

Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Basket melalui Penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Ni Nyoman Sukarini*

SMP Negeri 4 Abiansemal

ARTICLE INFO

Article history:
Received 20 May 2020
Received in revised form
15 June 2020
Accepted 27 July 2020
Available online 29
August 2020

Kata Kunci:

Model Pembelajaran
Problem Based Learning,
Hasil Belajar.

Keywords:

Problem Based Learning
Learning Model, *Learning*
Outcomes.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII.C SMP Negeri 4 Abiansemal pada mata pelajaran PJOK dengan materi permainan bola basket, pada semester ganjil tahun pelajaran 2017/2018. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII.C semester Ganjil SMP Negeri 4 Abiansemal yang berjumlah 32 orang. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan dan terdiri atas: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, evaluasi, serta refleksi. Data mengenai hasil belajar siswa dikumpulkan melalui lembar observasi aktivitas belajar siswa dan asesmen mata pelajaran PJOK. Data yang telah dikumpulkan tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan belajar siswa. Adapun hasil yang dicapai dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah: 1). Hasil belajar pada siklus I nilai rata-rata = 72. Ketuntasan Belajar yang dicapai siswa = 72%, 3. Hasil belajar pada siklus II nilai rata-rata = 79. Ketuntasan belajar yang dicapai siswa = 100%. Berdasarkan data penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan model Pembelajaran

Problem Based Learning dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII.C SMP Negeri 4 Abiansemal dengan baik. Respon siswa sangat positif terhadap penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning*, karena siswa dapat berpartisipasi secara aktif dan suasana belajar sangat menyenangkan.

ABSTRACT

This study aims to improve the learning outcomes of class VII.C students of SMP Negeri 4 Abiansemal in PJOK subjects with basketball game material, in the odd semester of the 2017/2018 school year. The subjects of this study were students of class VII.C in the odd semester of SMP Negeri 4 Abiansemal, which consisted of 32 people. This research is a classroom action action conducted in two cycles. Each meeting consists of 2 times and consists of: planning, implementation, observation, evaluation, and reflection. Data regarding student learning outcomes were collected through observation sheets of student learning activities and assessment of PJOK subjects. The data that had been collected were analyzed using descriptive analysis. The results of this study indicate that the application of the Basic Learning Model of Learning Problems in learning PJOK can improve student learning. The results achieved in this Classroom Action Research are: 1). Learning outcomes in cycle I average value = 72. Completeness of learning achieved by students = 72%, 3. Learning outcomes in cycle II average value = 79. Completeness of learning achieved by students = 100%. Based on research data and discussion, it can be concluded that the Basic Learning Problem Learning model in PJOK learning can improve the learning outcomes of class VII.C students of SMP Negeri 4 Abiansemal well. Student responses are very positive to the application of the Problem Based Learning learning model, because students can be active and the learning atmosphere is very pleasant.

Copyright © Universitas Pendidikan Ganesha. All rights reserved.

1. Pendahuluan

Sumber daya manusia yang bermutu hanya dapat diwujudkan dengan pendidikan yang bermutu. Pendidikan bermutu adalah pendidikan yang mampu mengembangkan potensi-potensi positif yang terpendam dalam diri siswa didik. Dengan pendidikan bermutu, pendidikan menghasilkan tenaga-tenaga muda potensial yang tangguh dan siap bersaing dalam masyarakat dunia. Oleh karena itu, upaya peningkatan mutu pendidikan merupakan hal yang tidak dapat ditawar lagi dalam rangka meningkatkan mutu sumber daya bangsa Indonesia (Widodo, 2015).

Untuk mencapai kualitas pendidikan yang diharapkan, diperlukan langkah-langkah yang antisipatif, kreatif, dan inovatif. Selain meningkatkan pelaksanaan dan pemantauan terhadap delapan standar nasional pendidikan, langkah yang dapat ditempuh di antaranya adalah dengan menciptakan lingkungan yang kondusif, iklim yang baik, budaya kerja yang baik, kepuasan kerja, dan motivasi dari pimpinan yang menjadi teladan bagi bawahannya. Kepala sekolah sebagai pemimpin hendaknya lebih memprioritaskan pada pengelolaan benda hidup, yaitu manusia, karena sekolah adalah pabrik Sumber Daya Manusia (SDM) yang memanusiakan manusia. Fokus pada manusia-manusia di sekolah ini berhubungan dengan kepemimpinan kepala sekolah (Andreas Harefa, 2001) (Djihadah, 2020).

Teori pendidikan merupakan landasan dan pijakan awal dalam pengembangan praktik pendidikan, misalnya pengembangan kurikulum, manajemen sekolah dan proses belajarmengajar. Kurikulum dan pembelajaran memiliki keterkaitan dengan teori pendidikan atau dalam penyusunan suatu kurikulum dan rencana pembelajaran ini mengacu pada teori pendidikan (Sholichah, 2018).

Pendidikan merupakan kegiatan yang kompleks, dan meliputi berbagai komponen yang berkaitan erat satu sama lain. Oleh sebab itu, apabila pendidikan ingin dilaksanakan secara terencana dan teratur, maka berbagai faktor yang terlibat dalam pendidikan harus dipahami terlebih dahulu. Berbagai komponen dalam sistem pendidikan, baik secara mikro maupun dalam kajian makro perlu dikenali secara mendalam sehingga komponen-komponen tersebut dapat difungsikan dan dikembangkan guna mengoptimalkan garapan pendidikan tersebut ke arah pencapaian tujuan pendidikan yang ditetapkan (Dinn Wahyudi dkk, 2006) (Sutrisno, 2016).

Pendidikan lebih dari sekedar pengajaran, yang dapat dikatakan sebagai suatu proses transfer ilmu, transformasi nilai, dan pembentukan kepribadian dengan segala aspek yang dicakupnya. Dengan demikian pengajaran lebih berorientasi pada pembentukan spesialis atau bidangbidang tertentu, oleh karena itu perhatian dan minatnya lebih bersifat teknis (Nurkholis, 2013).

Pendidikan Jasmani Olah raga dan Kesehatan (PJOK), merupakan salah satu pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang Pendidikan dasar, menengah bahkan pada perguruan tinggi. Tujuan Pendidikan jasmani yaitu untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat, (Sumber : Permendiknas No. 22 Tahun 2006 : 194). Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP), pada model silabus mata pelajaran Penjas di tingkat Pendidikan dasar (2006), dikemukakan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melihat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis memberikan pengalaman belajar untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. (Permendiknas No. 22 Tahun 2006 : 194).

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial) dan kebugaran jasmani bagi siswa.

Pembelajaran didesain untuk membelajarkan siswa, artinya siswa ditempatkan sebagai subjek belajar. Dengan kata lain, pembelajaran lebih berorientasi pada aktivitas siswa untuk memperoleh hasil belajar berupa perpaduan antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara proposional. Keaktifan siswa ada yang secara langsung dapat diamati dan ada yang tidak dapat diamati secara langsung, seperti mengerjakan tugas, berdiskusi, dan mengumpulkan data. Kadar keaktifan siswa tidak hanya ditentukan oleh aktivitas fisik semata, tetapi juga oleh aktivitas nonfisik seperti mental, intelektual, dan emosional. Oleh sebab itu, aktif atau tidaknya siswa dalam belajar hanya siswa sendiri yang mengetahui secara pasti (Widodo, 2013).

Kebugaran jasmani sangat penting dimiliki oleh para siswa agar dalam kehidupan sehari-hari dapat melaksanakan tugas dan beraktivitas dengan baik disekolah maupun dilingkungan masyarakat. Kebugaran jasmani siswa dipengaruhi oleh aktivitas sehari-hari, baik dilingkungan sekolah maupun diluar sekolah. Di sekolah kebugaran jasmani siswa dapat dipertahankan melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sedangkan diluar sekolah siswa dapat mengikuti kegiatan-kegiatan

olahraga baik ikut klub ataupun hanya berolahraga dengan teman sebaya. Bagi seorang pelajar kebugaran jasmani sangat penting untuk menjaga kesehatan dalam menunaikan tugas sehari-hari sebagai anak didik dalam meningkatkan kemampuan belajar dan prestasinya. Anak yang mempunyai kebugaran jasmani baik akan sanggup menerima ilmu pengetahuan yang disampaikan oleh guru dengan maksimal, sehingga diharapkan prestasi belajarnya bisa optimal. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, menambah pengetahuan, membiasakan perilaku hidup sehat dan aktif, serta sikap sportif.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang penting dari sistem pendidikan. Untuk mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan, maka pendidikan jasmani harus dilaksanakan dengan baik dan benar dalam suatu lembaga pendidikan. Di samping itu pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah dari tingkat Pendidikan Dasar (SD dan SMP) sampai pada tingkat Menengah Atas (SMA dan SMK) demikian juga pada pendidikan tinggi, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara total. Tujuan Pendidikan Jasmani untuk mengembangkan kebugaran fisik, mental, emosional dan sosial melalui kegiatan fisik. Demikian Lutan (2009: 30), yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional melalui aktivitas jasmani. Sedangkan guru selaku motivator dan fasilitator, memiliki peranan penting dalam memberikan arti dan makna pembelajaran PJOK dan sebagai sarana atau alat.

Menjadi guru pendidikan jasmani yang profesional tidak semudah yang dibayangkan banyak orang selama ini, salah persepsi menganggap guru pendidikan jasmani hanya bermodal peluit dan bola di sekolah. Bahkan sebaliknya, untuk menjadi guru pendidikan jasmani yang profesional lebih sulit dibandingkan dengan menjadi guru mata pelajaran yang lain. Mata pelajaran pendidikan jasmani lebih kompleks permasalahannya dibandingkan dengan pelajaran yang lain. Oleh karena itu tidak bisa guru yang bukan memiliki profesi pendidikan jasmani diminta untuk mengajarkan mata pelajaran pendidikan jasmani atau sebaliknya. Profesi guru pendidikan jasmani secara umum sama dengan guru mata pelajaran yang lain pada umumnya, akan tetapi secara khusus memiliki letak perbedaan dan ini merupakan ciri khas tersendiri. Karakter merupakan nilai-nilai perilaku manusia yang berhubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan dan kebangsaan yang terwujud dalam pikiran, sikap, perasaan, perkataan dan perbuatan berdasarkan norma-norma agama, hukum, tata krama, budaya dan adat istiadat. Membangun karakter peserta didik dapat diintegrasikan dalam pembelajaran pada setiap mata pelajaran yang berkaitan dengan norma atau nilai-nilai pada setiap mata pelajaran yang perlu dikembangkan, dieksplisitkan, dikaitkan dengan konteks kehidupan sehari-hari dengan demikian, pembelajaran nilai-nilai karakter tidak hanya pada tataran kognitif, tetapi menyentuh pada internalisasi dan pengalaman nyata dalam kehidupan peserta didik sehari-hari di masyarakat (Syahrin, 2017).

Dalam Permendiknas Nomor 22 tahun 2006 tentang Standar Isi, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut.

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik,
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar,
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan,
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis,
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan,
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Kebugaran jasmani yang meliputi kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru, kekuatan dan keseimbangan, kecepatan dan kelincahan, semuanya itu berkaitan dengan aspek kesehatan. Sedangkan kebugaran jasmani yang berkaitan dengan aspek performa, yaitu koordinasi, agilitas, kecepatan, dan keseimbangan.

Suatu kenyataan yang terjadi di lapangan dimana pada saat siswa disuruh melakukan gerak yang berkaitan dengan teknik dasar chest pass yang merupakan salah satu bahasan pada materi permainan bola basket, siswa cenderung melakukannya kurang sempurna, akibatnya aktivitas mata pelajaran PJOK bagi siswa kelas VII.C Semester ganjil kemampuan motoriknya untuk melakukan latihan gerakan tersebut belum dapat dilakukan dengan maksimal. Dengan demikian hasil yang diperoleh tentang mata pelajaran

Pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan dengan materi permainan bola basket ditinjau dari teknik geraknya, memperoleh hasil dibawah standar KKM. Demikian juga pada saat prasiklus dilakukan evaluasi terhadap materi ini maka hasil yang di peroleh adalah 63 dengan ketuntasan belajar mencapai 25% ini masih rendah dan dibawah target pembelajaran Penjaskes.

Pencapaian dan peningkatan prestasi olahraga Bola basket semakin meningkat dilevel nasional, regional maupun internasional, peningkatan dan pencapaian prestasi dalam cabang olahraga Bola basket tentunya melalui usaha yang dilakukan oleh para atlet, ahli olahraga dan pelatih. Cabang olahraga permainan bola basket merupakan salah satu permainan yang wajib diberikan kepada siswa sekolah lanjutan, baik sekolah lanjutan tingkat pertama maupun sekolah lanjutan tingkat atas. Di sekolah-sekolah lanjutan, permainan bola basket termasuk salah satu jenis olahraga yang diminati oleh para siswa (Rubiana, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan suatu penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pelajaran PJOK. Terutama pada materi bola basket. Salah satu upaya yang dilakukan peneliti adalah melakukan penelitian tindakan kelas yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pelajaran PJOK. Dalam penelitian ini materi yang dipilihadalah permainan bola basket sesuai dengan materi yang perlu ditingkatkan, sehingga secara keseluruhan judul yang peneliti pilih adalah "Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Basket Melalui Penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Bagi Siswa Kelas VII.C Semester Ganjil SMP Negeri 4 Abiansemal Tahun Pelajaran 2017/2018.

Pada penelitian ini peneliti memakai siswa kelas VII.c sebagai subjek penelitian untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Hal ini berdasarkan pengamatan peneliti selama 1 semester, dari sejumlah siswa yang ada kelas VII C ini memiliki kelebihan atau keunggulan dalam kegemaran atau kesenangan bahkan unggul dalam bermain basket dimana kegemaran, kesenangan serta keunggulan tersebut Peneliti menyimak bahwa siswa kelas VII.C mempunyai kelebihan dalam bidang sikap yang sudah baik, dimana minat dan bahkan ada yang memiliki bakat dalam permainan bola basket yang dijadikan dasar dalam Penelitian Tindakan Kelas ini. Namun demikian ada beberapa anak-anak di kelas VII.C agak yang belum maksimal dalam melakukan bagian-bagian gerak terutama dalam gerakan chest pass yang diangkat dalam Penelitian tindakan kelas ini. demikian juga dalam permainan bola basket diperlukan kecerdasan dan ketangkasan dalam memainkan bola maka dari sejumlah siswa yang menjadi subjek dalam Penelitian Tindakan Kelas ini masih ada siswa yang kurang maksimal dalam menyerap informasi yang bersifat pengetahuan dan keterampilan dalam permainan bola basket. Oleh karenanya melalui Penelitian Tindakan Kelas ini Peneliti akan melakukan perbaikan-perbaikan agar siswa yang pemahamannya masih rendah dapat disejajarkandengan kemampuan siswa yang lebih tinggi kemampuannya sehingga pada hasil akhir kemampuan siswa menjadi sama dan mnerata.

Pada penelitian ini peneliti memilih solusi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* sebagai solusi untuk meningkatkan hasil belajar/peserta didik, mengingat pada model pembelajaran *Problem Based Learning* sintaks/langkah pembelajaran sebagai berikut: 1) Menyampaikan tujuan pembelajaran, 2) guru menerapkan model pembelajaran yang berbasis masalah, 3) Guru membimbing siswa dalam pelatihan bermain bola basket dengan menggunakan berbagai kemampuan berpikir dari peserta didik, secara individu maupun kelompok karena dalam permainan bola basket di perlukan kecerdasan dalam bermain, 4) Siswa akan mampu beradaptasi secara cepat dengan lingkungan, 5) Siswa dibimbing untuk mampu mengatasi masalah secara mandiri dan cerdas, 6) Memberikan kesempatan kepada peserta didik sehingga pengetahuan yang diterimanya bermakna, relevan dan kontekstual serta diterapkannya dalam kegiatan pembelajaran selanjutnya

Sintaks pembelajaran di atas harus diikuti secara utuh. Oleh karena itu saat menerapkan model pembelajaran *Problem Based Learning*, guru harus paham betul terhadap makna masing-masing fase sintaks.

Begitu pula peserta didik akan memiliki pegangan untuk melatih diri menirukan dan memungkinkan peserta didik mempelajari peristiwa secara multidimensi dan mendalam; mengembangkan keterampilan berpikir ilmiah tingkat tinggi/kritis; dalam bermain bola basket karena banyak dimensi dan strategi yang perlu dilatihkan kepada peserta didik untuk mencari kesempatan dan peluang dalam memasukkan bola ke keranjang lawan.

Selanjutnya guru sebagai fasilitator harus memiliki kesempatan untuk mengecek dan memperbaiki kesalahan dan kekurangan peserta didik.

Dengan penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* guru membantu siswa untuk melakukan refleksi atau evaluasi terhadap hasil yang telah dicapai oleh siswa dan bagaimana strategi serta proses yang telah dipahami dan bisa diterapkan dalam pembelajaran baik teori maupun praktik.

2. Metode

Penelitian ini dilakukan di Kelas VII.C SMP Negeri 4 Abiansemal, yang beralamatkan di Br. Pengembungan, Bongkasa, Kec. Abiansemal, Kabupaten Badung, Bali. Kelas ini adalah kelas yang nilai Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatannya belum mencapai diatas Rata-rata kelas, atau masih rendah. Disamping itu peneliti juga guru Penjasorkes di SMP Negeri 4 Abiansemal, sehingga pelaksanaan Penelitian dilaksanakan pada kelas yang diajarkan. Subjek penelitian sebanyak 32 orang siswa, dengan jumlah siswa perempuan adalah 16 orang dan jumlah siswa lakilaki adalah 16 orang. Kelas itu dijadikan sebagai subjek penelitian karena rata-rata hasil tes awal (pra siklus) dengan nilai rata-rata 63 dan ketuntasan belajar mencapai 25%, sehingga perlu segera ditangani.

Penelitian ini dilakukan pada tahun pelajaran 2017/2018. Dilakukan sebanyak 2 siklus. Masing-masing siklus terdiri 2 kali pertemuan. Pembelajaran dilaksanakan dengan menerapkan model pembelajaran *Problem Based Learning* dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa.

Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas ini terdiri dari dua siklus, dimana setiap siklus terdiri dari empat komponen yaitu:

a. Tahap Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap ini Peneliti menyusun Rencana Pembelajaran (RP), materi pokok pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang akan diajarkan kepada siswa bersama dengan Indikatornya. Pelaksanaan Pada siklus I, II, di rencanakan dalam persiapan ini. Selanjutnya dilakukan pemilihan masalah yang potensial diangkat dalam penelitian ini atau sesuai judul yang telah disetujui dalam proposal Penelitian Tindakan Kelas ini. Pelaksanaan Studi Pendahuluan, melakukan perumusan masalah, memilih pendekatan yang akan diterapkan dalam penelitian ini, kemudian menentukan variabel dan menentukan sumber data. Mempersiapkan alat dan bahan adalah hal penting dalam penelitian ini, dan penyusunan instrumen tes uji kompetensi serta lembar observasi. Terkait dengan peningkatan kemampuan siswa dalam menganalisis laporan dan menanggapi isi laporan pada pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan melalui penerapan model pembelajaran *Problem Base Learning*, maka persiapan kepada siswa diharapkan agar dapat berkonsentrasi serta memusatkan perhatiannya untuk mengikuti kegiatan belajar dengan baik.

b. Pelaksanaan tindakan (*Acting*)

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah melaksanakan pembelajaran sebagaimana scenario pembelajaran yang telah ditetapkan pada RPP.

c. Pengamatan (*Observasi*)

Pada tahap ini dilakukan proses observasi terhadap pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan, sesuai dengan sasaran aspek penilaian yang mencakup 3 ranah, yaitu: sikap, pengetahuan dan keterampilan yang didemonstrasikan oleh peserta didik.

d. Refleksi (*Refleting*)

Setiap siklus saling berkaitan dan berhubungan, karena hasil refleksi akan digunakan sebagai acuan untuk perbaikan pada siklus berikutnya. Diharapkan setiap siklus ada peningkatan yang signifikan mengenai pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan dengan kemampuan meningkatkan hasil belajar PJOK, untuk meningkatkan mutu pembelajaran sehingga hasil belajar yang dicapai siswa sesuai tujuan pembelajaran. Peneliti mengadakan perubahan dan peningkatan dalam pelaksanaan pembelajaran di setiap siklus. Dengan melihat perubahan sikap siswa sehingga peningkatan hasil belajar mata pelajaran PJOK siswa dapat terobservasi perkembangannya di setiap siklus.

Pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian yang terdiri dari: a) Tes Tulis, b) Lembar observasi, dan c) Wawancara. Setelah data terkumpul dilanjutkan dengan analisis data hasil penelitian. Analisis data hasil penelitian pada penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif.

Indicator keberhasilan pada penelitian ini adalah: bila setiap siswa mencapai nilai minimal untuk sikap: baik, pengetahuan dan keterampilan minimal 75.

3. Hasil dan Pembahasan

Pembelajaran yang dilaksanakan pada siklus I telah mencapai peningkatan hasil belajar siswa dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan pada materi gerakan Chest Pass pada Permainan Bola basket. Hasil belajar yang dicapai siswa menunjukkan peningkatan yang lebih baik dari hasil penilaian prasiklus.

Peningkatan hasil pembelajaran ini dicapai karena Peneliti menerapkan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* dimana siswa setelah mampu dalam memaknai konsep materi pelajaran permainan bola basket tentang operan chest pass pada mata pelajaran PJOK, melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning*. Adapun hasil yang dicapai pada siklus I adalah sebagai berikut.

- a. Rata-rata nilai siklus I = 72
- b. Ketuntasan belajar siswa = 72%
- c. Siswa yang belum tuntas = 28 %

Pada siklus I siswa menunjukkan kemandiriannya serta tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan oleh guru dengan baik. Siswa secara tekun melakukan latihan gerakan yang dicontohkan oleh guru dan guru mengamati siswa dengan saksama. Kemudian guru memberi bimbingan secara berkelanjutan bersama siswa yang sudah bisa melakukan dengan benar sampai mencapai kemahiran dalam melakukan gerakan chest pass dalam permainan bola basket dan teknik dalam memegang bola, menangkap bola dan melemparkan bola ke keranjang lawan dapat dilakukannya dengan baik pada siklus I. Setelah melakukan latihan cara memegang bola dilakukan latihan tentang Passing dan catching (melempar dan menangkap bola), dribbling (menggiring bola), kemudian gerakan pivot yakni gerakan berputar dengan berporos salah satu kaki, kedua tangan memegang bola dengan tujuan untuk menghindari sergapan lawan yang akan merebut bola dikuasai oleh siswa dilanjutkan dengan permainan bola basket sesungguhnya.

Saat permainan tentu tidak semua siswa bisa dilibatkan. Oleh karena itu untuk siswa yang sudah biasa bermain bola basket guru menugaskan mereka untuk ikut menilai kemampuan temannya. Dengan demikian guru akan sangat terbantu dan penilaian bisa dilaksanakan lebih efektif. Cara ini melatih siswa untuk memahamikan kemampuan siswa lainnya.

Pada siklus I, ternyata pada aspek sikap semua siswa sudah berhasil mencapai indikator penelitian. Hal ini tidaklah aneh, karena siswa kelas VII.C ini tinggal di desa bersama orang tua mereka. Keseharian anak-anak ini masih bisa diawasi dan dibantu orang tua mereka. Sangat berbeda sekali dengan anak-anak yang kesehariannya tinggal berpisah dengan orang tua mereka. Sehingga anak-anak ini masih sangat mudah diatur. Lingkungan tempat tinggal siswa juga mendukung dimana sarana berupa lapangan olahraga tersedia di lingkungan sekolah dan dapat dimanfaatkan siswa untuk bermain basket bersama dengan masyarakat dilingkungannya.

Pada aspek pengetahuan pada siklus I ini ada anak yang mendapat nilai relatif rendah yaitu enam (6) orang siswa memperoleh nilai 60 dari indikator ketuntasan 64. Setelah peneliti wawancara ternyata siswa ini kurang minatnya dalam membaca dan pemahamannya dalam menangkap materi yang tertuang dalam buku paket masih kurang.

Begitupun sebanyak 6 orang siswa yang mendapat nilai 60 mereka juga akan dilakukan perbaikan-perbaikan pada siklus berikutnya namun mereka mempunyai kemampuan praktik yang baik.

Sedangkan pada aspek keterampilan, walau masih ada 8 orang anak yang belum tuntas, tetapi nilai yang mereka peroleh masih sedikit dibawah indikator penelitian. Dengan demikian untuk mencapai indikator penelitian tidaklah begitu sulit bagi guru untuk meningkatkan.

Pencapaian hasil pada siklus II berdasarkan penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* dapat diuraikan sebagai berikut.

- a. Rata-rata pada nilai siklus II = 79
- b. Ketuntasan belajar siswa = 100%.
- c. Siswa yang belum tuntas = 0%

Peningkatan hasil yang dicapai siswa pada siklus II karena dilakukan refleksi secara maksimal melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* dalam pembelajaran. Siswa merasa terbina kemampuannya untuk mahir dalam melakukan gerakan dalam permainan bola basket.

Dari data nilai hasil evaluasi siswa kelas VII.C SMP Negeri 4 Abiansemai, pada siklus II yang telah menunjukkan peningkatan, dan adanya pengaruh yang positif terhadap penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning*, dalam belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Dengan demikian penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* telah terbukti keberhasilannya dengan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2017) dengan judul Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SD. Pada hasil penelitiannya disimpulkan bahwa model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) berpengaruh terhadap hasil belajar IPA siswa kelas V SD di Gugus V Kecamatan Gerokgak Tahun Pelajaran 2016/2017.

Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2016) dengan judul Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Dan Penilaian Proyek Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis IPA

Siswa. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh model PBL dan penilaian proyek terhadap kemampuan berpikir kritis IPA.

4. Simpulan Dan Saran

Simpulan yang dapat diambil berdasarkan penelitian yang telah dilakukan adalah Penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* secara efektif dapat meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Basket Siswa Kelas VII.C Semester Ganjil SMP Negeri 4 Abiansemal Tahun Pelajaran 2017/2018.

Berdasarkan simpulan di atas dapat diajukan saran-saran sebagai berikut.

1. Disarankan kepada Guru di SMP Negeri 4 Abiansemal khususnya guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) bahwa dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa perlu dilaksanakan model pembelajaran yang tepat dan relevan. Penerapan model Pembelajaran Problem Base Learning terbukti mampu menstimulus semangat siswa dalam belajar. kiranya model Pembelajaran Problem Base Learning dapat diteruskan dalam Kegiatan Pembelajaran.
2. Bagi sekolah agar lebih banyak menyiapkan alat permainan. Dinas Pendidikan kiranya hasil penelitian ini agar dijadikan pedoman dalam pembelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan khususnya pada permainan bola basket.

Daftar Rujukan

- Djihadah, Nuryati . 2020. Kecerdasan Emosional dan Kepemimpinan Kepala Madrasah dalam Aplikasi Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) di Madrasah . Jurnal Pendidikan Madrasah, Volume 5, Nomor 1, Mei 2020.
- Lestari, Ni Made Sri Ayu. 2016. Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Dan Penilaian Proyek Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis IPA Siswa. *Jurnal Mimbar PGSD Undiksha Volume 4 Nomor 2*.
- Rubiana, Iman. 2017. Pengaruh Pembelajaran Shooting (Free Throw) Dengan Alat Bantu Rentangan Tali Terhadap Hasil Shooting (Free Throw) Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Siliwangi Vol. 3. No.2, 2017*.
- Nurkholis. 2013. Pendidikan Dalam Upaya Memajukan Teknologi . *Jurnal Kependidikan, Vol. 1 No. 1 Nopember 2013*.
- Sholichah, Aas Siti. 2018. Teori-Teori Pendidikan Dalam Al-Qur'an . *Jurnal Edukasi Islami Jurnal Pendidikan Islam Vol. 07/No.1, April 2018*.
- Sutrisno. 2016. Berbagai Pendekatan Dalam Pendidikan Nilai Dan Pendidikan Kewarganegaraan . *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran Vol.5 Januari 2016*.
- Syahrin, Alfi. 2017. Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Membentuk Karakter Siswa Pada Mts Se-Banda Aceh Tahun Pelajaran 2016/2017 . *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah Volume 3. Nomor 2*
- Wahyuni, I G A Winda Dwi. 2017. Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SD. *e-Journal PGSD Universitas Pendidikan Ganesha Mimbar PGSD Vol: 5 No: 2*.
- Widodo, Heri. 2015. Potret Pendidikan Di Indonesia Dan Kesiapannya Dalam Menghadapi Masyarakat Ekonomi Asia (Mea) . *Jurnal Cendekia Vol. 13 No. 2, Juli - Desember 2015*
- Widodo. 2013. Peningkatan Aktivitas Belajar Dan Hasil Belajar Siswa Dengan Metode Problem Based Learning Pada Siswa Kelas Viii Mts Negeri Donomulyo Kulon Progo Tahun Pelajaran 2012/2013 . *Jurnal Fisika Indonesia No: 49, Vol XVII, Edisi April 2013*.