



# Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* untuk Meningkatkan Hasil Belajar Bola Besar pada Peserta Didik Kelas XI SMA

I Made Yoga<sup>1\*</sup>, I Ketut Budaya Astra<sup>2</sup>, I Komang Sukarata Adnyana<sup>3</sup> 

<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

## ARTICLE INFO

### Article history:

Received March 01, 2023

Revised March 09, 2023

Accepted July 03, 2023

Available online July 25, 2023

### Kata Kunci:

*Problem Based Learning*, Hasil Belajar, Bola Besar

### Keywords:

*Problem Based Learning*, *Learning Outcomes*, *Big Ball*



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

## ABSTRAK

Kendala lainnya terjadi pada mata pelajaran bola besar adalah guru kurang termotivasi dalam memberikan materi bola besar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi model pembelajaran *problem-based learning* (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar bola besar pada peserta didik kelas XI IPA 1 di SMA. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dilaksanakan dalam dua siklus. Subjek penelitian yaitu peserta didik kelas XI IPA 1 SMA yang berjumlah 36 orang dengan rincian 20 orang putri dan 16 orang putra. Metode pengumpulan data dengan tes. Data dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar bola besar secara klasikal mengalami peningkatan, hasil belajar peserta didik di SMA diperoleh presentase sebesar 27,7%. Hasil belajar pada siklus I aspek pengetahuan *passing* bola basket adalah, 91,7%, aspek keterampilan *passing* bola basket 88,9%. Hasil belajar siklus II pada aspek pengetahuan *passing* bola voli adalah sebesar 94,4% sedangkan pada aspek keterampilan *passing* bola voli adalah 91,7%. Disimpulkan bahwa implementasi model pembelajaran *problem-based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar bola besar (*passing* bola voli dan *passing* bola basket) pada peserta didik kelas XI IPA 1 SMA. Implikasi penelitian diharapkan guru PJOK untuk menggunakan model pembelajaran *problem-based learning* (PBL) karena dapat meningkatkan hasil belajar bola besar.

## ABSTRACT

Another obstacle occurs in the subject of big ball is that the teacher is less motivated in providing big ball material. This study aims to analyze the implementation of the *problem-based learning* (PBL) learning model to improve the learning outcomes of big ball in class XI IPA 1 students in high school. This research is class action research conducted in two cycles. The research subjects were students of class XI IPA 1 SMA totaling 36 people with details of 20 girls and 16 boys. Data collection methods with tests. Data were analyzed using descriptive statistical analysis. The results showed that the learning outcomes of big ball classically increased, the learning outcomes of students in high school obtained a percentage of 27.7%. Learning outcomes in cycle I on the knowledge aspect of basketball passing were 91.7%, the skill aspect of basketball passing was 88.9%. The learning outcomes of cycle II on the knowledge aspect of volleyball passing were 94.4% while on the skill aspect of volleyball passing were 91.7%. It is concluded that the implementation of the *problem-based learning* (PBL) learning model can improve the learning outcomes of big balls (volleyball passing and basketball passing) in class XI IPA 1 SMA students. The research implication is that PJOK teachers are expected to use the *problem-based learning* (PBL) learning model because it can improve the learning outcomes of big balls.

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting bagi manusia. Hal ini dikarenakan pendidikan tidak pernah terlepas dari kehidupan manusia. Di samping itu, hampir semua manusia memperoleh dan melaksanakan pendidikan dalam kehidupannya sehari-hari (Indrayana & Sadikin, 2020; Yuniartik et al., 2017). Manusia senantiasa dihadapkan dengan berbagai situasi dan kondisi yang berkaitan dengan pendidikan. Di Indonesia, jenjang pendidikan formal terbagi menjadi beberapa jenjang mulai dari jenjang

\*Corresponding author.

E-mail addresses: [kadekyoga320@gmail.com](mailto:kadekyoga320@gmail.com) (I Made Yoga)

pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Proses pendidikan merupakan proses yang sangat kompleks. Proses yang kompleks tersebut pada dasarnya adalah proses transformasi atau proses perubahan tingkah laku (*change of behavior*) peserta didik (Levesque & Brown, 2007; Sarah C. Kucker, 2021). Perubahan tingkah laku yang diharapkan tidak hanya sekedar penambahan jenis tingkah laku melainkan terjadi perubahan pada struktural tingkah laku yang nantinya akan menuju pada derajat kemapanan tertentu (Prabawa et al., 2021; Rohmah & Muhammad, 2021). Hal ini berarti di dalam proses pendidikan akan terjadi perubahan tingkah laku dan proses pembentukan pribadi menuju kedewasaan dan kematangan. Agar terjadinya perubahan tingkah laku perlu adanya pembelajaran aktif yaitu pembelajaran yang memungkinkan siswa berperan aktif dalam pembelajaran dalam bentuk interaksi antar siswa maupun siswa dengan guru pada saat pembelajaran.

Salah satu mata pelajaran yang ikut mempengaruhi perkembangan kualitas pendidikan adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani olahraga Kesehatan memiliki tujuan yaitu meningkatkan potensi fisik peserta didik, membudayakan sportivitas, dan budaya hidup sehat, maka dari itu perlu diciptakan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan yang nyaman dan mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Yuniartik et al., 2017). Keterampilan dalam pendidikan jasmani sendiri merupakan suatu hal yang di perlukan dan dibutuhkan oleh setiap orang. Maka dari itu pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan sangatlah diperlukan dan dirasa tepat diberikan pada masa sekolah karena merupakan masa dimana para peserta didik senang bermain, meski begitu tidak hanya anak usia dini saja bahkan remaja maupun dewasa juga membutuhkan bermain untuk mencukupi kebutuhan gerak sekaligus bersifat rekreasi (Prabowo et al., 2022; Wijaya et al., 2022). Dalam proses pembelajaran, setiap siswa memiliki karakteristik yang berbeda-beda khususnya gaya kognitif yang dimiliki siswa. Perbedaan gaya kognitif pada siswa akan menyebabkan perbedaan hasil belajar yang diperoleh siswa. Hasil belajar yang diperoleh siswa tidak hanya berupa angka-angka saja, melainkan juga berupa keterampilan-keterampilan (Wirayasa et al., 2021). Proses pembelajaran yang efektif dapat terlihat dari adanya interaksi dua arah antara guru dengan peserta didik.

Kenyataannya masalah yang dihadapi guru pendidikan jasmani dalam pelaksanaan pembelajaran yaitu kurangnya angka persentase guru yang membuat rancangan pelaksanaan pembelajaran, prasarana yang dikategorikan masih kurang dalam segi kualitas, beberapa guru tidak menyampaikan kembali materi yang kurang tuntas, sesuai dengan kurikulum (Oka Mahendra et al., 2021; Pranata et al., 2021). Hasil observasi terkait kendala proses pembelajaran pendidikan jasmani kelas XI IPA 1 di SMA Negeri 1 Tegallalang Tahun Pelajaran 2022/2023, diperoleh data yang tidak jauh berbeda dengan hasil penelitian relevan yaitu masih ditemukan fasilitas pembelajaran yang belum memadai, siswa kurang termotivasi belajar, serta belum menggunakan variasi model atau strategi pembelajaran. Kendala lainnya terjadi pada mata pelajaran bola besar adalah guru kurang termotivasi dalam memberikan materi bola besar. Hal ini disebabkan karena peraturan permainan dan kompleksitas teknik dasar bola besar cukup sulit untuk diajarkan kepada siswa. Selain itu, faktor peralatan dan perlengkapan permainan bola besar belum banyak tersedia, sehingga membuat permainan bola besar dianggap kurang menarik bagi siswa. Hampir sebagian guru di SMAN & SMKN se-Kabupaten Tulungagung mempunyai masalah yang sama, dan sudah melakukan upaya untuk melaksanakan alternatif solusi guna mengatasi masalah yang sedang dialami.

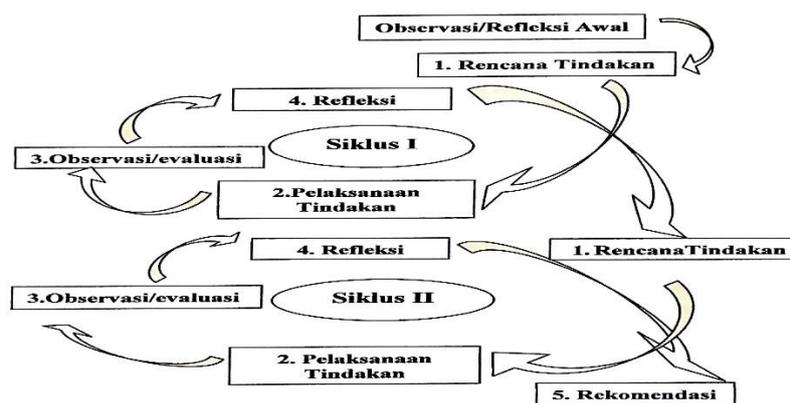
Agar tercipta pembelajaran yang efektif maka perlu adanya pembelajaran aktif, yaitu pembelajaran yang memungkinkan peserta didik berperan aktif dalam pembelajaran tersebut dalam bentuk interaksi antar peserta didik maupun peserta didik dengan guru pada saat pembelajaran. Metode pembelajaran yang tepat dalam proses pembelajaran, agar peserta didik dapat mengikuti dan menerima materi pembelajaran dengan baik. Ada berbagai metode pembelajaran dalam kurikulum 2013, salah satunya adalah *Problem Based Learning* (pembelajaran berbasis masalah) (Boelt et al., 2022; Liu & Pásztor, 2022). *Problem Based Learning* adalah suatu pendekatan pembelajaran yang menggunakan masalah dunia nyata sebagai suatu konteks bagi peserta didik untuk belajar tentang cara berfikir kritis dan keterampilan pemecahan masalah, serta untuk memperoleh pengetahuan dan konsep yang esensial dari materi pelajaran (Putu Sintya Devi & Bayu, 2020; Liu & Pásztor, 2022). Pembelajaran berbasis masalah digunakan untuk merangsang berfikir tingkat tinggi dalam situasi berorientasi masalah, termasuk didalam belajar dan bagaimana belajar. Peran guru dalam pembelajaran berbasis masalah adalah menyajikan masalah, mengajukan pertanyaan, dan memfasilitasi penyelidikan dan dialog (AlperAslan, 2021; Becti & Firosalia, 2021). *Problem Based Learning* merupakan suatu model pembelajaran yang melibatkan peserta didik untuk memecahkan masalah melalui tahap-tahap metode ilmiah sehingga peserta didik dapat mempelajari pengetahuan yang 4 berhubungan dengan masalah tersebut dan sekaligus memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah (Boelt et al., 2022; Handayani & Koeswanti, 2021).

Permainan bola besar adalah jenis permainan dalam olahraga yang biasanya dilakukan secara beregu dan menggunakan bola yang berukuran besar seperti sepak bola, bola voli, dan bola basket. Proses pembelajaran materi olahraga permainan bola besar akan menuntut siswa untuk melakukan berbagai

teknik dasar permainan bola besar secara sederhana yang dilakukan dengan modifikasi peraturan, serta berbagai nilai sosial. Sehingga penggunaan model yang tepat dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi bola besar adalah *Problem Based Learning* (pembelajaran berbasis masalah). Temuan penelitian sebelumnya menyatakan model *Problem Based Learning* adalah model pengajaran yang bercirikan adanya permasalahan nyata sebagai konteks untuk para peserta didik belajar berfikir kritis dan keterampilan memecahkan masalah serta memperoleh pengetahuan (Amin et al., 2021; Mulyani, 2020). *Problem Based Learning* melibatkan siswa untuk memecahkan masalah melalui tahap-tahap metode ilmiah, sehingga siswa dapat mempelajari pengetahuan yang berhubungan dengan masalah tersebut dan sekaligus memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah (Boelt et al., 2022). *Problem Based Learning* merupakan titik awal pembelajaran berdasarkan masalah dalam kehidupan nyata dan kemudian dari masalah ini siswa dirangsang untuk mempelajari masalah berdasarkan pengetahuan dan pengalaman baru. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar bola besar pada peserta didik kelas XI IPA 1 di SMA Negeri 1 Tegallalang Tahun Pelajaran 2022/2023.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Dimana penelitian tindakan kelas adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan atau meningkatkan praktik-praktik pembelajaran di kelas secara profesional (Watini, 2019). Pelaksanaan Penelitian Tindakan kelas dapat dilaksanakan dengan alur yaitu rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Alur pelaksanaan penelitian disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Rancangan Penelitian Tindakan Kelas

Adapun tahapan-tahapan PTK adalah pertama rencana tindakan. Sebelum tindakan dilaksanakan, perlu dibuat perencanaan (persiapan) yang matang dan rinci yang nantinya digunakan sebagai pedoman dalam melaksanakan tindakan, walaupun ada kemungkinan untuk berubah setiap saat sesuai dengan kondisi yang ada atau sebagai dampak pelaksanaan tindakan. Kedua pelaksanaan tindakan, untuk memperoleh peningkatan kinerja dan hasil kerja secara optimal, maka jenis tindakan dalam PTK hendaknya didasarkan atas pertimbangan *teoritik* dan *empirik*. Selain itu, tindakan dilaksanakan sejalan dengan perkembangan pelaksanaan kurikulum dan kegiatan pembelajaran di kelas (aktivitas PTK itu tidak mengganggu kegiatan pembelajaran).

Pelaksanaan tindakan adalah guru kelas bersangkutan berkolaborasi dengan guru lain atau dosen Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK). Untuk menjamin tercapainya tujuan berdasarkan tindakan yang dilakukan, maka perlu adanya pengelolaan dan pengendalian. Pengelolaan yang dimaksud mencakup pengorganisasian waktu, sarana dan prasarana yang digunakan. Sementara pengendalian dimaksud untuk mengontrol pelaksanaan tindakan agar tetap mengarah pada sarana yang hendak dicapai. Observasi dalam PTK dipandang sebagai teknik yang paling tepat digunakan untuk mengumpulkan data, mengingat data yang diperlukan adalah data tentang proses pembelajaran, disamping data tentang hasil kegiatan pembelajaran. Dengan demikian data yang diperoleh cenderung bersifat kualitatif, karena PTK cenderung mengikuti paradigma penelitian kualitatif. Refleksi hasil tindakan, karena setiap informasi yang diperoleh perlu dikaji dan dipahami, maka diperlukan adanya kegiatan refleksi dalam PTK. Kegiatan refleksi pada dasarnya merupakan kegiatan *analisis-sintesis*, *interpretasi*, dan *ekspalansi* terhadap semua informasi yang diperoleh selama pelaksanaan tindakan. Dengan dilakukannya refleksi peneliti dapat

memberi makna terhadap proses dan hasil yang terjadi sebagai akibat pelaksanaan tindakan. Melalui refleksi ini akan diperoleh gambaran tentang keunggulan yang patut dipertahankan dan ditingkatkan serta kelemahan dan hambatan yang harus diperbaiki atau disempurnakan pada siklus berikutnya.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Hasil penelitian ini diperoleh melalui hasil belajar peserta didik kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Tegallalang Kabupaten Gianyar Provinsi Bali. Dimana pelaksanaan penelitian yang diperoleh dari Hasil Belajar Siklus I dan Hasil Belajar Siklus II pada aspek Pengetahuan dan Keterampilan. Tindakan siklus I dilaksanakan dalam pada tanggal 31 Oktober dan 07 November 2022 dengan standar kompetensi sikap dalam melaksanakan pembelajaran, mengingat kembali pembelajaran dengan menjawab soal tes, dan mempraktekan teknik dasar Dalam siklus I ini terdapat tahapan tindakan siklus antara lain kegiatan pendahuluan, inti, dan akhir. Hasil belajar peserta didik pada siklus I disajikan pada [Tabel 1](#).

**Tabel 1.** Data Analisis Hasil Belajar Bola Besar (*Passing* Bola Basket) pada Peserta Didik Siklus I Aspek Pengetahuan

No.	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik (%)	Kategori	Keterangan
1	90-100	8 Orang (22,2%)	Sangat Baik	33 Orang Tuntas (91,7%)
2	79-89	25 Orang (69,5%)	Baik	
3	68-78	3 Orang (8,3%)	Cukup	3 Orang Tidak Tuntas (8,3%)
4	57-67	0 Orang (0%)	Kurang	
5	0-56	0 Orang (0%)	Sangat Kurang	

Berdasarkan [Tabel 1](#) dapat diketahui bahwa dari 36 jumlah peserta didik di kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Tegallalang yang mengikuti kegiatan pembelajaran bola besar (*passing* bola basket) aspek pengetahuan, 33 peserta didik sudah mampu mencapai standar ketuntasan hasil belajar bola besar dengan persentase 91,7%. Analisis hasil belajar bola besar (*passing* bola basket) pada peserta didik siklus i aspek keterampilan disajikan pada [Tabel 2](#).

**Tabel 2.** Data Analisis Hasil Belajar Bola Besar (*Passing* Bola Basket) pada Peserta Didik Siklus I Aspek Keterampilan

No.	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik (%)	Kategori	Keterangan
1	90-100	0 Orang (0%)	Sangat Baik	32 Orang Tuntas (88,9%)
2	79-89	32 Orang (88,9%)	Baik	
3	68-78	0 Orang (0%)	Cukup	4 Orang Tidak Tuntas (11,1%)
4	57-67	4 Orang (11,1%)	Kurang	
5	0-56	0 Orang (0%)	Sangat Kurang	

Berdasarkan [Tabel 2](#) dapat diketahui bahwa dari 36 jumlah peserta didik yang mengikuti kegiatan pembelajaran bola besar (*passing* bola basket) aspek keterampilan, 32 peserta didik sudah mampu mencapai standar ketuntasan hasil belajar bola besar (*passing* bola basket) dengan persentase 88,9%. Dapat disimpulkan bahwa hasil belajar peserta didik sudah sesuai dengan harapan dimana telah mencapai ketuntasan belajar secara klasikal sebesar 91,7% *passing* bola basket pada aspek pengetahuan dan 88,9% *passing* bola basket pada aspek keterampilan. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar peserta didik dalam materi bola besar (*passing* bola basket) sudah ada peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan dengan hasil belajar pada observasi awal. Tindakan siklus II dilaksanakan dalam 2 kali pertemuan pada tanggal 14 November dan 21 November 2022 dengan standar kompetensi sikap dalam melaksanakan pembelajaran, mengingat kembali pembelajaran dengan menjawab soal tes, dan mempraktekan teknik dasar. Dalam siklus II ini terdapat tahapan tindakan siklus antara lain kegiatan pendahulu, inti, dan akhir. Hasil belajar peserta didik pada siklus II disajikan pada [Tabel 3](#).

Berdasarkan [Tabel 3](#) dapat diketahui bahwa dari 36 jumlah peserta didik di kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Tegallalang yang mengikuti kegiatan pembelajaran bola besar (*passing* atas dan *passing* bawah bola voli) aspek pengetahuan, 34 peserta didik sudah mampu mencapai standar ketuntasan hasil belajar bola besar dengan persentase 94,4%. Hasil belajar bola besar (*passing* atas dan *passing* bawah bola voli) pada peserta didik siklus II aspek keterampilan disajikan pada [Tabel 4](#).

**Tabel 3.** Data Analisis Hasil Belajar Bola Besar (*Passing Atas dan Passing Bawah Bola Voli*) pada Peserta Didik Siklus II Aspek Pengetahuan

No.	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik (%)	Kategori	Keterangan
1	90-100	12 Orang (33,3%)	Sangat Baik	34 Orang Tuntas (94,4%)
2	79-89	22 Orang (61,2%)	Baik	
3	68-78	2 Orang (5,5%)	Cukup	2 Orang Tidak Tuntas (5,6%)
4	57-67	0 Orang (0%)	Kurang	
5	0-56	0 Orang (0%)	Sangat Kurang	

**Tabel 4.** Data Analisis Hasil Belajar Bola Besar (*Passing Atas dan Passing Bawah Bola Voli*) pada Peserta Didik Siklus II Aspek Keterampilan

No.	Rentang Skor	Jumlah Peserta Didik (%)	Kategori	Keterangan
1	90-100	0 Orang (0%)	Sangat Baik	33 Orang Tuntas (91,7%)
2	79-89	33 Orang (91,7%)	Baik	
3	68-78	3 Orang (8,3%)	Cukup	3 Orang Tidak Tuntas (8,3%)
4	57-67	0 Orang (0%)	Kurang	
5	0-56	0 Orang (0%)	Sangat Kurang	

Berdasarkan [Tabel 4](#) dapat diketahui bahwa dari 36 jumlah peserta didik yang mengikuti kegiatan pembelajaran bola besar (*passing atas dan passing bawah bola voli*) aspek keterampilan, 33 peserta didik sudah mampu mencapai standar ketuntasan hasil belajar bola besar (*passing atas dan passing bawah bola voli*) dengan persentase 91,7%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setelah penerapan model pembelajaran PBL. Hal ini diketahui dari presentase peningkatan nilai rata-rata siklus sehingga dinyatakan bahwa penerapan PBL dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

### Pembahasan

Berdasarkan pada data prasiklus hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Tegallalang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setelah penerapan model pembelajaran PBL. Hal ini diketahui dari presentase peningkatan nilai rata-rata siklus sehingga dinyatakan bahwa penerapan PBL dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Model PBL merupakan sebuah model pembelajaran yang menyediakan pengalaman autentik yang mendorong siswa untuk belajar aktif, mengonstruksi pengetahuan, dan mengintegrasikan konteks belajar di sekolah dan belajar di kehidupan nyata secara alamiah ([Handayani & Koeswanti, 2021](#); [Rahmadani & Taufina, 2020](#); [Saraswatha et al., 2016](#)). Model pembelajaran berbasis memberikan kesempatan kepada semua siswa untuk aktif dalam proses pembelajaran ([Irwanti & Zetriuslita, 2021](#); [Nagge et al., 2018](#)). Terlebih lagi untuk menyelesaikan permasalahan yang disediakan dalam proses pembelajaran dengan cara melakukan eksperimen dan diskusi, sehingga siswa dapat membuktikan sendiri dengan melakukan sendiri proses percobaan untuk membuktikan serta melakukan diskusi untuk menyelesaikan permasalahan yang telah disediakan.

Berdasarkan implementasi model pembelajaran PBL yang dilaksanakan oleh peneliti diperoleh bahwa terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik pada aspek pengetahuan dan keterampilan. Tahapan pada PBL yang memicu adanya peningkatan pada aspek ini adalah pengalaman belajar yang diberikan. PBL memberikan ruang bagi peserta didik untuk berkolaborasi melalui diskusi ternyata terdapat berpengaruh dalam meningkatkan aspek pengetahuan yang dimiliki setiap individu. Model pembelajaran *student centered* dan memberikan pengalaman belajar yang bermakna kepada siswa ([Keiler, 2018](#); [Zhang, 2020](#)). Peserta didik dapat belajar melalui pengalaman atau akuisisi konsep dibangun berdasarkan produk akhir yang dihasilkan dalam belajar. Secara keseluruhan, keunggulan penelitian ini yaitu memberikan gambaran mengenai keberhasilan model PBL yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran ([Handayani & Koeswanti, 2021](#); [Herzon et al., 2018](#)). Terdapat banyak model pembelajaran yang dapat dipilih untuk diterapkan guru sehingga meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta didik.

Temuan ini diperkuat dengan hasil temuan penelitian sebelumnya menyatakan model PBL dapat meningkatkan hasil belajar siswa ([Astuti et al., 2020](#)). Model PBL juga dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan kemampuan menalar ([P. S. Devi & Bayu, 2020](#); [Elita et al., 2019](#); [Handayani Anik, 2021](#)). Model PBL dapat meningkatkan motivasi belajar siswa ([Wahyuningtyas & Kristin, 2021](#)). Berdasarkan pembahasan penggunaan model PBL dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar. Implikasi penelitian ini diharapkan pendidik dapat menggunakan model pembelajaran yang sesuai untuk meningkatkan kemampuan siswa. Walaupun penelitian ini sudah dapat membuktikan efek utama dari

model pembelajaran *problem-based learning* (PBL) dalam meningkatkan hasil belajar, sudah pasti dalam penelitian ini masih ada hal-hal yang belum sempurna, oleh karena itu kepada peneliti lain yang berminat meneliti topik yang sama untuk meneliti bagian-bagian yang tidak sempat diteliti. Selanjutnya untuk adanya penguatan-penguatan, diharapkan bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian lanjutan guna verifikasi data hasil penelitian

#### 4. SIMPULAN

Implementasi model pembelajaran *problem-based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Tegallalang pada materi bola besar (*passing* bola basket dan *passing* bola voli). Pelaksanaan proses pembelajaran pada mata pelajaran PJOK, model pembelajaran PBL semestinya menjadi pilihan dari beberapa metode yang ada mengingat metode ini telah terbukti dapat memberikan latihan-latihan terhadap apa yang telah dipelajari peserta didik sehingga memperoleh suatu keterampilan tertentu.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- AlperAslan. (2021). Problem- based learning in live online classes: Learning achievement, problem-solving skill, communication skill, and interaction. *Computers & Education*, 171, 104237. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104237>.
- Amin, A. K., Sudana, I. N. D., Setyosari, P., & Djatmika, E. T. (2021). The Effectiveness of Mobile Blended Problem Based Learning on Mathematical Problem Solving. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (IJIM)*, 15(1), 119. <https://doi.org/10.3991/ijim.v15i01.17437>.
- Astuti, A. A. I. Y., Wibawa, I. M. C., & Suarjana, I. M. (2020). The Effectiveness of Problem Based Learning Toward Students ' Science Learning Outcomes. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 4(4), 573–580. <https://doi.org/10.23887/jisd.v4i4.25667>.
- Bekti, A., & Firosalia, K. (2021). Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPS Siswa SD. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 353–361. <https://doi.org/10.23887/jipp.v5i1.3>.
- Boelt, A. M., Kolmos, A., & Holgaard, J. E. (2022). Literature review of students' perceptions of generic competence development in problem-based learning in engineering education. *European Journal of Engineering Education*, 47(6), 1399–1420. <https://doi.org/10.1080/03043797.2022.2074819>.
- Devi, P. S., & Bayu, G. W. (2020). Berpikir Kritis dan Hasil Belajar IPA Melalui Pembelajaran Problem Based Learning Berbantuan Media Visual. *MIMBAR PGSD Undiksha*, 8(2), 238–252. <https://doi.org/10.23887/jjsgsd.v8i2.26525>.
- Devi, Putu Sintya, & Bayu, G. W. (2020). Berpikir Kritis dan Hasil Belajar IPA Melalui Pembelajaran Problem Based Learning Berbantuan Media Visual. *Mimbar PGSD Undiksha*, 8(2), 238–252. <https://doi.org/10.23887/jjsgsd.v8i2.26525>.
- Elita, G. S., Habibi, M., Putra, A., & Ulandari, N. (2019). Pengaruh Pembelajaran Problem Based Learning dengan Pendekatan Metakognisi terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah. *Matematis Mosharafa : Jurnal Pendidikan Matematika*, 8(3), 447–458. <https://doi.org/10.31980/mosharafa.v8i3.517>.
- Handayani, A., & Koeswanti, H. D. (2021). Meta-Analisis Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kreatif. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 1349–1355. <https://doi.org/10.19166/pji.v14i1.789>.
- Handayani Anik, H. D. K. (2021). Meta-Analisis Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kreatif. *Jurnal Basicedu*, 5(3), 1683–1688. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i3.924>.
- Herzon, H. H., Budijanto, & Utomo, D. H. (2018). Pengaruh Problem-Based Learning (PBL) terhadap Keterampilan Berpikir Kritis. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 3(1), 42–46. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v3i1.10446>.
- Indrayana, B., & Sadikin, A. (2020). Penerapan E-Learning Di Era Revolusi Industri 4.0 Untuk Menekan Penyebaran Covid-19. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 2(1), 46–55. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v2i1.9847>.
- Irwanti, H., & Zetriuslita, Z. (2021). Pengembangan Bahan Ajar Berdasarkan Model Problem Based Learning Berorientasi Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Kelas VIII SMP. *Research in Mathematics Learning*, 4(2), 103–112. <https://doi.org/10.24014/juring.v4i2.12568>.
- Keiler, L. S. (2018). Teachers' roles and identities in student-centered classrooms. *International: Journal of STEM Education*, 5(34). <https://doi.org/10.1186/s40594-018-0131-6>.

- Levesque, C., & Brown, K. W. (2007). Mindfulness as a moderator of the effect of implicit motivational self-concept on day-to-day behavioral motivation. *Motivation and Emotion*, 31(4), 284–299. <https://doi.org/10.1007/s11031-007-9075-8>.
- Liu, Y., & Pásztor, A. (2022). Effects of problem-based learning instructional intervention on critical thinking in higher education: A meta-analysis. *Thinking Skills and Creativity*, 45, 101069. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2022.101069>.
- Mulyani, S. (2020). Penerapan Metode Pembelajaran Problem Based Learning Guna Meningkatkan Hasil Belajar IPA Di Masa Pandemi Covid 19. *Navigation Physics : Journal of Physics Education*, 2(2), 84–89. <https://doi.org/10.30998/njpe.v2i2.489>.
- Nagge, J. J., Killeen, R., & Jennings, B. (2018). Using a course pilot in the development of an online problem-based learning (PBL) therapeutics course in a post-professional PharmD program. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 10(2), 231–234. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2017.10.005>.
- Oka Mahendra, I. B. P., Budaya Astra, I. K., & Semarayasa, I. K. (2021). Survei Sarana dan Prasarana Penunjang Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 2(2), 53–58. <https://doi.org/10.23887/ijst.v2i2.34858>.
- Prabawa, I. K. R., Satyawan, I. M., & Snyanawati, N. L. P. (2021). Pengembangan video permainan PJOK berbasis tematik (tema kegemaranku) untuk siswa kelas 1 sekolah dasar. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia*, 1(1), 11 – 26. <https://doi.org/10.54284/jopi.v1i1.3>.
- Prabowo, E. M., Mintarto, E., & Nurkholis, N. (2022). Variasi dan Kombinasi Permainan Gerak Dasar Atletik Lompat dalam Pembelajaran PJOK Siswa Sekolah Dasar. *Discourse of Physical Education*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.36312/dpe.v1i1.604>.
- Pranata, K. M. A., Wahjoedi, H., & Lesmana, K. Y. P. (2021). Media Pembelajaran PJOK Berbasis Audio Visual pada Materi Shooting Bolabasket. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(2), 82–90. <https://doi.org/10.23887/jiku.v9i2.37430>.
- Rahmadani, R., & Taufina, T. (2020). Pengembangan Multimedia Interaktif Berbasis Model Problem Based Learning (PBL) Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 938–946. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i4.465>.
- Rohmah, L., & Muhammad, H. N. (2021). Tingkat Kebugaran Jasmani dan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 09(01), 511–519. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/38199>.
- Sarah C. Kucker. (2021). Processes and pathways in development via digital media: Examples from word learnin. *Infant Behavior and Development*, 63, 101559. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2021.101559>.
- Saraswatha, I. M. D., Japa, I. G. N., & Wibawa, I. M. C. (2016). Penerapan Model PBL untuk Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar IPS pada Siswa Kelas IV. *Mimbar PGSD Undiksha*, 4(1). <https://doi.org/10.23887/jjpsgd.v4i1.7015>.
- Wahyuningtyas, R., & Kristin, F. (2021). Meta Analisis Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *MIMBAR PGSD Undiksha*, 9(1), 49–55. <https://doi.org/10.23887/jjpsgd.v9i1.32676>.
- Watini, S. (2019). Pendekatan Kontekstual dalam Meningkatkan Hasil Belajar Sains pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 82. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.111>.
- Wijaya, kadek ari, Budaya Astra, I. K., & Snyanawati, N. L. P. (2022). Ketersediaan Sarana dan Prasarana Penunjang Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(1), 74–81. <https://doi.org/10.23887/jiku.v10i1.48712>.
- Wirayasa, I. D. G. P., Darmayasa, I. P., & Satyawan, I. M. (2021). Pengembangan Instrumen Penilaian Hasil Belajar Ranah Kognitif Model 4D Pada Materi Sepak Bola Berdasarkan Kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 8(3), 81. <https://doi.org/10.23887/jjp.v8i3.33760>.
- Yuniartik, H., Hidayah, T., & Nasuka. (2017). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SLB C Se-Kota Yogyakarta. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 148–156. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17389>.
- Zhang, X. (2020). Assessment for learning in constrained contexts: How does the teacher’s self-directed development play out? *Studies in Educational Evaluation*, 66(November 2019), 100909. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2020.100909>.