

Efektivitas Mata Kuliah Microteaching Terhadap Keterampilan Mengajar PJOK Mahasiswa

Ebit Kenedy Tarigan¹, Fadil Yp Maharaja², Boris Tubbur Manurung³, Ebit Girsang⁴, Fadlan Albi⁵, Johannes Situmorang⁶, Rafika Ardilla⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Negeri Medan, Sumatera Utara, Indonesia

Email : ebitkenedy123@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Subjek penelitian berjumlah 30 mahasiswa PJOK yang mengikuti mata kuliah micro teaching. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, angket, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan mengajar mahasiswa yang ditunjukkan melalui perbandingan nilai pre-test dan post-test. Nilai rata-rata pre-test sebesar 2,80 meningkat menjadi 4,15 pada post-test, dengan rata-rata peningkatan sebesar 1,35. Peningkatan terjadi pada seluruh aspek keterampilan mengajar, meliputi membuka pelajaran, penyampaian materi, penggunaan metode, pengelolaan kelas, penggunaan media, keterampilan bertanya, pemberian penguatan, dan menutup pelajaran. Selain itu, faktor yang mempengaruhi keberhasilan micro teaching antara lain bimbingan dosen (90%), kepercayaan diri (85%), lingkungan belajar (80%), serta sarana dan prasarana (78%). Hasil ini menunjukkan bahwa micro teaching efektif dalam meningkatkan keterampilan pedagogik mahasiswa PJOK. Dengan demikian, micro teaching dapat dijadikan sebagai strategi pembelajaran yang tepat dalam mempersiapkan mahasiswa sebagai calon guru yang profesional.

Kata kunci: Micro Teaching Keterampilan Mengajar PJOK

ABSTRACT

This study used a quantitative approach with descriptive methods. The subjects were 30 Physical Education (PJOK) students enrolled in a microteaching course. Data collection techniques included observation, questionnaires, and documentation. The results showed an improvement in students' teaching skills, as demonstrated by a comparison of pre-test and post-test scores. The average pre-test score of 2.80 increased to 4.15 in the post-test, with an average increase of 1.35. Improvements occurred in all aspects of teaching skills, including opening lessons, delivering material, using methods, classroom management, using media, asking questions, providing reinforcement, and closing lessons. Furthermore, factors influencing the success of microteaching included lecturer guidance (90%), self-confidence (85%), the learning environment (80%), and facilities and infrastructure (78%). These results indicate that microteaching is effective in improving the pedagogical skills of Physical Education (PJOK) students. Therefore, microteaching can be used as an appropriate learning strategy in preparing students as future professional teachers.

Keywords: Microteaching, PJOK Teaching Skills

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses strategis dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas. Kualitas pendidikan sangat dipengaruhi oleh kompetensi guru,

terutama dalam hal keterampilan mengajar yang mencakup aspek pedagogik, profesional, sosial, dan kepribadian. Mahasiswa sebagai calon guru dituntut untuk memiliki kesiapan mengajar yang matang sebelum terjun ke lapangan.

Fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa PJOK yang belum memiliki keterampilan mengajar yang optimal. Berdasarkan pengamatan awal pada kegiatan perkuliahan, ditemukan beberapa permasalahan seperti: (1) mahasiswa kurang percaya diri saat tampil mengajar, (2) penyampaian materi yang belum sistematis, (3) kurang mampu mengelola kelas khususnya dalam aktivitas fisik, serta (4) penggunaan media pembelajaran yang masih terbatas (Giawa, E., Sari, L. P., & Karo, A. A. P. K, 2024). Selain itu, dalam konteks PJOK, mahasiswa sering mengalami kesulitan dalam mengintegrasikan teori dengan praktik di lapangan.

Menurut Usman (2011), keterampilan mengajar merupakan kemampuan yang harus dimiliki oleh setiap calon guru agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara efektif dan efisien. Keberhasilan pembelajaran sangat ditentukan oleh kemampuan guru dalam mengelola interaksi belajar (Sanjaya, 2013; Sari, A. M., Tantri, A., Ramadan, R., & Karo, A. A. P. K, 2025).

Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui pelaksanaan micro teaching. Micro teaching merupakan suatu model pelatihan mengajar yang dirancang dalam skala kecil, sehingga mahasiswa dapat berlatih keterampilan mengajar secara terfokus dan mendapatkan umpan balik secara langsung. Micro teaching adalah teknik pelatihan guru yang memungkinkan praktik mengajar dalam situasi yang disederhanakan.

Dengan adanya fenomena tersebut, maka perlu dilakukan analisis mendalam terhadap pelaksanaan micro teaching untuk mengetahui sejauh mana efektivitasnya dalam meningkatkan keterampilan mahasiswa PJOK.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Menurut Sugiyono (2017), penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi secara sistematis dan faktual. Subjek penelitian adalah mahasiswa PJOK yang mengikuti mata kuliah micro teaching. Objek penelitian adalah keterampilan mengajar mahasiswa. Menurut Arikunto (2010), subjek penelitian merupakan sumber data utama dalam penelitian.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain One-Group Pretest-Posttest Design. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh penerapan *micro teaching* terhadap keterampilan mengajar mahasiswa dengan membandingkan hasil sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) perlakuan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar penilaian keterampilan mengajar yang disusun berdasarkan indikator kompetensi pedagogik. Instrumen menggunakan skala Likert 1–5, dengan kriteria sebagai berikut: 1=sangat kurang, 2= kurang, 3= cukup, 4= baik, 5 = sangat baik

Teknik Pengumpulan Data Data dikumpulkan melalui: Observasi untuk menilai keterampilan mengajar mahasiswa saat praktik. Angket untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi keberhasilan Dokumentasi sebagai data pendukung

Prosedur Penelitian Melakukan pre-test untuk mengukur keterampilan awal mahasiswa. Memberikan perlakuan berupa kegiatan *micro teaching*. Melakukan post-test setelah perlakuan. Membandingkan hasil pre-test dan post-test Teknik Analisis Data Data dianalisis menggunakan: Statistik Deskriptif Rata-rata (mean) Persentase peningkatan Uji Statistik Inferensial. Untuk mengetahui signifikansi peningkatan, digunakan uji *paired sample t-test* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Kriteria pengambilan keputusan: Jika nilai Sig. < 0,05, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test Jika nilai Sig. > 0,05, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Analisis ini dilakukan untuk memastikan bahwa peningkatan keterampilan mengajar mahasiswa bukan hanya secara deskriptif, tetapi juga signifikan secara statistik.

Teknik pengumpulan data meliputi Observasi: untuk melihat langsung keterampilan mengajar Angket: untuk mengetahui persepsi mahasiswa Dokumentasi: sebagai data pendukung Sugiyono (2017) menyatakan bahwa kombinasi teknik ini dapat meningkatkan validitas data.

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa rata-rata dan persentase. Menurut Sudjana (2005), analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan data tanpa membuat generalisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 30 mahasiswa PJOK yang mengikuti kegiatan *micro teaching*. Data diperoleh melalui penilaian sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pelaksanaan *micro teaching*.

Berikut hasil rata-rata skor keterampilan mengajar:

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test

Aspek	Pre-test	Post-test
Membuka Pelajaran	2.8	4.2
Penyampaian Materi	3.0	4.3
Penggunaan Metode	2.9	4.1
Pengelolaan Kelas	2.7	4.0
Penggunaan Media	2.6	4.2
Keterampilan Bertanya	2.8	4.1
Pemberian Penguatan	2.7	4.0
Menutup Pelajaran	2.9	4.3

Peningkatan dihitung menggunakan selisih nilai post-test dan pre-test.

Tabel 2. Hasil Peningkatan keterampilan Mengajar

Aspek	Peningkatan
Membuka Pelajaran	1.4
Penyampaian Materi	1.3
Penggunaan Metode	1.2
Pengelolaan Kelas	1.3
Penggunaan Media	1.6
Keterampilan Bertanya	1.3
Pemberian Penguatan	1.3
Menutup Pelajaran	1.4

Rata-rata peningkatan = 1.35

Berdasarkan data tersebut, terjadi peningkatan yang signifikan pada seluruh aspek keterampilan mengajar mahasiswa.

Berdasarkan hasil angket, diperoleh persentase faktor yang mempengaruhi:

Tabel 3. Hasil Persentase Faktor yang mempengaruhi keterampilan mengajar

Faktor	Persentase
Kepercayaan diri	85%
Bimbingan dosen	90%
Lingkungan belajar	80%
Sarana dan prasarana	78%

Data menunjukkan bahwa bimbingan dosen menjadi faktor paling dominan dalam keberhasilan micro teaching.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dari nilai rata-rata 2.80 menjadi 4.15. Hal ini menunjukkan bahwa micro teaching efektif dalam meningkatkan keterampilan mengajar mahasiswa. Micro teaching memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk berlatih secara terfokus. Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori Bandura (1997) yang menyatakan bahwa pengalaman langsung

dapat meningkatkan self-efficacy. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa micro teaching berperan penting dalam meningkatkan kompetensi pedagogic mahasiswa PJOK secara signifikan.

KESIMPULAN

Micro teaching terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan mengajar mahasiswa PJOK, terutama pada aspek pedagogi. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa micro teaching perlu dioptimalkan dalam kurikulum pendidikan guru. Penelitian ini terbatas pada jumlah sampel dan metode yang digunakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Giawa, E., Sari, L. P., & Karo, A. A. P. K. (2024). Development of Video Tutorial Learning Media Based on Biomechanical Analysis in Petanque Shooting Techniques. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 7(1), 81-87.
- Sanjaya, W. (2013). *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sari, A. M., Tantri, A., Ramadan, R., & Karo, A. A. P. K. (2025). Improving Learning Outcomes of Side Kick in Pencak Silat through Command Teaching Style and Learning Variations. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 8(1), 1-7.
- Sudjana. (2005). *Metoda statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Usman, M. U. (2011). *Menjadi guru profesional*. Bandung: Remaja Rosdakarya.