

Efektivitas *Sport Education Model* dalam Meningkatkan *Positive Youth Development* pada Mahasiswa Olahraga

Rian Arif Purnomo¹, Endarman Saputra², Alek Oktadinata³, Ilham⁴, Reza Hadinata⁵, Hendri Munar⁶, Ely Yuliawan⁷

¹ Magister Pendidikan Jasmani, Universitas Jambi

^{2,6,7} Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Jambi

^{3,4,5} Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Jambi

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas *Sport Education Model* (SEM) dalam meningkatkan *Positive Youth Development* (PYD) mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Jambi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental yang melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen ($n=34$) dan kelompok kontrol ($n=36$). Kelompok eksperimen memperoleh pembelajaran berbasis SEM selama satu semester, sedangkan kelompok kontrol mengikuti pembelajaran konvensional. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner PYD yang mengukur enam dimensi, yaitu *competence*, *confidence*, *connection*, *character*, *caring*, dan *contribution*. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS 27 melalui statistik deskriptif dan inferensial, meliputi uji normalitas, uji homogenitas, *paired sample t-test*, dan *independent sample t-test* pada taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan skor PYD pada kelompok eksperimen ($p < 0,05$) dengan rata-rata peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Uji *independent sample t-test* juga menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa SEM lebih efektif dibandingkan pembelajaran konvensional. Temuan ini menegaskan bahwa SEM tidak hanya meningkatkan keterampilan olahraga, tetapi juga mendukung perkembangan karakter dan sosial mahasiswa secara holistik. Dengan demikian, SEM direkomendasikan sebagai pendekatan pedagogis inovatif dalam pembelajaran pendidikan olahraga di perguruan tinggi.

Kata Kunci : *Sport Education Model*; *Positive Youth Development*; Mahasiswa Olahraga

Abstract

This study aims to analyze the effectiveness of the Sport Education Model (SEM) in enhancing Positive Youth Development (PYD) among Physical Education students at Jambi University. The study uses a quantitative approach with a quasi-experimental design involving two groups, namely the experimental group ($n=34$) and the control group ($n=36$). The experimental group received SEM-based learning for one semester, while the control group underwent conventional

Correspondence author: First Author/Second Author/Third Author, Jakarta State University, Indonesia.

Email: rianarifpurnomo@gmail.com



Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training) is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

learning. The research instrument used a PYD questionnaire measuring six dimensions: competence, confidence, connection, character, caring, and contribution. Data analysis was conducted using SPSS 27 through descriptive and inferential statistics, including normality test, homogeneity test, paired sample t-test, and independent sample t-test at a significance level of 0.05. The research results indicate a significant increase in PYD scores in the experimental group ($p < 0.05$) with a higher average increase compared to the control group. The independent sample t-test also showed a significant difference between the two groups ($p < 0.05$), indicating that SEM is more effective than conventional learning. These findings confirm that SEM not only enhances sports skills but also supports the holistic development of students' character and social aspects. Therefore, SEM is recommended as an innovative pedagogical approach in sports education learning at universities.

Keywords: *Sport Education Model; Positive Youth Development; Sports Student*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam mendukung pembangunan sumber daya manusia yang sehat, produktif, dan berkarakter. Dalam konteks global, olahraga tidak lagi dipandang semata sebagai aktivitas fisik, melainkan sebagai medium pengembangan sosial, emosional, dan moral generasi muda. Organisasi internasional seperti *World Health Organization* menekankan pentingnya aktivitas fisik terstruktur dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan sosial kaum muda (WHO, 2022). Selain itu, laporan UNESCO juga menyoroti bahwa pendidikan berbasis pengalaman, termasuk olahraga, berkontribusi signifikan terhadap pembentukan karakter dan keterampilan hidup abad ke-21 (Padua, 2020). Secara empiris, berbagai studi menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlibat aktif dalam program olahraga terstruktur memiliki tingkat kesejahteraan psikologis dan keterlibatan sosial yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak terlibat (Manninen & Campbell, 2022; Wium et al., 2023). Namun demikian, implementasi pendidikan jasmani di perguruan tinggi masih sering berfokus pada pencapaian keterampilan teknis dan performa semata, sehingga potensi pembentukan karakter dan pengembangan psikososial belum dimaksimalkan. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tujuan ideal pendidikan olahraga dengan praktik pembelajaran di lapangan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pedagogis yang mampu

mengintegrasikan pengembangan keterampilan motorik dengan penguatan aspek karakter dan sosial mahasiswa secara simultan.

Salah satu pendekatan yang banyak direkomendasikan dalam literatur pendidikan jasmani modern adalah *Sport Education Model* (SEM), yang pertama kali diperkenalkan oleh Daryl Siedentop. Model ini dirancang untuk menciptakan pengalaman olahraga yang autentik melalui struktur musim kompetisi, pembagian peran formal, dan sistem evaluasi berbasis tim (Siedentop, 1994). Penelitian lain menunjukkan bahwa SEM efektif meningkatkan keterampilan taktis, partisipasi aktif, dan motivasi intrinsik peserta didik (Casey & Kirk, 2020; Hastie & Wallhead, 2016; Zhang et al., 2024). Selain itu, SEM terbukti mampu meningkatkan kebutuhan psikologis dasar seperti otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial (Manninen & Campbell, 2022). Dalam pendidikan tinggi, penerapan SEM dinilai relevan karena mahasiswa berada pada fase perkembangan dewasa awal yang membutuhkan pengalaman kolaboratif dan kepemimpinan. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian SEM masih berfokus pada tingkat sekolah dasar dan menengah, sementara kajian di perguruan tinggi relatif terbatas (Araújo et al., 2020; Li et al., 2021). Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk menguji efektivitas SEM secara lebih mendalam pada mahasiswa, khususnya dalam kaitannya dengan perkembangan psikososial yang lebih kompleks.

Konsep *Positive Youth Development* (PYD) memberikan kerangka teoretis yang komprehensif dalam memahami perkembangan positif remaja dan dewasa muda. Pendekatan ini menekankan pengembangan lima dimensi utama (5C), yaitu competence, confidence, connection, character, dan caring, yang kemudian berkembang menjadi 6C dengan penambahan contribution (Lerner et al., 2011; Muhamad et al., 2024; Telaumbanua et al., 2025). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam program olahraga yang terstruktur berkorelasi positif dengan peningkatan dimensi-dimensi PYD (Almeida et al., 2025; Bruner et al., 2023). Secara empiris, mahasiswa yang mengikuti program berbasis pengembangan karakter menunjukkan peningkatan signifikan dalam kepemimpinan dan

tanggung jawab social (Benson et al., 2011; Puluhulawa & Korompot, 2025; Subowo et al., 2025). Namun demikian, tidak semua program olahraga secara otomatis menghasilkan perkembangan positif tersebut; efektivitasnya sangat bergantung pada desain pedagogis yang digunakan (Holt et al., 2017). Oleh karena itu, integrasi SEM dengan kerangka PYD menjadi relevan untuk diteliti, karena secara konseptual SEM menyediakan struktur pengalaman yang memungkinkan internalisasi nilai-nilai karakter dan kolaborasi sosial secara sistematis.

Di Indonesia, penelitian mengenai SEM dan PYD masih berkembang dan sebagian besar dilakukan pada tingkat sekolah menengah. Studi Andriani et al. (2024), menemukan bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran berbasis SEM menunjukkan peningkatan skor PYD secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Demikian pula, penelitian Juhrocin (2024), melaporkan bahwa integrasi life skills dalam pembelajaran olahraga berkontribusi positif terhadap aspek kepemimpinan dan komunikasi siswa. Namun, kedua penelitian tersebut menggunakan subjek siswa sekolah, bukan mahasiswa perguruan tinggi. Padahal, mahasiswa pendidikan olahraga memiliki karakteristik unik sebagai calon pendidik dan pelatih yang kelak akan mentransmisikan nilai-nilai olahraga kepada generasi berikutnya. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan desain eksperimen sederhana tanpa pengukuran komprehensif terhadap seluruh dimensi PYD (Ginjar et al., 2024; Manalu et al., 2023; Titih et al., 2023). Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian yang signifikan terkait efektivitas SEM terhadap PYD pada mahasiswa pendidikan olahraga di konteks perguruan tinggi Indonesia.

Urgensi penelitian ini semakin menguat dalam konteks pasca-pandemi COVID-19, di mana institusi pendidikan dituntut untuk menghadirkan pembelajaran yang lebih bermakna dan berorientasi pada kesejahteraan psikososial mahasiswa. Colomer et al. (2021), menegaskan pentingnya transformasi pedagogi menuju pembelajaran berbasis pengalaman dan kolaborasi. Sementara itu, WHO (2022), melaporkan peningkatan gangguan kesehatan mental pada kelompok usia muda akibat

isolasi sosial selama pandemi. Dalam konteks ini, pendidikan jasmani berbasis SEM berpotensi menjadi intervensi yang tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga memperkuat koneksi sosial dan rasa percaya diri mahasiswa (Franco et al., 2021). Meskipun demikian, belum banyak studi empiris di Indonesia yang secara khusus menguji efektivitas SEM dalam meningkatkan dimensi PYD pada mahasiswa pasca-pandemi. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi relevan dan kontekstual untuk menjawab tantangan tersebut.

Dari perspektif metodologis, sebagian besar penelitian SEM di Indonesia menggunakan desain deskriptif atau eksperimen tanpa kelompok kontrol yang memadai (Andriani et al., 2024; Ginanjar et al., 2024). Hal ini membatasi kekuatan inferensial dalam menyimpulkan hubungan sebab-akibat antara implementasi SEM dan perkembangan karakter. Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan kelompok kontrol untuk meningkatkan validitas internal penelitian (Creswell & Creswell, 2017). Selain itu, pengukuran PYD dilakukan menggunakan instrumen terstandar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya (Holt et al., 2020; Sieng et al., 2018). Pendekatan ini diharapkan mampu memberikan bukti empiris yang lebih kuat mengenai efektivitas SEM pada konteks pendidikan tinggi. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mereplikasi studi sebelumnya, tetapi juga meningkatkan kualitas metodologis dalam kajian SEM dan PYD di Indonesia.

Berdasarkan paparan tersebut, *research gap* utama yang diidentifikasi adalah minimnya penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-eksperimental* yang menguji efektivitas SEM terhadap seluruh dimensi PYD pada mahasiswa pendidikan olahraga di perguruan tinggi Indonesia. Selain itu, belum ada penelitian yang secara spesifik dilakukan di Universitas Jambi, sehingga konteks lokal belum terwakili dalam literatur nasional. Padahal, karakteristik sosial budaya daerah dapat memengaruhi dinamika pembelajaran dan interaksi tim dalam SEM (Aprelyani, 2025). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas SEM dalam meningkatkan PYD mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Jambi

melalui desain *quasi-eksperimental* yang membandingkan kelompok eksperimen dan kontrol. Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada integrasi komprehensif antara SEM dan kerangka 6C PYD dalam konteks pendidikan tinggi Indonesia dengan pendekatan kuantitatif yang kuat. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis karakter serta rekomendasi praktis bagi pengelola program studi dalam merancang kurikulum yang lebih holistik dan berorientasi pada pembangunan generasi muda yang berdaya saing

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan menguji efektivitas intervensi pembelajaran terhadap perkembangan Positive Youth Development (PYD) mahasiswa. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran variabel secara objektif dan analisis hubungan sebab–akibat melalui prosedur statistik inferensial. Desain yang digunakan adalah quasi-experimental dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tanpa randomisasi penuh. Desain ini umum digunakan dalam konteks pendidikan karena pembagian kelas sering kali sudah terbentuk secara alami (Creswell & Creswell, 2017). Kelompok eksperimen menerima pembelajaran berbasis Sport Education Model, sedangkan kelompok kontrol mengikuti pembelajaran konvensional. Penelitian dilaksanakan selama satu semester untuk memastikan intervensi berjalan optimal dan memberikan dampak yang terukur terhadap variabel terikat.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi tahun akademik 2025/2026. Sampel ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria: mahasiswa semester lima, mengikuti mata kuliah praktik olahraga, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Dua kelas dipilih sebagai kelompok eksperimen dan kontrol dengan jumlah total 70 mahasiswa. Teknik *purposive sampling* digunakan karena

mempertimbangkan kesesuaian karakteristik responden dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2017). Penetapan kelompok dilakukan berdasarkan kelas yang telah ada untuk menjaga keutuhan proses pembelajaran. Karakteristik demografis seperti usia dan pengalaman olahraga dicatat untuk memastikan kesetaraan awal antara kedua kelompok sebelum perlakuan diberikan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner Positive Youth Development (PYD) yang mengacu pada model 6C (*competence, confidence, connection, character, caring, contribution*). Instrumen yang digunakan merupakan adaptasi dari *Positive Youth Development Sustainability Scale* (PYDSS) dengan skala Likert 1–5 dan telah diuji validitas serta reliabilitasnya (Sieng et al., 2018). Selain itu, lembar observasi digunakan untuk memastikan implementasi komponen inti *Sport Education Model* berjalan sesuai prosedur. Observasi dilakukan oleh dua observer terlatih guna menjaga objektivitas. *Pre-test* diberikan sebelum intervensi, sedangkan *post-test* dilakukan setelah satu semester pembelajaran. Prosedur ini memungkinkan pengukuran perubahan skor PYD secara sistematis dan terstandar.

Prosedur penelitian terdiri dari empat tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan intervensi, pengumpulan data, dan analisis. Pada tahap persiapan dilakukan penyusunan perangkat pembelajaran berbasis SEM serta uji coba instrumen. Tahap pelaksanaan mencakup penerapan musim kompetisi, pembagian peran formal, dan evaluasi tim sesuai prinsip *Sport Education* (Hastie & Wallhead, 2016). Kelompok kontrol menjalani pembelajaran konvensional tanpa struktur musim. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Seluruh proses dikontrol untuk meminimalkan bias perlakuan dan menjaga konsistensi antar pertemuan. Dokumentasi dan monitoring rutin dilakukan untuk memastikan *treatment fidelity*.

Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan rata-rata dan standar deviasi skor PYD.

Uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov) dan homogenitas (Levene's test) dilakukan sebelum pengujian hipotesis. Perbedaan skor pre-test dan post-test dalam kelompok dianalisis menggunakan paired-sample t-test, sedangkan perbandingan antar kelompok dianalisis dengan independent-sample t-test. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$. Penggunaan uji t sesuai untuk membandingkan dua kelompok independen dalam penelitian eksperimen pendidikan (Akpan & Clark, 2023). Hasil analisis digunakan untuk menentukan efektivitas *Sport Education Model* dalam meningkatkan PYD mahasiswa.

HASIL

Penelitian ini dianalisis menggunakan aplikasi **SPSS versi 27** untuk memastikan pengolahan data dilakukan secara sistematis, objektif, dan terukur. Analisis dilakukan melalui dua tahapan utama, yaitu statistik deskriptif dan statistik inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data berupa nilai minimum, maksimum, rata-rata (mean), dan standar deviasi dari skor pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Sementara itu, statistik inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian terkait efektivitas Sport Education Model dalam meningkatkan Positive Youth Development (PYD) mahasiswa Pendidikan Olahraga.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis statistik, yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, sedangkan uji homogenitas digunakan untuk memastikan kesamaan varians antar kelompok. Setelah prasyarat terpenuhi, analisis dilanjutkan dengan uji paired sample t-test untuk melihat perbedaan dalam masing-masing kelompok, serta uji independent sample *t-test* untuk membandingkan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Tabel 1. Hasil Analisis Statistik deskriptif
Descriptive Statistics

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
---	---------	---------	------	----------------

Pre-test Eksperimen	34	70	85	77.68	4.312
Post-test Eksperimen	34	81	103	90.65	5.624
Pre-test Kontrol	36	70	85	77.50	4.718
Post-test Kontrol	36	74	93	82.50	5.480
Valid N (listwise)	34				

Berdasarkan Tabel 1, jumlah sampel pada kelompok eksperimen sebanyak 34 mahasiswa dan kelompok kontrol sebanyak 36 mahasiswa. Pada kelompok eksperimen, nilai rata-rata pre-test sebesar 77,68 dengan standar deviasi 4,312, sedangkan rata-rata post-test meningkat menjadi 90,65 dengan standar deviasi 5,624. Nilai minimum dan maksimum pre-test berada pada rentang 70–85, sementara post-test berada pada rentang 81–103. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan skor yang cukup signifikan setelah penerapan pembelajaran berbasis Sport Education Model.

Pada kelompok kontrol, rata-rata pre-test sebesar 77,50 dengan standar deviasi 4,718, sedangkan rata-rata post-test meningkat menjadi 82,50 dengan standar deviasi 5,480. Rentang nilai pre-test adalah 70–85 dan post-test 74–93. Meskipun terjadi peningkatan pada kelompok kontrol, selisih peningkatan tidak sebesar kelompok eksperimen. Secara deskriptif, data ini menunjukkan bahwa peningkatan PYD lebih tinggi pada kelompok yang mendapatkan perlakuan *Sport Education Model* dibandingkan pembelajaran konvensional.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas
Tests of Normality

Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	
Hasil Belajar Mahasiswa	Pre-Tes Eksperimen (PYD)	.150	34	.051	.954	34	.166
	Post-Tes Eksperimen (PYD)	.163	34	.022	.940	34	.061
	Pre-Test Kontrol (Konvensional)	.132	36	.115	.938	36	.043
	Post-Test Kontrol (Konvensional)	.155	36	.028	.946	36	.080

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi pre-test eksperimen sebesar 0,051 ($>0,05$), sehingga data berdistribusi normal. Namun, post-test eksperimen memiliki nilai signifikansi 0,022 ($<0,05$), yang mengindikasikan sedikit penyimpangan dari normalitas. Pada kelompok kontrol, nilai signifikansi pre-test sebesar 0,115 ($>0,05$), sedangkan post-test sebesar 0,028 ($<0,05$).

Meskipun terdapat beberapa nilai yang berada di bawah 0,05 pada Kolmogorov-Smirnov, hasil uji Shapiro-Wilk menunjukkan sebagian besar nilai signifikansi mendekati atau di atas 0,05. Mengingat jumlah sampel lebih dari 30 orang pada masing-masing kelompok, maka berdasarkan Teorema Limit Pusat, distribusi data dapat diasumsikan mendekati normal. Dengan demikian, analisis parametrik tetap dapat digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample T Tes

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre-test Eksperimen - Post-test Eksperimen	-12.971	3.943	.676	-14.346	-11.595	-19.183	33	.001
Pair 2	Pre-test Kontrol – Post-test Kontrol	-5.000	2.028	.338	-5.686	-4.314	-14.790	35	.001

Berdasarkan Tabel 3, pada kelompok eksperimen diperoleh nilai $t = -19,183$ dengan signifikansi $0,001 (<0,05)$. Selisih rata-rata antara pre-test dan post-test sebesar $-12,971$ menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan setelah penerapan Sport Education Model. Interval kepercayaan 95% ($-14,346$ sampai $-11,595$) tidak melewati angka nol, yang semakin menguatkan adanya perbedaan signifikan.

Pada kelompok kontrol, diperoleh nilai $t = -14,790$ dengan signifikansi $0,001 (<0,05)$ dan selisih rata-rata sebesar $-5,000$. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat peningkatan pada kelompok kontrol, besarnya peningkatan jauh lebih kecil dibandingkan kelompok eksperimen. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peningkatan dalam kelompok eksperimen lebih kuat secara statistik.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas
 Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Belajar Mahasiswa	Based on Mean	.125	1	68	.725
	Based on Median	.294	1	68	.589
	Based on Median and with adjusted df	.294	1	59.542	.590
	Based on trimmed mean	.166	1	68	.685

Hasil uji homogenitas menggunakan Levene's Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,725 ($>0,05$) berdasarkan mean. Nilai ini menunjukkan bahwa varians antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah homogen atau sama. Hasil ini diperkuat oleh nilai signifikansi pada median dan trimmed mean yang seluruhnya di atas 0,05.

Dengan terpenuhinya asumsi homogenitas varians, maka analisis independent sample t-test dapat dilakukan menggunakan asumsi equal variances assumed. Artinya, perbandingan rata-rata antar kelompok dapat dilakukan secara sah dan memenuhi syarat analisis parametrik.

Tabel 5. Hasil Uji Independen Sample t-test
 Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Belajar Mahasiswa	Equal variances assumed	.125	.725	6.138	68	.001	8.147	1.327	5.498	10.796
	Equal variances not assumed			6.133	67.524	.001	8.147	1.328	5.496	10.798

Berdasarkan Tabel 5, hasil *independent sample t-test* menunjukkan nilai $t = 6,138$ dengan signifikansi 0,001 ($<0,05$) pada asumsi equal variances assumed. Selisih rata-rata (mean difference) sebesar 8,147 menunjukkan bahwa skor post-test kelompok eksperimen secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Interval kepercayaan 95% (5,498 sampai 10,796) tidak melewati nol, yang menegaskan adanya perbedaan yang nyata.

Karena nilai signifikansi *Levene's Test* sebesar 0,725 ($>0,05$), maka hasil yang digunakan adalah baris *equal variances assumed*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa *Sport Education Model* efektif dalam meningkatkan *Positive Youth Development* mahasiswa Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi dibandingkan pembelajaran konvensional.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Sport Education Model* (SEM) secara signifikan meningkatkan skor *Positive Youth Development* (PYD) mahasiswa dibandingkan pembelajaran konvensional. Peningkatan rata-rata yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen mengindikasikan bahwa struktur pembelajaran berbasis musim, peran formal, dan kompetisi terorganisir mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna. Secara teoritis, SEM dirancang untuk membangun kompetensi, literasi olahraga, dan antusiasme melalui pengalaman autentik dalam tim (Siedentop, 1994). Selain itu, model ini memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengambil tanggung jawab sosial dan kepemimpinan, yang secara langsung berkaitan dengan penguatan dimensi karakter dan kontribusi dalam PYD (Hastie & Wallhead, 2016). Temuan ini menguatkan asumsi bahwa pembelajaran olahraga tidak hanya berorientasi pada keterampilan teknis, tetapi juga berperan dalam pembentukan karakter dan perkembangan sosial mahasiswa.

Secara deskriptif, peningkatan skor pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa SEM mampu mendorong perkembangan aspek competence dan confidence secara signifikan. Kompetensi berkembang karena mahasiswa terlibat aktif dalam praktik berulang selama satu musim kompetisi, sedangkan kepercayaan diri tumbuh melalui pengalaman peran dan pengakuan sosial dalam tim. Konsep ini sejalan dengan teori Positive Youth Development yang menekankan pentingnya pengembangan kapasitas individu melalui pengalaman positif yang terstruktur (Lerner et al., 2005). Selain itu, pendekatan pembelajaran yang memberikan otonomi dan tanggung jawab kepada peserta didik terbukti meningkatkan motivasi intrinsik serta efikasi diri (Deci & Ryan, 2000; Ramandha & Laili, 2025). Dengan demikian, SEM menyediakan lingkungan pembelajaran yang mendukung penguatan dimensi internal mahasiswa secara simultan.

Hasil uji paired sample t-test menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami peningkatan, namun besarnya peningkatan pada kelompok eksperimen jauh lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun

pembelajaran konvensional tetap memberikan efek positif, struktur SEM lebih efektif dalam memfasilitasi perkembangan multidimensional mahasiswa. Dalam kerangka teori konstruktivisme sosial, pembelajaran yang melibatkan interaksi kolaboratif dalam tim dapat memperkaya pengalaman belajar dan memperkuat pemahaman social (Dewi & Fauziati, 2021). Lebih lanjut, pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) memungkinkan peserta didik belajar melalui refleksi atas praktik nyata (Suleman, 2024). Oleh karena itu, keunggulan SEM dibandingkan pembelajaran konvensional dapat dijelaskan melalui integrasi antara interaksi sosial, refleksi pengalaman, dan keterlibatan aktif mahasiswa.

Uji independent sample t-test mengonfirmasi adanya perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol pada skor post-test. Hal ini memperlihatkan bahwa SEM tidak hanya meningkatkan skor secara internal dalam kelompok, tetapi juga memberikan dampak yang berbeda secara komparatif. Prinsip utama SEM yang menekankan *season affiliation* dan peran formal memungkinkan mahasiswa merasakan kepemilikan terhadap proses belajar (Siedentop, 1994). Selain itu, keterlibatan dalam kompetisi yang terstruktur memberikan pengalaman sosial yang memperkuat *connection* dan *caring* dalam kerangka PYD (Holt et al., 2020). Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat literatur yang menyatakan bahwa pendekatan pedagogis inovatif lebih efektif dalam membentuk karakter dan keterampilan sosial dibandingkan pendekatan tradisional.

Dari perspektif pengembangan pendidikan tinggi, temuan ini memiliki implikasi strategis bagi program studi Pendidikan Olahraga. Pendidikan jasmani di perguruan tinggi seharusnya tidak hanya berorientasi pada penguasaan teknik, tetapi juga berfungsi sebagai wahana pengembangan karakter dan kepemimpinan mahasiswa. Konsep *holistic education* menekankan pentingnya integrasi aspek kognitif, afektif, dan sosial dalam proses pembelajaran (Chi et al., 2023). Selain itu, *sport-based youth development framework* menegaskan bahwa olahraga dapat menjadi medium efektif untuk membangun nilai, empati, dan tanggung jawab sosial

jika dirancang secara sistematis (Coalter, 2010). Oleh karena itu, penerapan SEM dapat menjadi strategi inovatif dalam mendukung tujuan pendidikan yang lebih komprehensif.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi empiris terhadap penguatan literatur mengenai efektivitas Sport Education Model dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia. Kebaruan penelitian terletak pada pengujian SEM dalam meningkatkan PYD mahasiswa, bukan hanya keterampilan motorik atau performa olahraga. Hal ini memperluas cakupan penelitian sebelumnya yang lebih banyak berfokus pada aspek teknis olahraga (Hastie & Wallhead, 2016). Selain itu, pendekatan PYD sebagai variabel terikat memberikan perspektif baru dalam evaluasi pembelajaran olahraga di perguruan tinggi (Andriani et al., 2024; Juhrocin, 2024; Lerner et al., 2005). Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa SEM merupakan pendekatan pedagogis yang efektif dan relevan dalam mendukung pengembangan mahasiswa secara menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan Sport Education Model (SEM) efektif dalam meningkatkan Positive Youth Development (PYD) mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Jambi. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan signifikan skor pre-test ke post-test pada kelompok eksperimen serta perbedaan yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Peningkatan tersebut mencerminkan berkembangnya dimensi competence, confidence, connection, character, caring, dan contribution secara lebih optimal melalui pembelajaran berbasis musim, peran formal, dan kompetisi terstruktur. Meskipun pembelajaran konvensional juga menunjukkan peningkatan, besarnya efek yang dihasilkan SEM jauh lebih tinggi. Dengan demikian, SEM dapat direkomendasikan sebagai pendekatan pedagogis inovatif yang tidak hanya meningkatkan keterampilan olahraga, tetapi juga mendukung pengembangan karakter dan sosial mahasiswa secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akpan, E. E., & Clark, L. J. (2023). Independent T-test statistics: It's relevance in educational research. *Int. J. Eminent Sch*, *10*, 79–88.
- Almeida, L., Dias, T., Corte-Real, N., Menezes, I., & Fonseca, A. (2025). Positive youth development through sport and physical education: a systematic review of empirical research conducted with grade 5 to 12 children and youth. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *30*(3), 282–308.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2230208>
- Andriani, R. F., Risyanto, A., Rudiana, R. D. P., & Haris, I. N. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Sport Education Model (SEM) Terhadap Peningkatan Positive Youth Development (PYD) Siswa Kelas VIII di SMPN 2 Subang. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, *10*(2), 146–154.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35569/biormatika.v10i2.2009>
- Aprelyani, S. (2025). Peran Sport Education dalam Mengembangkan Kedisiplinan, Kepemimpinan dan Karakter Siswa. *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara*, *3*(2), 62–69.
<https://doi.org/https://doi.org/10.38035/jpsn.v3i2.364>
- Araújo, R., Delgado, M., Azevedo, E., & Mesquita, I. (2020). Students'tactical Understanding During A Hybrid Sport Education/Step-Game Approach Model Volleyball Teaching Unit. *Movimento*, *26*, e26042. <https://doi.org/https://doi.org/10.22456/1982-8918.97764>
- Benson, P. L., Scales, P. C., & Syvertsen, A. K. (2011). The contribution of the developmental assets framework to positive youth development theory and practice. *Advances in Child Development and Behavior*, *41*, 197–230. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-386492-5.00008-7>
- Bruner, M. W., McLaren, C. D., Sutcliffe, J. T., Gardner, L. A., Lubans, D. R., Smith, J. J., & Vella, S. A. (2023). The effect of sport-based interventions on positive youth development: A systematic review and meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *16*(1), 368–395.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1875496>
- Casey, A., & Kirk, D. (2020). *Models-based practice in physical education*. Routledge.
- Chi, C., Jiang, Y., Hua, S., & Huang, B. (2023). *The Holistic Curriculum*. JSTOR.
- Coalter, F. (2010). The politics of sport-for-development: Limited focus programmes and broad gauge problems? *International Review for the Sociology of Sport*, *45*(3), 295–314.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1012690210366791>
- Colomer, J., Cañabate, D., Stanikūnienė, B., & Bubnys, R. (2021). Formulating modes of cooperative learning for education for sustainable development. In *Sustainability* (Vol. 13, Issue 6, p. 3465). MDPI. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su13063465>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). SAGE

Publications.

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dewi, L., & Fauziati, E. (2021). Pembelajaran tematik di sekolah dasar dalam pandangan teori konstruktivisme vygotsky. *Jurnal Papeda: Jurnal Publikasi Pendidikan Dasar*, 3(2), 163–174. <https://ejournal.unimudasorong.ac.id/index.php/jurnalpendidikandasar/article/view/1790>
- Franco, E., Tovar, C., González-Peño, A., & Coterón, J. (2021). Effects of a sport education model-based teaching intervention on students' behavioral and motivational outcomes within the physical education setting in the COVID-19 scenario. *Sustainability*, 13(22), 12468. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su132212468>
- Ginjar, S., Samsudin, & Rihatno, T. (2024). The Research Of Sport Education Model in Physical Education Program: A Systematic Literature Review. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 9(3), 769–785. <https://doi.org/10.33222/juara.v9i3.4197>
- Hastie, P. A., & Wallhead, T. (2016). Models-based practice in physical education: The case for sport education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 35(4), 390–399. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jtpe.2016-0092>
- Holt, N. L., Deal, C. J., & Pankow, K. (2020). Positive youth development through sport. *Handbook of Sport Psychology*, 429–446. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781119568124.ch20>
- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D., Strachan, L., & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 1–49. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1180704>
- Juhrodin, J. (2024). Pembelajaran Olahraga Tradisional Berbasis Life skills dalam Rangka Positive Youth Development (PYD). *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(1), 419–435. <https://doi.org/https://doi.org/10.37058/sport.v8i1.11474>
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Almerigi, J. B., Theokas, C., Phelps, E., Gestsdottir, S., Naudeau, S., Jelicic, H., Alberts, A., & Ma, L. (2005). Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: Findings from the first wave of the 4-H study of positive youth development. *The Journal of Early Adolescence*, 25(1), 17–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0272431604272>
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Lewin-Bizan, S., Bowers, E. P., Boyd, M. J., Mueller, M. K., Schmid, K. L., & Napolitano, C. M. (2011). Positive youth development: Processes, programs, and problematics. *Journal of Youth Development*, 6(3), 38–62.

- Li, S., Chen, L., Wu, Q., Xin, S., & Chen, Z. (2021). The behavior model of psychological contract between sports teachers and undergraduate students in China. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 28, 100300. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2021.100300>
- Manalu, R. B. B., Nainggolan, A. P., & Sitepu, B. M. (2023). Efektivitas Sport Education Model Terhadap Pengetahuan Permainan Sepak Bola Siswa Sd Negeri 7 Desa Saloan Dolok Kecamatan Ronggur Nihuta Samosir. *Jurnal Curere*, 7(2), 51–58. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36764/jc.v7i2.1207>
- Manninen, M., & Campbell, S. (2022). The effect of the Sport Education Model on basic needs, intrinsic motivation and prosocial attitudes: A systematic review and multilevel meta-analysis. *European Physical Education Review*, 28(1), 78–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1356336X211017938>
- Muhamad, N. S., Ma'rof, A. A., & Abdullah, H. (2024). The Impact of Positive Youth Development (5C) on the Wellbeing of Youth in Selangor, Malaysia. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 7(5), 1870–1881. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6007/IJARBS/v14-i8/22560>
- Organization, W. H. (2022). *Global status report on physical activity 2022: country profiles*. World Health Organization.
- Padua, D. (2020). Storytelling and the 'Educational mismatch'. Building 21st century Skills via Experience learning. *Italian Journal of Sociology of Education*, 12(2), 175–199. <https://ricerca.unistrapg.it/handle/20.500.12071/16887>
- Puluhulawa, M., & Korompot, S. (2025). Pengembangan Karakter Melalui Praktik Kepemimpinan Mahasiswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 6(1), 80–87. <https://doi.org/https://doi.org/10.37411/jgcj.v6i1.3621>
- Ramandha, J., & Laili, N. (2025). Self-Efficacy and Independent Learning in Students' Learning Motivation: Efikasi Diri dan Pembelajaran Mandiri dalam Motivasi Belajar Siswa. *Indonesian Journal of Education Methods Development*, 20(4), 10–21070. <https://doi.org/https://doi.org/10.21070/ijemd.v20i4.935>
- Siedentop, D. (1994). *Sport education: Quality PE through positive sport experiences*.
- Sieng, M., Cloutier, S., & Irimata, K. (2018). Positive youth development sustainability scale (pydss): The development of an assessment tool. *Journal of Sustainable Social Change*, 10(1), 7. <https://doi.org/https://doi.org/10.5590/JOSC.2018.10.1.07>
- Subowo, A., Khalehar, F., & Kamal, L. S. (2025). Membangun Motivasi dan Tanggung Jawab Sosial dalam Organisasi Mahasiswa Melalui Pembinaan Karakter. *Jurnal Abdi, Kreasi, Dan Inovasi Masyarakat*, 1(1), 47–54. <https://perspectivepublishing.org/index.php/jakim/article/view/18>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

- Suleman, M. A. (2024). Meningkatkan keterampilan komunikasi siswa melalui penerapan experiential learning. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(3), 1530–1538.
<https://doi.org/https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i3.1101>
- Telaumbanua, Y. A., Zebua, E. P., Telaumbanua, N. T. N., Mendrofa, D. R. C., Halawa, M. D., Lase, L., Mendrofa, E. J., Zai, T. T. A., Harefa, N., & Zebua, M. (2025). The 6 C's of Imaginative Play in Learning English to Develop Students' Character. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 28–43.
<https://doi.org/https://doi.org/10.53299/bajpm.v5i1.1233>
- Titih, N., Mahardhika, D. B., & Rahayu, E. T. (2023). Efektivitas Sport Education Model Dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli Terhadap Sikap Proaktif Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 12(1), 119–133.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31571/jpo.v12i1.5493>
- Wium, N., Ferrer-Wreder, L., Lansford, J. E., & Jensen, L. A. (2023). Positive youth development, mental health, and psychological well-being in diverse youth. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 14, p. 1152175). Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1152175>
- Zhang, J., Geok Soh, K., Bai, X., Mohd Anuar, M. A., & Xiao, W. (2024). Optimizing learning outcomes in physical education: A comprehensive systematic review of hybrid pedagogical models integrated with the Sport Education Model. *PloS One*, 19(12), e0311957.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311957>