

Micro Teaching Berbasis Kesalahan (*Error-Based Learning*) Dalam Meningkatkan Kemampuan Mengoreksi Gerakan Olahraga

Tomi Setiadi¹ Iren Tasya² Arya Yuhandika³ Yogi Van Lee Pernando Purba⁴ M Azmi Dwipa Mayhildi⁵ Siraj Al Muntasir Billah⁶ Dewi Endriani⁷ Rafika Ardilla⁸

Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana, Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia^{1,2,3,4,5,6,7,8}

Email: tomisetiadi130110@gmail.com¹ irentasya4@gmail.com²
aryayuhandika901@gmail.com³ purbayogi90@gmail.com⁴
muhammadazmidwipa@gmail.com⁵ sirajalmuntasirbillah@gmail.com⁶
endriani@unimed.ac.id⁷ rafikairpani@unimed.ac.id⁸

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan micro teaching berbasis kesalahan (*error-based learning*) terhadap peningkatan kemampuan mengoreksi gerakan olahraga pada mahasiswa pendidikan jasmani. Pendekatan *error-based learning* menempatkan kesalahan sebagai bagian penting dalam proses pembelajaran, sehingga mahasiswa tidak hanya berfokus pada penguasaan teknik yang benar, tetapi juga dilatih untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan memberikan solusi terhadap kesalahan gerak yang terjadi. Dalam konteks micro teaching, mahasiswa diberikan kesempatan untuk melakukan simulasi mengajar dengan skala terbatas, di mana mereka berperan sebagai pengajar yang harus mampu memberikan instruksi dan umpan balik secara tepat. Proses ini memungkinkan mahasiswa mengembangkan keterampilan pedagogik, khususnya dalam hal observasi gerak, analisis kesalahan teknik, serta penyampaian koreksi yang efektif dan sistematis. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain pretest-posttest terhadap mahasiswa pendidikan jasmani yang mengikuti kegiatan micro teaching. Instrumen penelitian berupa rubrik penilaian kemampuan mengoreksi gerakan yang mencakup aspek identifikasi kesalahan, analisis penyebab, kejelasan instruksi, dan ketepatan pemberian umpan balik. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial untuk melihat perbedaan kemampuan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan mahasiswa dalam mengoreksi gerakan olahraga setelah diterapkan pendekatan *error-based learning* dalam micro teaching. Temuan ini menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis kesalahan dapat menjadi alternatif strategi yang efektif dalam meningkatkan kompetensi pedagogik mahasiswa pendidikan jasmani, terutama dalam mengembangkan kemampuan memberikan koreksi teknik gerakan secara tepat, kritis, dan terstruktur.

Kata Kunci: Micro Teaching, Error-Based Learning, Kemampuan Mengoreksi Gerakan, Pendidikan Jasmani

Abstract

This study aims to analyze the effect of implementing error-based micro teaching on improving the ability to correct sports movements among physical education students. The error-based learning approach positions errors as an essential part of the learning process, so that students are not only focused on mastering correct techniques but are also trained to identify, analyze, and provide solutions to movement errors that occur. In the context of micro teaching, students are given the opportunity to conduct teaching simulations on a limited scale, where they act as instructors who must be able to provide appropriate instructions and feedback. This process enables students to develop pedagogical skills, particularly in observing movements, analyzing technical errors, and delivering effective and systematic corrections. The research method used is an experimental design with a pretest-posttest approach involving physical education students participating in micro teaching activities. The research instrument consists of an assessment rubric for the ability to correct movements, which includes aspects of error identification, analysis of causes, clarity of instruction, and accuracy of feedback. The data obtained were analyzed using descriptive and inferential statistical techniques to determine differences in ability before and after the treatment. The results of the study indicate a significant improvement in students' ability to correct sports

movements after the implementation of error-based learning in micro teaching. These findings suggest that error-based learning can serve as an effective alternative learning strategy to enhance the pedagogical competence of physical education students, particularly in developing the ability to provide accurate, critical, and structured corrections of movement techniques.

Keywords: *Micro Teaching, Error-Based Learning, Movement Correction Ability, Physical Education*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang berperan dalam mengembangkan aspek fisik, kognitif, dan afektif peserta didik melalui aktivitas gerak yang terencana dan sistematis. Dalam implementasinya, pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya menekankan pada penguasaan keterampilan motorik, tetapi juga pada proses pembelajaran yang efektif, aman, dan bermakna. Guru pendidikan jasmani memiliki tanggung jawab penting dalam memastikan bahwa setiap gerakan yang diajarkan dapat dipahami dan dilakukan dengan benar oleh peserta didik. Oleh karena itu, kompetensi pedagogik, khususnya dalam memberikan instruksi dan koreksi gerakan, menjadi aspek yang sangat krusial bagi calon guru pendidikan jasmani (Magill & Anderson, 2017). Salah satu bentuk pelatihan yang digunakan untuk mengembangkan keterampilan mengajar calon guru adalah micro teaching. Micro teaching merupakan metode latihan mengajar dalam skala kecil yang dirancang untuk membantu mahasiswa menguasai keterampilan dasar mengajar, seperti membuka pelajaran, menjelaskan materi, memberikan demonstrasi, serta memberikan umpan balik kepada peserta didik (Allen & Ryan, 1969). Melalui micro teaching, mahasiswa diberikan kesempatan untuk berlatih dalam situasi yang terkontrol sehingga mereka dapat mengevaluasi dan memperbaiki kemampuan mengajarnya secara bertahap. Namun, dalam praktiknya, kegiatan micro teaching sering kali masih berfokus pada penyampaian materi dan demonstrasi gerakan yang benar, sementara kemampuan dalam mengidentifikasi dan mengoreksi kesalahan gerakan belum dikembangkan secara optimal.

Dalam pembelajaran keterampilan motorik, kesalahan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari proses belajar. Pendekatan error-based learning menempatkan kesalahan sebagai sumber informasi yang bernilai dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta didik. Melalui pendekatan ini, mahasiswa didorong untuk secara aktif mengamati kesalahan gerakan, menganalisis penyebabnya, serta memberikan umpan balik yang tepat dan konstruktif. Proses ini tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis, tetapi juga mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan reflektif dalam pembelajaran (Metcalf, 2017). Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya mengetahui gerakan yang benar, tetapi juga memahami berbagai bentuk kesalahan yang mungkin terjadi serta cara memperbaikinya secara efektif. Kemampuan mengoreksi gerakan olahraga merupakan salah satu indikator penting dalam kompetensi pedagogik guru pendidikan jasmani. Koreksi yang tepat dapat membantu peserta didik memperbaiki teknik, meningkatkan efisiensi gerakan, serta mengurangi risiko cedera selama aktivitas fisik. Selain itu, umpan balik yang diberikan secara jelas dan spesifik juga dapat meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman peserta didik terhadap materi yang diajarkan. Penelitian dalam bidang pembelajaran motorik menunjukkan bahwa umpan balik yang tepat waktu dan berbasis kesalahan memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak (Magill & Anderson, 2017). Oleh karena itu, kemampuan ini perlu dilatih secara sistematis sejak masa pendidikan calon guru.

Meskipun demikian, kajian yang mengintegrasikan pendekatan error-based learning dalam kegiatan micro teaching pada pendidikan jasmani masih relatif terbatas. Sebagian besar

penelitian lebih menekankan pada efektivitas *micro teaching* secara umum tanpa secara spesifik mengkaji peran kesalahan sebagai sumber belajar. Hal ini menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut, khususnya dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran melalui pendekatan yang lebih inovatif dan berbasis pada proses belajar yang autentik. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini difokuskan pada penerapan *micro teaching* berbasis kesalahan (*error-based learning*) sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa pendidikan jasmani dalam mengoreksi gerakan olahraga. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani, serta kontribusi praktis bagi mahasiswa dan pendidik dalam meningkatkan kualitas proses pembelajaran yang lebih efektif, reflektif, dan berorientasi pada peningkatan kompetensi pedagogik.

METODE PENELITIAN

1. Jenis Penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk menguji pengaruh penerapan *micro teaching* berbasis kesalahan (*error-based learning*) terhadap kemampuan mengoreksi gerakan olahraga. Melalui pendekatan eksperimen, peneliti dapat mengontrol variabel tertentu serta melihat hubungan sebab-akibat antara variabel bebas dan variabel terikat secara lebih objektif dan terukur.
2. Desain Penelitian. Desain penelitian yang digunakan adalah Pre-Experimental Design dengan bentuk One Group Pretest-Posttest Design. Pada desain ini, subjek penelitian diberikan tes awal (*pretest*) untuk mengetahui kemampuan awal dalam mengoreksi gerakan olahraga, kemudian diberikan perlakuan berupa penerapan *micro teaching* berbasis *error-based learning*, dan diakhiri dengan tes akhir (*posttest*) untuk melihat perubahan atau peningkatan kemampuan setelah perlakuan.
3. Subjek Penelitian. Subjek penelitian adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO) yang mengikuti mata kuliah *micro teaching* pada semester genap tahun akademik 2025/2026. Pengambilan subjek dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria mahasiswa yang aktif mengikuti seluruh rangkaian perkuliahan *micro teaching* dan bersedia menjadi responden penelitian.
4. Waktu dan Tempat Penelitian. Penelitian dilaksanakan selama satu semester/satu blok, yaitu pada bulan Februari hingga April 2026. Tempat penelitian bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, yang dilengkapi dengan fasilitas pendukung pembelajaran seperti ruang simulasi mengajar, kamera perekam, dan perangkat audio-visual.
5. Instrumen Penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar penilaian (rubrik) untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam mengoreksi gerakan olahraga pada kegiatan *micro teaching*. Instrumen ini disusun berdasarkan indikator kemampuan pedagogik dalam memberikan koreksi teknik gerakan secara tepat, sistematis, dan komunikatif.
6. Bentuk Instrumen. Instrumen berupa rubrik penilaian analitik dengan skala penilaian 1–4, di mana setiap aspek memiliki kriteria penilaian yang jelas. Skala penilaian:
 - 4 = Sangat Baik
 - 3 = Baik
 - 2 = Cukup
 - 1 = Kurang

7. Kisi Kisi Instrumen

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen

No	Aspek Yang Dinilai	Indikator
1.	Identifikasi Kesalahan	Mampu Mengenali Kesalahan Gerakan Dengan Tepat
2.	Analisis Kesalahan	Mampu Menjelaskan Penyebab Kesalahan
3.	Ketepatan Koreksi	Memberikan solusi/perbaikan gerakan yang sesuai
4.	Kejelasan Intruksi	Menyampaikan koreksi secara jelas dan mudah dipahami
5.	Ketepatan Umpan Balik	Memberikan feedback yang spesifik dan relevan

8. Rubik Penilaian

Tabel 2. Identifikasi Kesalahan

Skor	Kriteria
4	Mengidentifikasi semua kesalahan dengan sangat tepat.
3	Mengidentifikasi sebagian besar kesalahan dengan tepat.
2	Mengidentifikasi beberapa kesalahan namun kurang tepat.
1	Tidak mampu mengidentifikasi kesalahan dengan benar.

Tabel 3. Analisis Kesalahan

Skor	Kriteria
4	Analisis sangat jelas, logis, dan tepat.
3	Analisis cukup jelas dan sebagian besar tepat.
2	Mengidentifikasi beberapa kesalahan namun kurang tepat.
1	Tidak mampu menganalisis kesalahan.

Tabel 4. Ketepatan Koreksi

Skor	Kriteria
4	Koreksi sangat tepat dan sesuai Teknik.
3	Koreksi cukup tepat namun kurang detail.
2	Koreksi Kurang Tepat.
1	Koreksi Tidak Sesuai.

Tabel 5. Kejelasan Intruksi

Skor	Kriteria
4	Instruksi sangat jelas, sistematis, dan mudah dipahami.
3	Instruksi cukup jelas.
2	Instruksi kurang jelas.
1	Instruksi tidak jelas.

Tabel 6. Ketepatan Umpan Balik

Skor	Kriteria
4	Feedback sangat spesifik, relevan, dan membangun.
3	Feedback cukup relevan.
2	Feedback kurang relevan.
1	Feedback tidak relevan.

9. Teknik Penskoran

Tabel 7. Teknik Penskoran

Rentan Skor	Kategori
17-20	Sangat Baik
13-16	Baik
9-12	Cukup
5-8	Kurang Baik

10. Validitas dan Reliabilitas: Validitas isi: diuji melalui *expert judgment* (dosen pendidikan jasmani). Reliabilitas: dapat diuji menggunakan rumus Alpha Cronbach.

11. Cara Penggunaan Instrumen: Mahasiswa melakukan praktik *micro teaching*. Penilai (dosen/observer) mengamati performa. Setiap aspek dinilai berdasarkan rubrik. Skor dijumlahkan untuk mendapatkan nilai akhir. Digunakan untuk *pretest dan posttest*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 10 mahasiswa pendidikan jasmani yang mengikuti kegiatan *micro teaching* berbasis *error-based learning*. Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu sebelum perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*) menggunakan instrumen rubrik kemampuan mengoreksi gerakan olahraga.

Tabel 8. Data Pretest dan Posttest

No	Mahasiswa	Pretest	Posttest	Selisi
1	M1	10	16	6
2	M2	11	17	6
3	M3	9	15	6
4	M4	12	18	6
5	M5	10	16	6
6	M6	11	17	6
7	M7	9	14	5
8	M8	10	15	5
9	M9	12	18	6
10	M10	11	17	6

Statistik Deskriptif

- Rata-rata Pretest ($Mean_1$) = 10,5
- Rata-rata Posttest ($Mean_2$) = 16,3
- Rata-rata Selisih (Md) = 5,8
- Standar Deviasi Selisih (Sd) \approx 0,42

Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mengoreksi gerakan olahraga setelah perlakuan diberikan.

Uji Hipotesis (Uji t Berpasangan)

Rumus yang digunakan:

$$t = \frac{Md}{Sd/\sqrt{n}}$$

Hasil perhitungan:

- $Md = 5,8$
- $Sd = 0,42$
- $n = 10$

$$t_{hitung} \approx 43,6$$

Dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan $df = 9$, diperoleh:

- $t_{tabel} \approx 2,262$

Keputusan:

Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($43,6 > 2,262$), maka:

- H_0 ditolak
- H_1 diterima

➔ Artinya terdapat pengaruh signifikan dari penerapan *micro teaching* berbasis *error-based learning* terhadap kemampuan mengoreksi gerakan olahraga.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *micro teaching* berbasis *error-based learning* mampu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengoreksi gerakan olahraga secara signifikan. Peningkatan ini terlihat dari rata-rata nilai pretest sebesar 10,5 yang meningkat menjadi 16,3 pada posttest. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang menekankan pada analisis kesalahan memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kompetensi mahasiswa. Pendekatan *error-based learning* memberikan pengalaman belajar yang lebih mendalam karena mahasiswa tidak hanya mengamati gerakan yang benar, tetapi juga dihadapkan pada berbagai bentuk kesalahan gerakan. Proses ini mendorong mahasiswa untuk berpikir kritis dalam mengidentifikasi kesalahan, memahami penyebabnya, serta menentukan solusi yang tepat. Hal ini sejalan dengan pendapat Metcalfe (2017) yang menyatakan bahwa pembelajaran dari kesalahan dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi secara lebih efektif dibandingkan pembelajaran yang hanya berfokus pada keberhasilan.

Selain itu, dalam konteks pembelajaran motorik, umpan balik yang spesifik terhadap kesalahan gerakan memiliki peran penting dalam meningkatkan keterampilan. Magill dan Anderson (2017) menjelaskan bahwa pemberian *feedback* yang tepat waktu dan relevan terhadap kesalahan akan mempercepat proses perbaikan gerakan. Hal ini terlihat dalam penelitian ini, di mana mahasiswa menjadi lebih terampil dalam memberikan koreksi yang jelas, sistematis, dan sesuai dengan teknik gerakan yang benar setelah mengikuti *micro teaching* berbasis kesalahan. Kegiatan *micro teaching* juga memberikan lingkungan belajar yang terkontrol dan memungkinkan mahasiswa untuk berlatih secara berulang. Dengan adanya latihan yang terstruktur, mahasiswa dapat secara bertahap meningkatkan keterampilan mengajar, khususnya dalam memberikan koreksi gerakan. Hal ini sesuai dengan konsep yang dikemukakan oleh Allen dan Ryan (1969), bahwa *micro teaching* merupakan metode efektif untuk melatih keterampilan dasar mengajar melalui praktik langsung dan refleksi. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi *error-based learning* dalam *micro teaching* tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis mahasiswa, tetapi juga mengembangkan kemampuan analitis dan reflektif. Mahasiswa menjadi lebih peka terhadap kesalahan gerakan serta lebih percaya diri dalam memberikan koreksi yang tepat. Dengan demikian, pendekatan ini dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran yang efektif dalam pendidikan jasmani.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat peningkatan kemampuan mengoreksi gerakan olahraga pada mahasiswa setelah penerapan *micro teaching* berbasis *error-based learning*, yang ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata nilai dari 10,5 menjadi 16,3.
2. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa $t_{hitung} (43,6) > t_{tabel} (2,262)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan metode tersebut terhadap kemampuan mengoreksi gerakan olahraga.
3. Pendekatan *error-based learning* terbukti efektif dalam:
 - o meningkatkan kemampuan identifikasi kesalahan
 - o meningkatkan analisis gerakan
 - o memperbaiki kualitas umpan balik yang diberikan mahasiswa
4. Integrasi *error-based learning* dalam *micro teaching* dapat menjadi strategi pembelajaran inovatif yang mampu meningkatkan kompetensi pedagogik mahasiswa pendidikan jasmani secara lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, D. W., & Ryan, K. A. (1969). *Microteaching*. Addison-Wesley.
- Amiruddin, A., & Sugiyanto. (2018). Pengaruh micro teaching terhadap keterampilan mengajar mahasiswa pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 85–92.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81–112. <https://doi.org/10.3102/003465430298487>
- Magill, R. A., & Anderson, D. (2017). *Motor learning and control: Concepts and applications* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Metcalf, J. (2017). Learning from errors. *Annual Review of Psychology*, 68, 465–489. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010416-044022>
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (5th ed.). Human Kinetics.
- Siregar, E., & Nara, H. (2015). *Teori belajar dan pembelajaran*. Ghalia Indonesia.
- Sudjana, N. (2017). *Penilaian hasil proses belajar mengajar*. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Winkel, W. S. (2014). *Psikologi pengajaran*. Media Abadi.