



## Pengaruh pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan model TGFU terhadap disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang

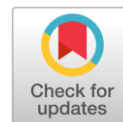
*The effect of physical education learning using the TGFU model on the self-discipline of MTS Al-Musyawah students, Lembang*

Shela Ginanjar<sup>1\*</sup>, Eva Julianti<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Universitas Negeri Jakarta, Indonesia, email: [shelaginanjar@unj.ac.id](mailto:shelaginanjar@unj.ac.id)

<sup>2</sup> Universitas Negeri Jakarta, Indonesia, email: [eyulianti@unj.ac.id](mailto:eyulianti@unj.ac.id)

\*Koresponden penulis



### Info Artikel

**Diajukan:** 22 Januari 2024

**Diterima:** 7 Maret 2024

**Diterbitkan:** 17 Maret 2024

**Keyword:**

Physical education, TGFU model, self-discipline.

**Kata Kunci:**

Pendidikan jasmani, model TGFU, disiplin diri.

### Abstract

*This study reveals the effect of the TGFU model on students' self-discipline at MTS Al-Musyawah, Lembang. This research is experimental research with a Quasi-Experiment design. The population in this study were MTS Al-Musyawah students, Lembang, totaling 312 students consisting of 13 classes. The sampling technique was the purposive sampling technique. The sample in this study amounted to 24 students of grade 7 A who studied with the TGFU model and 7 C who studied with the conventional model. The instrument used is the Self-Discipline Questionnaire from NEO-PI, which has a reliability of 0.85. The data analysis technique used the ANOVA test. The results showed an F value of 25.534 and sig. 0.000. This shows that well-planned and programmed physical education learning using the TGFU model provides more significant results in improving student self-discipline at MTS Al-Musyawah, Lembang.*

### Abstrak

Penelitian ini mengungkap pengaruh model TGFU terhadap disiplin diri siswa di MTS Al-Musyawah, Lembang. Penelitian ini adalah penelitian Eksperimen dengan desain Quasi-Eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MTS Al-Musyawah, Lembang yang berjumlah 312 siswa yang terdiri dari 13 kelas. Teknik pengambilan sampel adalah dengan teknik purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 24 siswa kelas 7 A yang belajar dengan model TGFU dan 7 C yang belajar dengan model konvensional. Instrumen yang digunakan adalah *Self-Discipline Questionnaire* dari NEO-PI yang memiliki reliabilitas 0.85. Teknik Analisis data menggunakan uji ANOVA. Hasil penelitian menunjukkan nilai F 25.534 dan sig. 0.000. Ini menunjukkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang terencana dan terprogram dengan baik menggunakan model TGFU, memberikan hasil yang lebih signifikan terhadap peningkatan disiplin diri siswa di MTS Al-Musyawah, Lembang.

## PENDAHULUAN

Di lingkungan sekolah terdapat peraturan dan tata tertib yang harus ditaati oleh setiap siswa. Termasuk dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani



dimana guru selalu menerapkan sikap disiplin kepada para peserta didiknya. Begitu juga keadaan yang terjadi di MTS Al-Musyawah, Lembang dimana proses pembinaan sikap disiplin ini juga turut dilaksanakan oleh guru pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani di MTS Al-Musyawah, Lembang dalam menerapkan sikap disiplin didalam diri siswa ini biasanya menggunakan gaya otoriter. Pembentukan sikap disiplin dengan gaya otoriter ini membuat sebagian siswa tetap saja membangkang karena dipandang tidak sesuai dengan diri mereka. Dalam kondisi tertentu Guru pendidikan jasmani juga menggunakan rasa takut agar siswa mau mengikuti peraturan dan tata tertib yang ada. Dampaknya adalah masih saja terdapat siswa yang bolos dan sering melakukan tindakan seperti atribut kurang lengkap, terlambat datang ke sekolah, tidak mengerjakan tugas, tidak hadir ke sekolah, membolos, keluar masuk kelas, dan berkelahi (Fiara, 2019). Selain itu permasalahan lainnya turut muncul dimana guru menjadi terbiasa menggunakan gaya gaya otoriter atau konvensional dalam pembelajaran pendidikan jasmaninya. Keadaan ini membuat siswa menjadi malas untuk belajar pendidikan jasmani dan kenakalan lainnya.

Kondisi ini membuat pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menjadi membosankan dan permasalahan sikap disiplin diri siswa tetap saja terjadi. Perlu disadari bahwa faktor penyebab perilaku tidak disiplin siswa adalah karena tidak tersedianya lingkungan belajar yang mendukung siswa belajar dengan baik (Fiara, 2019). Lebih lanjut turut diungkap juga bahwa rendahnya kondisi fisik dan rendahnya kualitas lingkungan belajar dan sosial di sekolah menjadi penyebab tingginya sikap tidak disiplin dalam diri siswa (Dinata, 2023). Salah satu solusi yang bisa digunakan oleh guru pendidikan jasmani adalah dengan menggunakan model *Teaching Game for Understanding* atau TGFU dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Penggunaan model TGFU ini dipandang mampu membuat siswa mendapatkan peningkatan keterampilan permainan, memahami kesadaran taktis terkait performa permainan yang baik (Pan et al., 2023). Kondisi ini jelas tidak akan didapatkan oleh siswa yang belajar dengan model konvensional. Maka guru pendidikan jasmani dan pihak MTS Al-Musyawah harus mampu memahami

bahwa siswa harus diberikan situasi yang nyaman ketika belajar, khususnya belajar pendidikan jasmani. Dalam model TGFU, proses pembiasaan disiplinnya muncul ketika siswa diberikan kebebasan yang bertanggung jawab dari guru untuk mampu memaknai pembelajaran dan terbiasa mengikuti peraturan pembelajaran yang dilakukan. Kondisi pembelajaran yang menyenangkan dengan siswa bertanggung jawab atas segala kegiatan yang dilakukan bisa jadi salah satu solusi untuk mengajarkan kedisiplinan dalam diri agar lebih bermakna. Karena ketika siswa belajar dalam kondisi yang menyenangkan biasanya hal itu akan melekat lama dan cenderung memberikan kesan yang baik dalam diri siswa. Dalam aplikasinya jelas hal ini diperlukan pembiasaan di awal dan kontrol yang melekat dari guru ketika penggunaan model TGFU ini.

Model TGFU ini telah berkembang cukup pesat, pertama kali diperkenalkan sebagai alternatif dari pembelajaran tradisional (Bunker & Thorpe, 1982) dan telah berkembang pesat untuk digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah (Allison, 1996; Oslin & Mitchell, 2006; Griffin et al, 1997; Metzler & Colquitt, 2021). Penelitian terdahulu terkait penggunaan model TGFU telah banyak dilakukan dewasa ini. Seperti bagaimana TGFU ini memberikan peningkatan terhadap pengetahuan dan performa dan keterampilan siswa (Arias-Estero et al., 2020; Stephanou et al., 2020), pengetahuan permainan (Harvey et al., 2020), motivasi belajar siswa (Gaspar et al., 2021), dan kebugaran jasmani (Cocca et al., 2020). Tetapi penulis belum menemukan bagaimana TGFU ini diteliti untuk digunakan dalam konteks meningkatkan disiplin diri siswa.

Melalui penggunaan TGFU dalam pembelajaran pendidikan jasmani ini diharapkan mampu membuat siswa merasa nyaman serta bagi guru dapat memanfaatkannya guna membina dan meningkatkan sikap disiplin diri siswa. Selain itu penggunaan TGFU dalam konteks pembelajaran di lingkup MTS atau MI ini masih dipandang sebagai sesuatu model pembelajaran yang baru. Kondisi ini terjadi karena dalam pelaksanaan pembelajarannya masih menggunakan model konvensional dengan gaya ceramah dan otoriter yang berpusat pada guru. Tujuannya sudah jelas melalui pembiasaan-pembiasaan dan pembelajaran

menyenangkan selama proses pembelajaran pendidikan jasmani ini diharapkan mampu meningkatkan kenyamanan dan merubah sikap disiplin diri siswa ke arah yang positif. Pembelajaran pendidikan jasmani yang terencana dengan baik menggunakan TGFU ini diharapkan turut membina karakter siswa sesuai dengan tujuan Kurikulum Merdeka Belajar dan terbentuknya karakter unggul di masa yang akan datang.

## **METODE**

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan metode *Quasi-Eksperimen* (Creswell, 2018). Penelitian ini dilaksanakan selama pada periode Januari - Februari 2024 yang berlokasi di MTS Al-Musyawaharah Lembang, Jl. Barujak No.149, Lembang, Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MTS Al-Musyawaharah Lembang sebanyak 312 siswa. Sampel ditarik menggunakan *purposive sampling* (Creswell, 2018) sehingga ditentukan bahwa kelas 7A dan 7C masing-masing berjumlah 24 orang siswa yang menjadi sampel penelitiannya. Dasar penentuan kelas ini adalah dari pandangan dan saran dari pihak Sekolah dan Guru Pendidikan Jasmani bahwa kelas 7A dan 7C ini seringkali siswanya selalu terlibat masalah disiplin di sekolah. Secara khusus memang kelas 7A ini yang dianggap paling banyak pelanggaran disiplinnya.

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan seminggu dua kali yaitu hari Senin & Kamis untuk siswa 7A yang belajar dengan model TGFU serta hari Rabu & Jumat bagi siswa 7C yang belajar dengan model konvensional. Pembelajaran yang diberikan adalah permainan sepak bola dengan durasi 2 x 45 menit. Instrumen yang digunakan adalah *Self-Discipline Questionnaire* dari the *NEO-PI (2024)* yang mempunyai reliabilitas 0.85. Adapun Analisis data adalah dengan melaksanakan Uji Normalitas dan Homogenitas sebagai prasyarat, setelah itu dilanjutkan dengan melaksanakan Uji ANOVA.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

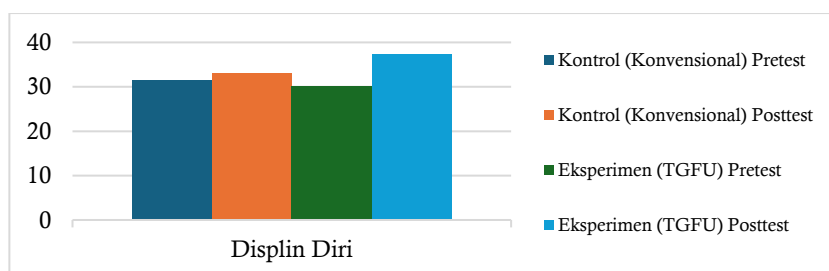
### Hasil

Berdasarkan hasil dan pengolahan data diperoleh data bahwa sebanyak 24 siswa di kelomok kontrol berusia  $\pm 16,54$  tahun dan kelompok eksperimen berusia  $\pm 16,46$  tahun. Setelah dilakukan proses penelitian, maka penulis akan menyajikan hasil penelitian yang dapat dilihat pada Tabel.1 tentang hasil disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah Lembang.

Tabel 1. Hasil Disiplin Diri Siswa MTS Al-Musyawah, Lembang

Disiplin Diri	Grup			
	Kontrol (Konvensional) Pretest	Kontrol (Konvensional) Posttest	Eksperimen (TGFU) Pretest	Eksperimen (TGFU) Posttest
Jumlah	754	791	721	896

Berdasarkan [Tabel 1](#) mengenai hasil disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang diperoleh data bahwa untuk data kelompok Kontrol (Konvensional) iPretest diperoleh jumlah sebesar 754, sedangkan data kelompok Kontrol (Konvensional) Posttest diperoleh jumlah sebesar 791. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan model konvensional menunjukkan adanya peningkatan sikap disiplin diri siswa. Sementara itu untuk Eksperimen (TGFU) Pretest diperoleh jumlah sebesar 721, sedangkan Eksperimen (TGFU) Posttest diperoleh jumlah sebesar 896. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan model TGFU menunjukkan adanya peningkatan sikap disiplin diri siswa. Gambaran deskripsi data pada [Tabel 1](#), maka disajikan [Gambar 1](#) Rerata Disiplin Diri Siswa MTS Al-Musyawah Lembang berikut.



Gambar 1. Rerata Disiplin Diri Siswa MTS Al-Musyawah, Lembang

Berdasarkan Gambar 1, mengenai rerata disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang, diketahui bahwa perolehan rata-rata sikap disiplin diri siswa yang belajar dengan model konvensional menunjukkan adanya peningkatan tetapi masih lebih baik hasilnya bila guru pendidikan jasmani menggunakan model TGFU. Hasil pada Gambar 1, menunjukkan bahwa bila siswa belajar dengan model TGFU akan memperoleh peningkatan sikap disiplin diri yang signifikan.

Pada tahap berikutnya akan dilakukan uji prasyarat yaitu Uji Normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov Test* dan Uji Homogenitas menggunakan *Lavene Test*. Pengujian ini diperlukan untuk melihat kondisi data sebelum dilakukan pengujian lebih lanjut. Adapun Uji Normalitas dan Uji Homogenitas ini dapat dilihat pada Tabel 2. Mengenai hasil uji prasyarat pengolahan data disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang.

Tabel 2. Hasil Uji Prasyarat Pengolahan data Disiplin Diri Siswa MTS Al-Musyawah, Lembang

Pengujian	Normalitas ( <i>Kolmogorov Smirnov</i> )	Sig.	Keterangan
Kontrol (Konvensional) <i>Pretest</i>	0.143	0.200	Normal
Kontrol (Konvensional) <i>Posttest</i>	0.111	0.200	Normal
Eksperimen (TGFU) <i>Pretest</i>	0.132	0.200	Normal
Eksperimen (TGFU) <i>Posttest</i>	0.071	0.200	Normal
Pengujian	Homogenitas ( <i>Lavene</i> )	Sig.	Keterangan
Kontrol >> Eksperimen	5.589	0.022	Homogen

Berdasarkan Tabel 2 mengenai uji normalitas hasil disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang diperoleh hasil bahwa siswa yang belajar dengan model konvensional serta siswa yang belajar dengan model TGFU ini menunjukkan sebaran data yang normal. Karena data berdistribusi normal maka uji selanjutnya yaitu homogenitas bisa dilakukan. Hasil uji homogenitas hasil disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang diperoleh nilai statistik 5.589 dan sig. 0.022 (Homogen). Hal ini berarti semua data berada dalam kondisi yang homogen. Karena semua uji prasyarat telah terpenuhi, dimana semua data berdistribusi normal dan homogen, maka penulis akan melanjutkannya untuk diolah menggunakan Uji ANOVA. Adapun hasilnya dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji ANOVA Displin Diri Siswa MTS Al-Musyawah, Lembang

<b>Pengujian</b>	<b>ANOVA (F)</b>	<b>Sig.</b>
Kontrol >< Eksperimen	25.534	0.000

Berdasarkan [Tabel 3](#) mengenai Uji ANOVA disiplin diri siswa MTS Al-Musyawah, Lembang diperoleh data bahwa hasilnya diperoleh nilai F 25.534 dan sig. 0.000. Hal ini berarti bahwa pembelajaran pendidikan jasmani di MTS Al-Musyawah, Lembang yang dilaksanakan menggunakan model TGFU memberikan pengaruh positif terhadap disiplin diri siswa dan lebih baik bila dibandingkan dengan model konvensional.

### **Pembahasan**

Pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan model konvensional lebih menekankan kepada penguasaan teknik terlebih dahulu sebelum ke permainan yang sesungguhnya. Untuk menguasai teknik tersebut dilakukan pengulangan dalam proses pembelajarannya dan tentu hal ini membuat siswa merasa cemas ketika melihat temannya yang berhasil menguasai teknik dengan cepat serta siswa merasa jenuh selama proses pembelajaran ([Punte-Maxera et al., 2021](#)). Kondisi cemas ini juga yang membuat siswa kurang mampu terbiasa dengan peraturan-peraturan yang ada selama pembelajaran. Sebagai contoh terlihat bahwa siswa yang belajar dengan model konvensional ini beberapa orang sering menyerobot siswa lainnya ketika mempelajari materi umpan jauh. Karena kondisi cemas dan berada dibawah tekanan ini membuat siswa atas nama Fanji kurang disiplin dan ketika melakukan materi cenderung tergesa-gesa untuk cepat beres dan beristirahat sehingga umpan jauhnya hasilnya kurang baik. Keadaan ini terjadi karena pendekatan konvensional bukan cara terbaik untuk meningkatkan disiplin diri dan harus mulai berfikir kembali untuk menggunakan model konvensional dalam pembelajarannya ([Enriquez & Oliver, 2021](#)). Proses pembelajaran yang seperti ini terjadi karena guru terlalu banyak memberikan pengarahan atau ceramah dalam pembelajarannya. Selain itu faktor

lainnya perlu dipahami bahwa untuk penanaman disiplin diri ini tidak akan begitu efektif bila siswa selalu belajar dalam keadaan tertekan dan menjenuhkan serta ingin cepat menyelesaikannya karena pembelajarannya tidak menyenangkan.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan model TGFU ini terlihat siswa dapat belajar dengan baik. Situasi pembelajarannya yang dimulai dengan permainan sederhana mampu membuat siswa memahami konsep dasar materi yang diberikan. Sebagaimana diungkap oleh Bunga (siswa perempuan) ketika belajar umpan jauh. Bunga mengungkapkan bahwa “Belajar umpan balik dengan gaya seperti ini (TGFU) membuat saya lebih rileks tetapi mampu memahami materi dengan cepat. Selain itu saya juga diberikan keleluasaan untuk mengeksplorasi lebih lanjut karena teman-teman saya juga membantu bila terdapat kesulitan. Hal ini membuat saya bersemangat belajar sekalipun terdapat kesulitan”.

Kondisi yang dialami Bunga selama belajar pendidikan jasmani ini sejalan dengan pandangan bahwa TGFU model mampu memberikan peningkatan pengetahuan dan keterampilan (Arias-Estero et al., 2020; Stephanou et al., 2020) serta membuat siswa termotivasi untuk belajar (Gaspar et al., 2021). Kondisi ini bisa dimanfaatkan oleh guru pendidikan jasmani untuk menanamkan sikap disiplin dari siswa, misalnya dengan memberikan instruksi kepada siswa untuk terbiasa menyiapkan peralatan belajarnya sendiri dan setelah selesai merapikannya seperti semula. Berangkat dari hal kecil seperti ini juga membuat siswa menjadi lebih tertib dan dampaknya ketika pembelajaran tidak terlihat siswa yang menyerobot giliran dari temannya untuk belajar. Perlahan siswa juga memperlihatkan sikap disiplin yang tinggi terutama ketika diarahkan dalam permainan sesungguhnya, setiap tim bekerja sama dengan baik dalam permainan sepak bola yang sesungguhnya. Kondisi ini membuat siswa yang belajar pendidikan jasmani melalui model TGFU pengetahuan dan permainannya meningkat (Harvey et al., 2020). Selain itu siswa juga siswa terlihat bermain sepakbola dengan penuh konsentrasi, ini membuat proses belajar menjadi lebih mudah (Pan et al., 2023) karena kondisi emosi siswa



yang positif. Dalam permainan juga Hamdi yang turut mengungkap bahwa “Saya merasa dengan belajar dengan permainan (TGFU) ini mengajarkan kami banyak hal, terutama dalam bersikap seperti taat aturan, disiplin setiap saat, bertanggung jawab pada diri sendiri tetapi dengan cara yang menyenangkan dan membuat kami (siswa) termotivasi untuk belajar dengan baik”. Bahkan tidak jarang terlihat siswa menambah porsi latihannya sendiri dengan bersama temannya. Kondisi ini jelas tidak akan terlihat ketika guru pendidikan jasmani menggunakan model konvensional dalam pembelajarannya.

Perubahan dari sikap siswa yang terlibat dalam pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan model TGFU ini turut diungkap oleh salah satu Guru yaitu Bapak Senrico. Beliau mengatakan bahwa “Selama pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan model TGFU ini siswa mencerminkan sikap disiplin diri yang tinggi seperti tidak pernah telat masuk ke sekolah dan berpakaian rapih”. Adanya perubahan ini terjadi karena selama pembelajarannya siswa dibiasakan untuk tertib dan disiplin. Ketika guru pendidikan jasmani menggunakan model TGFU ini maka dengan sendirinya timbul kesadaran diri yang tinggi untuk mematuhi peraturan yang ada dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Jelas ini membuat guru menjadi mudah untuk menanamkan perilaku disiplin yang positif tetapi dengan cara-cara yang menyenangkan pada diri siswa. Seperti ketika Daffa yang dihukum karena datang terlambat datang ke dalam kelas pendidikan jasmani. Guru menegur dan memberikan pengertian kepada siswa dan respon siswa itu menerima sekalipun diberikan hukuman oleh guru. Dalam hal ini Daffa menuturkan bahwa “Hal itu merupakan kesalahan saya karena datang terlambat, tetapi hukuman dari guru pendidikan jasmani ini membuat saya faham akan maksudnya agar saya terbiasa disiplin dan saya berjanji tidak mengulanginya lagi karena akan mengganggu proses belajar dari teman-teman saya”. Sikap Daffa ini yang berani mengakui kesalahan dan bertanggung jawab untuk tidak mengulanginya merupakan sebuah sikap yang patut dicontoh dan guru harus memberikan apresiasi.

Berkaca dari penjelasan diatas maka guru pendidikan jasmani di MTS Al-Musyawah, Lembang harus mulai menggunakan model TGFU di kelasnya. Keuntungan pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan model TGFU ini terbukti mampu meningkatkan kedisipinan siswa serta membuat siswa terampil dalam permainan sepakbola. Selain itu adanya peningkatan pemahaman dan kemampuan kognitif ini membuat adanya hasil yang maksimal dalam pembelajarannya, dimana siswa mengalami peningkatan dalam hal kognitif, afektif dan psikomotornya terutama pembinaan sikap disiplin diri yang positif.

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang terencana dan terprogram dengan baik menggunakan model TGFU, memberikan hasil yang lebih signifikan terhadap peningkatan disiplin diri siswa di MTS Al-Musyawah, Lembang. Guru pendidikan jasmani dan pihak sekolah dalam hal ini perlu menggaris bawahi bahwa sikap dan gaya otoriter yang terjadi dalam pembelajaran tidak akan membuat siswa menjadi disiplin. Ini dapat dilihat bahwa pembelajaran menggunakan Model TGFU memiliki perbedaan yang cukup signifikan bila dibandingkan dengan model konvensional. Lebih lanjut bagi pimpinan sekolah hendaknya memperbanyak kegiatan-kegiatan yang mampu memberikan manfaat untuk pembinaan karakter siswa di sekolah seperti pembelajaran menggunakan Model TPSR atau Model *Self-Regulated Learning*, karena lewat kedisiplinan diri yang tinggi siswa akan memperoleh fondasi mental yang kuat untuk kehidupannya di masa yang akan datang.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih saya sampaikan kepada Universitas Negeri Jakarta dan MTS Al-Musyawah, Lembang serta kepada pihak-pihak yang telah turut membantu lancarnya penelitian ini.

## **REFERENSI**

- Allison, D. (1996). *Two or three things I know for sure*. Penguin.
- Arias-Estero, J. L., Jaquero, P., Martínez-López, A. N., & Morales-Belando, M. T. (2020). Effects of two TGFU lessons period on game performance,

- knowledge and psychosocial variables in elementary physical education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph17103378>
- Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 5–8.
- Cocca, A., Baca, J. E. C., Cruz, G. H., & Cocca, M. (2020). Does a multiple-sport intervention based on the TGFU pedagogical model for physical education increase physical fitness in primary school children? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155532>
- Creswell, W. J. (2018). *Research Design Qualitative Quantitative and Mixed Methods Approaches* (Vol. 4).
- Dinata, A. (2023). Identifikasi Faktor Penyebab Siswa Tidak Disiplin Belajar di SMP Swasta PGRI 4 Kota Jambi. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 9263–9273.
- Enriquez, O. N., & Oliver, K. L. (2021). ‘The collision of two worlds’: when a teacher-centered facilitator meets a student-centered pedagogy. *Sport, Education and Society*, 26(5), 459–470. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1738374>
- Fiara, A. B. (2019). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Tidak Disiplin Pada Siswa Smp Negeri 3 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4.
- Gaspar, V., Gil-Arias, A., Del Villar, F., Práxedes, A., & Moreno, A. (2021). How tgfU influence on students’ motivational outcomes in physical education? A study in elementary school context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph18105407>
- Griffin, L.L., Mitchell, S.A., & Oslin, J.L. (1997). *Teaching sport concepts and skills*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Harvey, S., Gil-Arias, A., & Claver, F. (2020). Effects of teaching games for understanding on tactical knowledge development in middle school physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(3), 1369–1379. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.03189>
- Metzler, M., & Colquitt, G. T. (2021). *Instructional Models for Physical Education 4th Edition*. Scottsdale, AZ: Holcomb Hathaway.
- NEO-PI (2024). The Self-Discipline Scale from the International Personality Item Pool. Diakses pada tanggal 16 Maret 2024, <https://ipip.ori.org/newNEOKey.htm#Self-Discipline>
- Oslin, J., & Mitchell, S. (2006). Game-centered approaches to teaching physical education. In D. Kirk, D. Macdonald, & M. O’Sullivan (Eds.), *The handbook of physical education* (pp. 627–651). London: Sage Publications.
- Pan, Y. H., Huang, C. H., & Hsu, W. T. (2023). A comparison of the learning effects between TGfU-SE and TGfU on learning motivation, sport enjoyment, responsibility, and game performance in physical education. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1165064>

- Puente-Maxera, F., Méndez-Giménez, A., & de Ojeda, D. M. (2021). Physical activity levels during a Sport Education season of games from around the world. *European Physical Education Review*, 27(2), 240–257. <https://doi.org/10.1177/1356336X20939591>
- Stephanou, G., Stephanou, G., & Karamountzos, D. (2020). Enhancing Students' Metacognitive Knowledge, Metacognitive Regulation and Performance in Physical Education via TGFU. *Research in Psychology and Behavioral Sciences*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.12691/rpbs-8-1-1>