education, 5(1), 54–63.

Harvey, S. (2025). Making learning happen in Teaching Games for Understanding: A complementary perspective from cognitive load theory. Education Sciences, 15(5), 631.

Khairi, Z. A. A., Sudirjo, E., & Sudrazat, A. (2025). Implementation of Teaching Games for Understanding model on students' Kasti skills Heuleut I Public Elementary School Majalengka. ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation, 14(1).

Murdani, T., & Sutapa, P. (2025). Utilization of physical literacy-based Teaching Games for Understanding (TGFU) learning model for improving the basic moves skills of second grade students of elementary school. International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis, 8(10).

Priyono, J., Kurniati, R., Lestari, D. A., Ndruru, I. I. K., & Taroreh, B. S. (2026). The effectiveness of the Teaching Games for Understanding (TGfU) model on physical education learning motivation for short distance running material for fifth grade elementary school students. Indonesian Journal of Sport and Tourism, 8(1).

Saputri, P. M., Lubay, L. H., Slamet, S., & others. (2025). Implementation of Teaching Games for Understanding (TGFU) through soccer like games on the decision-making level of elementary school students. Journal of Physical Education Health and Sport, 12(1).