

**PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK DASAR, TANGGUNG JAWAB,
DAN TINGKAT *ENJOYMENT* SISWA SD MELALUI MODEL
PEMBELAJARAN *TEACHING PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY*
(*TPSR*)**

Mocahamad Krisna Julianto¹, Dian Budiana², Anira³, Lukmannul Haqim Lubay⁴

Universitas Pendidikan Indonesia^{1'2'3'4}

Muhamadj16@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan tingkat *enjoyment* (kesenangan) siswa dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani, untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar melalui penerapan model pembelajaran *TPSR*, untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *TPSR* terhadap peningkatan tanggung jawab pribadi siswa sekolah dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, melibatkan seluruh siswa di SDN Lembang yang berjumlah 40 siswa. Instrumen penelitian berupa Tes *Test of Gross Motor Development (TGMD-2)* dan tes kuesioner *TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility)*, tes kuesioner *Physical Activity Enjoyment Scale (PACES)*. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan studi komparatif *cross-sectional*. Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji nonparametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data *enjoyment* tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis dilanjutkan dengan uji nonparametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $Z = -5.356^b$ dengan Asymp. Sig. (2-tailed) = $0,000 < 0,05$ untuk *enjoyment*. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility)* dalam pembelajaran PJOK memberikan peningkatan yang signifikan terhadap *Enjoyment* dan Gerak Dasar siswa sekolah dasar. Temuan ini menunjukkan bahwa model *TPSR* bisa menjadi pilihan strategi mengajar yang efektif bagi guru untuk mengembangkan keterampilan gerak sekaligus karakter siswa secara lebih seimbang.

Kata Kunci: *Enjoyment*, Gerak Dasar, Tanggung Jawab, *TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility)*

ABSTRACT

This research aims to increase students' level of enjoyment in taking physical education lessons, to improve elementary school students' basic movement skills through the

application of the TPSR learning model, to determine the effect of the TPSR learning model on increasing the personal responsibility of elementary school students in physical education learning. The research uses a quantitative approach with experimental methods. The sampling technique used was total sampling, involving all class IV students at SDN 11 Lembang, totaling 40 students. The research instruments were the Test of Gross Motor Development (TGMD-2) and the TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility) questionnaire test, the Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) questionnaire test. Data analysis was carried out using descriptive statistics and cross-sectional comparative studies. The results of the Shapiro-Wilk normality test showed that the data was not normally distributed ($p < 0.05$), so hypothesis testing was carried out using the nonparametric Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the Shapiro-Wilk normality test showed that the enjoyment data was not normally distributed ($p < 0.05$), so the analysis was continued with the nonparametric Wilcoxon Signed Rank Test. The Wilcoxon test results show a value of $Z = -5.356b$ with Asymp. Sig. (2-tailed) = $0.000 < 0.05$ for enjoyment. Based on these results, it can be concluded that the application of the TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility) learning model in PJOK learning provides a significant increase in the enjoyment and basic movements of elementary school students. These findings indicate that the TPSR model can be an effective teaching strategy for teachers to develop students' movement skills and character in a more balanced manner.

Keywords: Basic Movement, Enjoyment, Responsibility, TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility)

PENDAHULUAN

Keterampilan gerak dasar adalah kemampuan penting yang harus dikuasai oleh siswa sekolah dasar, karena menjadi dasar dalam pembelajaran keterampilan olahraga yang lebih rumit dan juga membantu dalam beraktivitas fisik sehari-hari. Menguasai keterampilan dasar gerak dengan baik akan membantu siswa mengikuti berbagai kegiatan pendidikan jasmani dan mendukung pertumbuhan fisik secara optimal. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar belum berkembang dengan baik. Harliawan dkk.(2024) menyebutkan bahwa dalam aspek koordinasi gerak dasar, hanya 20% siswa yang masuk ke kategori tinggi, sementara 30% siswa masih berada di kategori rendah. Dalam hal keseimbangan, hanya 30% siswa yang masuk ke kategori tinggi dan 20% masih berada di kategori rendah. Kondisi itu menunjukkan bahwa diperlukan penerapan cara belajar yang bisa meningkatkan kemampuan dasar gerak siswa lebih baik lagi.

Salah satu metode pembelajaran yang dianggap efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar adalah *Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR)*, yang diciptakan oleh Hellison. Model ini membuat siswa menjadi pusatnya pembelajaran dengan menggunakan aktivitas fisik yang mendorong mereka untuk berpartisipasi secara aktif, bekerja sama, menyelesaikan masalah, merenungkan diri sendiri, dan bertanggung jawab secara perlahan. Karakteristik tersebut membantu siswa mendapatkan pengalaman

belajar yang lebih berarti karena mereka tidak hanya berlatih gerakan, tetapi juga turut serta secara aktif dalam proses belajar. Penelitian-penelitian yang ada menyebutkan bahwa penerapan *TPSR* memiliki dampak positif dalam meningkatkan keterampilan motorik, partisipasi siswa saat belajar, serta perkembangan sikap dan karakter mereka dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Oleh karena itu, *TPSR* dianggap sebagai salah satu pilihan model pembelajaran yang bisa meningkatkan kemampuan dasar gerak siswa SD.

Selain belajar keterampilan gerakan dasar, pendidikan jasmani juga berupaya melatih sikap dan karakter siswa, salah satunya adalah rasa tanggung jawab. Tanggung jawab adalah karakter penting yang membantu siswa tumbuh menjadi pribadi yang mandiri, disiplin, bisa bekerja sama, serta peduli terhadap lingkungan sosialnya. Dalam belajar olahraga, tanggung jawab tidak hanya terlihat dari kepatuhan pada aturan bermain, tetapi juga dari kemampuan mengatur diri sendiri, menjunjung nilai orang lain, berpartisipasi dengan semangat, serta mengamalkan hal-hal positif dalam kehidupan sehari-hari (Nugroho dkk., 2024). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat tanggung jawab siswa masih tergolong rendah, terlihat dari ketidaktuntasan dalam menyelesaikan tugas, partisipasi yang minim, serta kurangnya perhatian terhadap teman-teman dan lingkungan belajar.

Keberhasilan belajar dalam pendidikan jasmani tidak hanya bergantung pada keterampilan gerak dan sikap siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh sejauh mana siswa menikmati atau merasa senang saat belajar. Tingkat kesenangan yang tinggi akan mendorong semangat belajar dari dalam, meningkatkan kehadiran aktif, serta membuat siswa lebih tertarik untuk melakukan kegiatan fisik. Justru, jika tingkat kesenangan rendah, siswa akan kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran, yang akhirnya mengurangi hasil belajarnya. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa rasa senang para siswa SD sedang berkurang, terutama di kelas IV sampai kelas VI (Lestari & Nugroho, 2025). Kondisi itu menunjukkan betapa pentingnya membuat pembelajaran olahraga yang menyenangkan dan sesuai dengan sifat serta karakteristik siswa.

Model *TPSR* dianggap bisa meningkatkan kepuasan belajar siswa karena memungkinkan siswa untuk terlibat aktif, bekerja sama, mengambil keputusan, serta memikirkan kembali pengalaman belajarnya. Pembelajaran yang berfokus pada siswa membuat peserta didik merasa lebih dihargai, punya kesempatan untuk mencapai kesuksesan, serta mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan. Carreres-Ponsoda dkk.(2024) menyatakan bahwa keberhasilan dalam menerapkan *TPSR* sangat bergantung pada tingkat kesenangan yang dirasakan oleh siswa saat mengikuti kegiatan pembelajaran. Maka semakin tinggi tingkat kepuasan siswa, semakin besar pula tingkat keterlibatan mereka dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru mata pelajaran penjas kelas IV di salah satu SDN Lembang diketahui bahwa siswa mengalami kesulitan untuk gerak dasar, tanggung jawab, *enjoyment* pada saat pembelajaran penjas di sekolah dasar. Maka dari itu peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian yang berjudul “Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar, Tanggung Jawab, dan Tingkat *Enjoyment* Siswa SD Melalui

Model Pembelajaran *Teaching Personal and Social Responsibility* (*TPSR*)”. dengan tujuan untuk meningkatkan tingkat *enjoyment* (kesenangan) siswa dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani, untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar melalui penerapan model pembelajaran *TPSR*, untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *TPSR* terhadap peningkatan tanggung jawab pribadi siswa sekolah dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

KAJIAN TEORI

Keterampilan gerak dasar merupakan kemampuan motorik yang menjadi fondasi bagi perkembangan keterampilan gerak yang lebih kompleks. Menurut (Gallahue dan Ozmun 2012), keterampilan gerak dasar adalah pola gerak yang berkembang secara alami sejak masa kanak-kanak, meliputi gerak lokomotor (berlari, melompat), non-lokomotor (menekuk, memutar), dan manipulatif (melempar, menangkap). Keterampilan ini menjadi dasar bagi performa dalam aktivitas olahraga maupun kehidupan sehari-hari.

Sementara itu bahwa penguasaan gerak dasar menjadi fondasi utama dalam pembelajaran pendidikan jasmani, karena membantu anak memahami konsep gerak, mengkoordinasikan tubuh, dan membentuk kesiapan motorik (Muttaqin 2025). Gerak lokomotor adalah kemampuan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Contohnya seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, dan berjingkat. Menurut (Gallahue & Ozmun 2012), gerak lokomotor berfungsi untuk mengembangkan kekuatan otot besar, koordinasi, dan keseimbangan tubuh. Gerak non-lokomotor merupakan gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat. Gerakan ini melibatkan kontrol otot tubuh bagian atas dan bawah seperti menekuk, meregang, memutar, atau menunduk (Clark, 2007). Bahwa keterampilan non-lokomotor berperan penting dalam menjaga stabilitas tubuh dan fleksibilitas, serta menjadi dasar koordinasi untuk melakukan gerakan yang lebih kompleks. Gerak manipulatif adalah kemampuan mengendalikan objek menggunakan bagian tubuh tertentu, terutama tangan dan kaki. Contohnya: melempar, menangkap, memukul, atau menendang bola. (Ulrich 2019) dalam *Test of Gross Motor Development* menyatakan bahwa kemampuan manipulatif mencerminkan keterampilan koordinasi mata-tangan dan mata-kaki anak, yang sangat penting dalam permainan dan aktivitas olahraga.

Ketiga kategori keterampilan gerak dasar saling berkaitan dan menjadi indikator utama perkembangan motorik anak. Penguasaan yang baik pada ketiga jenis gerak ini tidak hanya meningkatkan performa olahraga, tetapi juga mendukung perkembangan kognitif dan sosial anak kebugaran jasmani memiliki manfaat besar dalam membentuk karakter siswa, terutama dalam hal disiplin, kerja keras, dan kemampuan mengelola stres (Stodden dkk. 2008). Perkembangan gerak dasar adalah bagian penting dari pertumbuhan anak yang melibatkan koordinasi otot besar dan pengendalian tubuh untuk melakukan berbagai aktivitas fisik. Perkembangan keterampilan gerak dasar pada anak dibagi menjadi tiga tahap utama yaitu Tahap awal (usia 2–4 tahun) ,Tahap menengah (usia 5–7 tahun) ,Tahap mahir (usia 8–10 tahun) (Ma'mun dan Yudha, 2000).

Tanggung jawab adalah suatu kewajiban untuk melakukan atau menyelesaikan tugas (ditugaskan oleh seseorang, atau diciptakan oleh janji sendiri atau keadaan) yang seseorang harus penuhi, dan yang memiliki konsekuensi hukuman terhadap kegagalan (Yaumi , 2014). Tanggung jawab dalam olahraga mencakup kemampuan atlet atau peserta didik untuk mengendalikan emosi, menerima keputusan wasit, menghormati lawan, dan menampilkan perilaku yang menjunjung nilai-nilai *fair play* (Mutohir dan Maksum , 2007). Tanggung jawab pribadi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mengontrol perilaku, disiplin, dan komitmen terhadap tugasnya dalam olahraga. Tanggung jawab pribadi meliputi aspek seperti: Menyelesaikan latihan sesuai instruksi pelatih, Menjaga kesehatan dan kebugaran diri, Menghindari perilaku negatif seperti malas berlatih atau bermain curang (Hellison, 2011),

Dalam konteks pembelajaran PJOK, siswa yang menikmati kegiatan olahraga cenderung menunjukkan partisipasi aktif, memiliki motivasi intrinsik yang tinggi, serta mengembangkan sikap positif terhadap aktivitas fisik. Menunjukkan bahwa tingkat enjoyment berhubungan langsung dengan keterlibatan siswa dalam aktivitas jasmani jangka panjang. Ketika siswa merasa kegiatan PJOK menyenangkan, mereka lebih mungkin untuk mempertahankan gaya hidup aktif di luar sekolah (Chen dan Darst, 2001). Bahwa pengalaman belajar yang menyenangkan di kelas PJOK tidak hanya meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Oleh karena itu, enjoyment bukan sekadar aspek emosional, melainkan komponen penting dalam proses pendidikan jasmani yang berorientasi pada pembentukan kebiasaan hidup aktif dan sehat (Bailey dkk .2009).

Inti dari *TPSR* adalah membimbing siswa agar mampu bertanggung jawab terhadap perilaku dan keputusan mereka, baik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, *TPSR* tidak hanya berfokus pada hasil fisik dari kegiatan jasmani, tetapi juga pada dimensi moral dan sosial yang lebih luas (Hellison, 2011). Pendekatan *TPSR* efektif dalam meningkatkan perilaku prososial siswa dan mengurangi perilaku negatif di kelas (Hellison & Martinek 2006). Selain itu, menemukan bahwa implementasi *TPSR* membantu siswa mengembangkan rasa percaya diri, kontrol diri, dan tanggung jawab sosial yang lebih tinggi. Dengan demikian, *TPSR* merupakan model pembelajaran yang holistik karena memadukan aspek kognitif, afektif, sosial, dan moral dalam pendidikan jasmani (Escartí dkk. 2010).

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, mencakup fisik, mental, dan emosional. Dengan kata lain, Penjas tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik siswa, tetapi juga membentuk kepribadian, kedisiplinan, kerja sama, dan tanggung jawab sosial (Depdiknas 2003). Selain itu pendidikan jasmani merupakan media pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar, kebugaran jasmani, serta nilai-nilai sosial dan moral (Lutan, 2001) Menegaskan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam membentuk gaya hidup aktif dan sehat sejak dini, sekaligus menumbuhkan nilai-nilai karakter seperti sportivitas, kejujuran, dan kerja sama (Bailey , 2006). Di tegaskan

pendidikan jasmani yang efektif harus memberikan kesempatan bagi siswa untuk belajar aktif, memahami makna aktivitas fisik, serta menginternalisasi nilai-nilai moral dalam konteks sosial. Oleh karena itu, pendidikan jasmani berperan penting dalam membentuk manusia yang sehat, bugar, dan memiliki karakter yang kuat dalam menghadapi tantangan kehidupan modern (Siedentop, 2004).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Metode penelitian Eksperimen dilakukan dalam kondisi yang terkontrol untuk memastikan bahwa perubahan pada variabel dependen benar-benar disebabkan oleh perlakuan (Creswell, 2014). Penelitian ini dilakukan untuk mengukur peningkatan gerak dasar, tanggung jawab, enjoyment siswa sekolah dasar setelah penerapan model pembelajaran *TPSR* (*Teaching Personal and Social Responsibility*) dalam pembelajaran PJOK.

Populasi

Peserta utama atau subjek dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar SDN 11 Lembang kelas IV (laki-laki dan perempuan). Semua orang tua dan wali telah memberikan persetujuan bagi anak-anak mereka untuk berpartisipasi dalam program ini. Izin juga diperoleh dari kepala sekolah. Dan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK).

Sampel

Seluruh siswa SDN Lembang kelas 4 memiliki jumlah 40 dan yang di ambil untuk menjadi sampel sebanyak 40 peserta dari sekolah dasar SDN 11 Lembang kelas 4. Teknik pengambilan sampel menggunakan total Sampling karena teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi diikutsertakan sebagai sampel.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 40 anak SDN Lembang sebagai responden. Data diperoleh melalui angket Tanggung Jawab dan *TGMD-2* sebagai eksperimen. Berikut adalah rekapitulasi hasil penelitian.

Tabel 1
Statistik Deskriptif

Dimensi	Mean	Std.Deviation
<i>Pretest TGMD</i>	86.13	5.912
<i>Posttest TGMD</i>	102.92	10.080
<i>Pretest tanggung jawab</i>	21.30	2.877
<i>Posttest tanggung jawab</i>	23.08	3.014
<i>Pretest Enjoyment</i>	8.43	1.631
<i>Posttest Enjoyment</i>	10.48	1.798

Tabel 1 yang disajikan menunjukkan Statistics di atas, dapat diketahui bahwa jumlah Rata-rata keseluruhan dari skor tertinggi ke terendah adalah sebagai berikut: Gerak dasar, Tanggung Jawab, *Enjoyment*. GD Pretest (M=86.13, SD=5.912), GD Posttest (M=102.92, SD=10.080), TJ Pretest (M=21.30, SD=2.877), TJ Posttest (M=23.08, SD=3.014), E Pretest (M=8.43, SD=1.631), E Posttest (M=10.48, SD=1.798).

Tabel 2
Uji normalitas (*Shapiro Wilk*)

Variabel	Sig Pretest	Sig Posttest	Keterangan
Gerak Dasar	.055	.078	Normal
Tanggung Jawab	.079	.107	Normal
<i>Enjoyment</i>	.003	.001	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 2, diketahui bahwa variabel gerak dasar memiliki nilai sig. Pretest sebesar .055, dan nilai sig posttest .078, tanggung jawab nilai sig. pretest sebesar .079, dan sig. Posttest sebesar .107 sehingga kedua variabel tersebut berdistribusi normal karena nilai sig. > 0,05. Sedangkan variabel *Enjoyment* memiliki nilai sig. Pretest sebesar 0,003 dan sig. Posttest sebesar .001 < 0,05 sehingga tidak berdistribusi normal.

Tabel 3
Uji Paired

Variabel	Mean	N	Std Deviation	Std. Error Mean	sig
Tanggung Jawab	21.30	40	3.014	.477	.598
TGMD-2		40	16.795	1.871	.003

Berdasarkan hasil Uji paired sample t-test dilakukan untuk mengetahui apakah yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah penerapan model Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR) pada variabel tanggung jawab dan keterampilan gerak dasar (TGMD-2). Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel tanggung jawab memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 21,30 dengan jumlah responden sebanyak 40 siswa, standar deviasi sebesar 3,014, dan standard error mean sebesar 0,477. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,598, yang lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($0,598 > 0,05$). Dengan demikian, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah perlakuan pada variabel tanggung jawab. Sementara itu, pada variabel keterampilan gerak dasar yang diukur menggunakan instrumen TGMD-2, hasil uji menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,003, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,003 < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah penerapan model TPSR. Dengan demikian, penerapan model TPSR terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar siswa.

PEMBAHASAN

Model Pengajaran *Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR)* yang dirintis oleh Hellison menegaskan bahwa pendidikan jasmani tidak sekadar berfokus pada penguasaan keterampilan fisik, tetapi juga bertujuan untuk mengembangkan rasa tanggung jawab individu dan sosial siswa melalui aktivitas fisik. Dalam ranah gerak dasar, *TPSR* membantu siswa untuk mendapatkan pembelajaran melalui pengalaman konkret dalam kegiatan fisik yang terorganisir, sehingga keterampilan bergerak seperti berjalan, berdiri, serta keterampilan manipulatif dapat berkembang dengan baik selaras dengan pembentukan karakter. Hal ini yang menunjukkan bahwa implementasi *TPSR* dalam pendidikan jasmani dapat menggabungkan aktivitas fisik dengan pengembangan sikap tanggung jawab, di mana siswa tidak hanya aktif bergerak tetapi juga belajar bagaimana mengontrol perilaku dan berinteraksi secara positif sepanjang proses pembelajaran. (Septiadi dan Saputri, 2020).

Selanjutnya, pendekatan *TPSR* dalam pengajaran gerakan dasar diperkuat oleh pengembangan model pembelajaran yang berbasis permainan, di mana aktivitas fisik berfungsi sebagai alat utama untuk menanamkan nilai-nilai tanggung jawab melalui *TPSR*, pembelajaran gerakan dasar menjadi lebih relevan karena siswa diikutsertakan dalam suasana permainan yang mendorong partisipasi aktif, kolaborasi, serta pengambilan keputusan. Situasi ini tidak hanya meningkatkan keterampilan gerakan dasar, namun juga memperkuat dimensi afektif dan sosial siswa, sehingga pendidikan jasmani menjadi lebih menyeluruh dan kontekstual (Nurharsono dan Rahayu, 2023).

Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan bahwa *TPSR* memiliki peran penting dalam meningkatkan keterampilan dasar gerak sekaligus mendukung perkembangan positif siswa. Bahwa pengajaran pendidikan jasmani yang berfokus pada keterampilan hidup, termasuk *TPSR*, dapat memperbaiki hasil belajar keterampilan dasar melalui penggabungan aktivitas fisik dan penguatan nilai-nilai kehidupan seperti tanggung jawab, disiplin, dan kolaborasi. Oleh karena itu, *TPSR* tidak hanya berfungsi sebagai model pembelajaran keterampilan motorik, tetapi juga sebagai strategi pedagogis yang menyeluruh dalam membentuk individu yang aktif, terampil, dan memiliki karakter (Aulia dkk., 2025).

Model Pengajaran *Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR)* yang dirancang oleh Hellison menempatkan rasa tanggung jawab sebagai pusat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, di mana siswa diarahkan untuk membangun pengendalian diri, keterlibatan aktif, serta empati terhadap orang lain melalui kegiatan fisik yang terorganisir. Dalam penerapannya, *TPSR* fokus pada tahapan perkembangan tanggung jawab yang mencakup penghormatan (*respect*), keterlibatan dan usaha (*participation and effort*), kemandirian (*self-direction*), kepedulian (*caring*), hingga penerapan nilai-nilai dalam kehidupan sehari-hari. mendukung hal ini, yang menunjukkan bahwa pendekatan *TPSR* secara teoritis dapat meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa lewat partisipasi aktif dalam proses pembelajaran, sehingga siswa tidak hanya berfungsi sebagai pelaku dalam aktivitas fisik, tetapi juga sebagai individu yang mampu mengelola perilaku dan keputusan secara mandiri (Hakim, 2024).

Selanjutnya, penerapan TPSR dalam pendidikan jasmani telah terbukti efektif dalam meningkatkan dimensi tanggung jawab sosial siswa melalui interaksi dan kolaborasi selama proses pembelajaran. Bahwa model TPSR memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar menghargai orang lain, mematuhi peraturan, serta menunjukkan disiplin dalam aktivitas kelompok. Pembelajaran yang fokus pada tanggung jawab ini menciptakan suasana belajar yang mendukung, di mana siswa secara perlahan menginternalisasi nilai-nilai sosial melalui pengalaman nyata, sehingga tanggung jawab tidak hanya dipahami secara teori tetapi juga diterapkan dalam tindakan sehari-hari (Pratama dan Supriyadi, 2025).

Lebih jauh, penelitian empiris mengindikasikan bahwa TPSR memiliki peranan yang krusial dalam menggabungkan pengembangan tanggung jawab dengan pembelajaran berbasis aktivitas fisik serta keterampilan hidup. Menyatakan bahwa model TPSR mampu secara signifikan meningkatkan tanggung jawab individu dan sosial siswa, terutama dalam situasi pembelajaran usai pandemi yang memerlukan penyesuaian perilaku dan interaksi sosial yang lebih efektif. Pendekatan ini menegaskan bahwa tanggung jawab bukan hanya hasil akhir dari pembelajaran, melainkan suatu proses yang dibangun melalui pengalaman belajar yang reflektif, partisipatif, dan berkelanjutan dalam pendidikan jasmani (Anggoro dan Septiadi, 2024).

Dalam ranah pembelajaran pendidikan jasmani, faktor *enjoyment* menjadi elemen penting yang berpengaruh besar terhadap partisipasi dan motivasi siswa selama proses belajar. Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) secara prinsip dibentuk untuk menghasilkan suasana belajar yang memenuhi kebutuhan psikologis peserta didik, sehingga mampu meningkatkan perasaan senang dalam mengikuti kegiatan fisik. Dalam penelitian sistematis mereka menekankan bahwa implementasi TPSR dalam pendidikan jasmani memberikan kontribusi terhadap peningkatan aspek emosional dan sosial siswa, termasuk *Enjoyment* (kesenangan), yang muncul sebagai hasil dari terpenuhinya kebutuhan akan kebebasan, kemampuan, dan hubungan sosial selama kegiatan belajar. Oleh karena itu, TPSR tidak hanya fokus pada tanggung jawab, tetapi juga pada pengalaman belajar yang menyenangkan dan bernilai (Aygün dkk., 2024).

Selain itu, peningkatan kepuasan dalam proses belajar yang berbasis TPSR memiliki hubungan yang erat dengan motivasi intrinsik siswa untuk terlibat dalam kegiatan fisik. Bahwa penerapan model TPSR dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan semangat, partisipasi, serta *enjoyment* (kesenangan) siswa terhadap kegiatan fisik, terutama saat pembelajaran disajikan dengan cara yang aktif dan melibatkan partisipasi. Dalam konteks ini, kepuasan menjadi indikator penting dari keberhasilan pembelajaran, karena siswa yang merasakan kegembiraan biasanya menunjukkan tingkat partisipasi yang lebih tinggi serta komitmen berkelanjutan terhadap aktivitas fisik, baik di dalam maupun di luar sekolah (Zhang dkk., 2024).

Selain itu, penelitian terkini menunjukkan bahwa penerapan TPSR, baik secara terpisah maupun dalam bentuk model campuran, memberikan pengaruh yang baik terhadap peningkatan kesenangan siswa melalui proses belajar yang interaktif dan berfokus pada aktivitas. Bahwa penerapan TPSR di lingkungan sekolah menunjukkan

tingkat penerimaan yang tinggi dari siswa, ditunjukkan dengan meningkatnya rasa senang, partisipasi, dan kepuasan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini menunjukkan bahwa kesenangan dalam TPSR tidak sekadar muncul sebagai akibat samping, melainkan menjadi elemen penting dari desain pembelajaran yang menekankan pengalaman positif, refleksi pribadi, dan interaksi sosial yang positif (Maric dkk., 2025).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan gerak dasar, tanggung jawab, *enjoyment* siswa sekolah dasar setelah diberikan program pembelajaran melalui model TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*) dalam pembelajaran pjok pada siswa sekolah dasar di SDN 11 Lembang yang mencakup tes (TGMD-2) *Test of Gross Motor Development - Second Edition*, TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*) dan *Physical Activity Enjoyment Scale* (PACES). Selama proses pembelajaran, siswa terlihat bersemangat dalam melakukan berbagai test, dengan rata-rata nilai test mengalami peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan sebelum dilakukannya *treatment* (program).

DAFTAR PUSTAKA

- Harliawan, M., Temmassonge, A., & Ilahi, R. (2024). Implementasi Fundamental Movement Skills (FMS) Pada Anak Sekolah Dasar. *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 7(1), 138–146.
- Yuliawan, E., Lesmawati, A., Putra, R. M., Kurniawan, B., & Yudhistira, S. A. (2025). *Studi Literatur tentang Efektivitas Model Pembelajaran Kooperatif dalam Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar pada Peserta Didik*. Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar.
- Nugroho, A. W., Winarni, S., & Guntur. (2024). *Analisis Penerapan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR) di Kabupaten Sleman*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(1), 32–41.
- Anwar, K., & Hasanah, U. (2024). Pengaruh kecanduan gawai terhadap penurunan karakter tanggung jawab dan kemandirian siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 15(1), 45-58. <https://doi.org/10.21831/jpk.v15i1.62341>
- Gunawan, I., & Lestari, S. (2025). Efektivitas model project-based learning terhadap peningkatan karakter tanggung jawab dan keterampilan sosial siswa sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Sekolah Dasar*, 13(1), 14-27.
- Carreres-Ponsoda, F., Carbonell-Martínez, J. A., & Baena-Extremera, A. (2024). Analisis model teaching personal and social responsibility (TPSR) terhadap variabel psikologis siswa sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Psikologi dan Pendidikan*, 12(1), 32-45.
- Lestari, P., & Nugroho, A. (2025). Faktor-faktor yang memengaruhi penurunan enjoyment belajar pada siswa kelas tinggi sekolah dasar. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Dasar*, 14(1), 56-69

- Hidayat, M. T., & Utami, S. R. (2025). Pemanfaatan gamifikasi dalam pembelajaran untuk meningkatkan enjoyment dan keterlibatan aktif siswa sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 12(1), 78-91.
- Faisal, M., Aspa, A. P., Mandan, A., & Rahmatullah, M. I. (2024). Penerapan model TPSR responsibility pada pembelajaran PJOK Kurikulum Merdeka untuk menciptakan rasa tanggung jawab siswa SD. *Pendekar: Jurnal Pendidikan Berkarakter*, 7(3), 265–269.
- Hidayat, A., & Kurniawan, R. (2025). Integrasi model TPSR lintas kurikulum: Solusi praktis pengembangan karakter tanggung jawab di sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Pembelajaran*, 11(1), 45-58.
- Kurniawan, F., & Pratama, A. Y. (2025). Dampak pengabaian pendidikan afektif terhadap penurunan kontrol diri siswa sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 14(1), 34-47.
- Raharjo, H. P., Kusuma, D. W. Y., Putra, R. B. A., & Irsyada, R. (2023). Physical Education with the TPSR Model: Building Characters and Basic Manipulative Movements in Elementary School Students. *Journal Sport Area*, 8(2), 239–250.
- Anggoro, M. A. S., & Septiadi, F. (2024). Developing Personal and Social Responsibility in Physical Education. *Journal of Coaching Education*. <https://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/JCESPORTS/article/view/2924>
- Aulia, F., Hendrayana, Y., & Sucipto, S. (2025). Peran Pembelajaran Penjas Berbasis Life Skill terhadap Positive Youth Development. *Sporta Saintika*. <http://sportasaintika.ppj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/view/546>
- Aygün, Y., Boke, H., Yagin, F. H., Tufekci, S., & Murathan, T. (2024). Emotional and social outcomes of the Teaching Personal and Social Responsibility model in physical education: A systematic review and meta-analysis. *Children*, 11(4), 459. <https://www.mdpi.com/2227-9067/11/4/459>
- Baena-Extremuera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & Martínez-Molina, M. (2016). Modelo de predicción de la satisfacción con la educación física y la intención de práctica física en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 137–144. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/252001>
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27
- Berkowitz, M. W., & Bier, M. C. (2005). What works in character education: A research-driven guide for educators. *Character Education Partnership*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED505072.pdf>
- Chen, A., & Darst, P. W. (2001). Situational interest in physical education: A function of learning task design. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72(2), 150–164
- Clark, J. E. (2007). On the problem of motor skill development. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(5), 39–44.

- Departemen Pendidikan Nasional (Depdiknas). (2003). Kurikulum 2004: Standar Kompetensi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Depdiknas
- Escartí, A., Gutiérrez, M., Pascual, C., & Llopis, R. (2010). Application of Hellison's TPSR model in physical education to improve self-efficacy and responsibility in students. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 667–676.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2012). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. McGraw-Hill
- García-Castejón, G., Camerino, O., Castañer, M., Manzano-Sánchez, D., Jiménez-Parra, J. F., & Valero-Valenzuela, A. (2021). Implementation of a hybrid educational program between the model of personal and social responsibility (TPSR) and the teaching games for understanding (TGfU) in physical education and its effects on health: an approach based on mixed methods. *Children*, 8(7), 573.
- Gutierrez, J., Eisenberg, R. L., Koval, N. J., Armstrong, E. R., Tharappel, J., Hughes, C. G., & Tobin, T. (2010). Pemoline and tetramisole 'positives' in English racehorses following levamisole administration. *Irish Veterinary Journal*, 63, 1-3.
- Hakim, A. (2024). Model Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR) terhadap peningkatan tanggung jawab latihan. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. <https://jurnal.uns.ac.id/jpi/article/view/109930>
- Hellison, D. (2011). *Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics
- Koutelidas, A., Digelidis, N., Syrmipas, I., Wright, P., & Goudas, M. (2022). Students' perceptions of responsibility in physical education: a qualitative study. *Education 3-13*, 50(2), 171-183
- Lutan, R. (2001). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Filsafat dan Konsep Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Ma'mun, & Saputra, Y. M. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Bandung: Departemen Pendidikan Nasional.
- Maric, S., Cotton, W., & Peralta, L. (2025). Australian implementation of the TPSR pedagogical model in physical education. *JMIR Research Protocols*. <https://www.researchprotocols.org/2025/1/e67924>
- Martinek D., Hellison, , T. J., Wright, P., & Walsh, D. (2025). *Teaching personal and social responsibility through physical activity*. Human Kinetics.
- Mutohir, T. C., & Maksum, A. (2007). *Pendidikan Jasmani: Landasan Filosofis dan Psikopedagogis*. Surabaya: Unesa University Press.
- Muttaqin, M. Z. (2025). Gerak Dasar Lokomotor, Non-Lokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Kasti pada Siswa Kelas V SDN Sidomulyo Kecamatan Semen. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 2025. <https://www.ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jinu/article/view/6586>
- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71(2), 225–242. <https://doi.org/10.1348/000709901158497>

- Nurharsono, T., & Rahayu, T. (2023). Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani melalui Pendekatan TPSR. *JIIP-Jurnal Ilmiah*.
<http://jiip.stkipyapisdompu.ac.id/jiip/index.php/JIIP/article/view/1823>
- Pambudi, N. A., & Ulfa, D. K. (2024). The geothermal energy landscape in Indonesia: A comprehensive 2023 update on power generation, policies, risks, phase and the role of education. *Renewable and Sustainable Energy Reviews*, 189, 114008.
- Pratama, Y. N., & Supriyadi, T. (2025). Implementasi Model TPSR untuk meningkatkan disiplin siswa dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIJK/article/view/91136>
- Quiñonero-Martínez, A. L., Cifo-Izquierdo, M. I., Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J., & Gómez-Mármol, A. (2023). Effect of the hybridization of social and personal responsibility model and sport education model on physical fitness status and physical activity practice. *Frontiers in Psychology*, 14, 1273513.
- Septiadi, F., & Saputri, H. (2020). Penerapan Model Teaching Personal and Social Responsibility untuk Meningkatkan Sikap Tanggung Jawab. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. <https://www.researchgate.net/publication/342124549>
- Siedentop, D. (2004). *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport* (5th ed.). New York: McGraw-Hill
- Stodden, D. F., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Robertson, M. A., Rudisill, M. E. Ulrich, D. A. (2019). *Test of Gross Motor Development (TGMD-2)*. Human Kinetics.
- Yaumi, M. (2014). Konstruksi model pembelajaran berbasis kecerdasan spiritual untuk perbaikan karakter. *Al-Qalam*, 20(3), 13-22.
- Zhang, J., Soh, K. G., Bai, X., Mohd Anuar, M. A., & Xiao, W. (2024). Optimizing learning outcomes in physical education: A systematic review of hybrid pedagogical models. *PLOS ONE*.
<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0311957>