

Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik Dasar *Passing* Bola Basket

Ni Luh Riskayani



^{1,2,3} *Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia*

*Corresponding author: Riskayani3398@gmail.com

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar bola basket melalui penerapan model pembelajaran PBL pada peserta didik kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal tahun pelajaran 2021/2022. Jenis penelitian PTK (Penelitian Tindakan Kelas) dengan guru sebagai peneliti. Dilaksanakan dalam dua siklus yang terdiri dari tahapan perencanaan, tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi. Subyek penelitian adalah peserta didik kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal berjumlah 37 terdiri dari 16 putra dan 21 putri. Data dianalisis menggunakan statistik diskriptif. Berdasarkan hasil analisis data untuk aktivitas belajar *passing* bola basket pada observasi awal 5,42 (cukup aktif), dan pada siklus I meningkat menjadi 6,14 (cukup aktif) dan 8,5 (aktif) pada siklus II. Sedangkan persentase hasil belajar *passing* bola basket dari observasi awal sebesar 62,84% (kurang baik), pada siklus I 77,23% (cukup baik) dan 86,76% (baik) pada siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar *passing* bola basket meningkat melalui penerapan model pembelajaran PBL pada peserta didik pada kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal tahun pelajaran 2021/2022. Disarankan pada guru penjasorkes SMP Negeri 1 Abiansemal untuk menerapkan model pembelajaran PBL karena dapat meningkatkan aktivitas hasil belajar *passing* bola basket.

Kata kunci: Model pembelajaran PBL, aktifitas, hasil belajar, bola basket.

Abstract

This study aims to determine the problem based learning model to improve activities and learning outcomes of basic basketball passing techniques in class VII F students of SMP Negeri 1 Abiansemal in the 2021/2022 academic year. This type of research is PTK (classroom action research) with the teacher as a researcher. Implemented in two cycles consisting of planning, action, observation/evaluation and reflection. The research subjects were 37 students of class VII F SMP Negeri 1 Abiansemal consisting of 16 boys and 21 girls. Data analyzed using descriptive statistics. Based on the results of data analysis for basketball passing learning activities in the initial observation 5.42 (quite active), and in the first cycle it increased to 6.14 (quite active) and 8.5 (active) in the second cycle. While the percentage of basketball passing learning outcomes from initial observations was 62.84% (not good). In the first cycle 77.23% (good enough) and 86.76% (good) in the second cycle. Based on the results of data analysis and discussion, it was concluded that the activity and learning outcomes of basketball passing increased through the application of the PBL learning model to students in class VII F SMP Negeri 1 Abiansemal in the 2021/2022 school year. It is recommended for physical education teachers at SMP Negeri 1 Abiansemal to apply the PBL learning model because it can increase the activity of basketball passing learning outcomes.

Keywords: PBL learning model, activities, learning outcomes, basketball

History:

Received: 17-02-2022

Revised: 28-2-2022

Accepted: 15-03-2022

Published: 31-03-2022

Publisher: Undiksha Press

Licensed: This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 3.0 License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan spikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai yang meliputi sikap mental, emosional, sportivitas, spiritual, soaial, serta pembiasaan pola hidup sehat yang muara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan spikis yang seimbang dalam proses pembelajaran.

Proses pembelajaran merupakan suatu proses yang melibatkan interaksi antara peserta didik dengan guru maupun peserta didik dengan peserta didik, di mana dari interaksi tersebut diharapkan mendapatkan pemahaman tentang apa yang diperoleh dalam situasi belajar mengajar. Dalam proses pembelajaran yang dilaksanakan di bangku sekolah, banyak faktor yang mempengaruhi tercapainya hasil belajar, yaitu faktor internal dan eksternal. Dengan penggunaan model pembelajaran yang tepat dan inovatif diharapkan dapat menciptakan lingkungan dan suasana kondusif. Proses pembelajaran dikatakan berhasil apabila ada perubahan-perubahan yang nampak pada peserta didik, baik yang menyangkut perubahan pengetahuan, sikap maupun keterampilan. Oleh karena itu guru diharapkan mampu memilih model yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan pembelajaran yang dipelajari serta tujuan dari pembelajaran. Sehingga pada diri peserta didik tidak terjadi kejenuhan, rasa bosan pada diri peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran.

Peneliti memberikan alternatif pemecah masalah yakni dengan menerapkan model pembelajaran *problem based learning*. Mode pembelajaran PBL merupakan pembelajaran menggunakan masalah nyata yang tidak struktur dan bersifat terbuka sebagai konteks bagi peserta didik untuk mengembangkan keterampilan menyelesaikan masalah dan berfikir kritis serta sekaligus membangun pengetahuan baru (Fathurrohman, 2017). Model pembelajaran PBL adalah salah satu tipe pembelajaran yang strategis dan fleksibel. Dalam pembelajaran PBL terdapat beberapa bagian yaitu orientasi peserta didik pada masalah, mengorganisasikan peserta didik untuk belajar, membimbing menyelidiki individual maupun kelompok, mengembangkan dan menyajikan hasil karya Model pembelajaran PBL adalah salah satu tipe pembelajaran yang strategis dan fleksibel. Dalam pembelajaran PBL terdapat beberapa bagian yaitu orientasi peserta didik pada masalah, mengorganisasi peserta didik untuk belajar, membimbing penyelidikan individual maupun kelompok, mengembangkan dan menyajikan hasil karya, serta menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Model pembelajaran PBL mampu meningkatkan kemampuan peserta didik serta dalam memecahkan masalah nyata yang ada. Membantu peserta didik mengembangkan pengetahuan dan mempermudah dalam penguasaan konsep untuk memecahkan masalah pada dunia nyata. Pada model ini, proses belajar tidak hanya terfokus kepada pendidik melainkan terfokus pada peserta didik dalam pemecahan masalah yang ada dan pendidik hanya bertugas membimbing peserta didik agar dapat menemukan solusi atas masalah yang dikemukakan. Studi kasus terdahulu yang dilakukan oleh Sugihartono (2019) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran PBL dalam pembelajaran senam irama poco- poco olahraga mampu memberikan rangsangan yang kuat untuk belajar gerak secara mandiri, dan memecahkan masalah dalam kelompok secara efektif sehingga penguasaan keterampilan gerak poco- poco olahraga dapat mencapai ketuntasan hingga 87%. Penerapan model pembelajaran PBL dapat meningkatkan hasil belajar dan aktivitas peserta didik pada pembelajaran senam irama poco-poco olahraga (Sugihartono, 2019). Sejalan dengan penelitian oleh Sukarini (2020) dengan hasil penelitian menunjukkan penerapan model pembelajaran PBL dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal dengan ketuntasan belajar peserta didik pada siklus II mencapai 100%. Respon siswa sangat positif terhadap penerapan model pembelajaran PBL, karena siswa dapat berpartisipasi secara aktif dan suasana belajar sangat

menyenangkan (Sukarini,2020).

Dari beberapa cabang olahraga yang ada pada kurikulum di kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal, peneliti ingin mencoba menerapkan model pembelajaran PBL pada salah satu cabang olahraga yaitu teknik dasar *passing* bola basket. Hal ini karena aktifitas dan hasil belajar pada peserta didik kelas VII F mengalami ketidak tuntas yang cukup signifikan. Peserta didik kelas VII F berjumlah 38 orang, peserta didik yang tuntas dalam aktivitas belajar sejumlah 18 orang (30%) dan peserta didik yang tidak tuntas sebanyak 20 orang (70%). Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa rendahnya aktivitas dan hasil belajar peserta didik disebabkan beberapa hal, pertama. Model pembelajaran yang diterapkan belum sesuai dengan kondisi di lapangan dan peserta didik. Kedua, kurang dikembangkannya minat dan bakat peserta didik dalam proses pembelajaran. Ketiga, peserta didik belum bersifat aktif dalam proses pembelajaran seperti memperhatikan dan mendengarkan penjelasan guru. Keempat, peserta didik kurang bisa memahami dan mengingat kembali materi pembelajaran yang telah diberikan.

Mata pembelajaran PJOK di sekolah, memiliki beberapa materi salah satunya olahraga bola basket. Olahraga bola basket merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Adapun teknik dasar dalam permainan bola basket yaitu *ball handling, shooting, lay up, defance, offence, passing* melempar mengoper bola terdiri dari tiga cara, yaitu: melempar bola dari atas kepala (*over hand pass*), melempar bola dari depan dada (*chest pass*), dan melempar bola dengan memantulkan ke lantai (*bounce pass*).

Hasil belajar yang tidak tuntas disebabkan oleh banyaknya peserta didik yang belum memahami materi-materi yang disampaikan oleh guru, hal ini disebabkan dalam proses pembelajaran masih perpusat pada guru yang menyebabkan peserta didik pasif dan kurang memahami materi tersebut. Selain itu, model pembelajaran yang kurang bervariasi dan inovatif menyebabkan masih banyak peserta didik hasil belajarnya menjadi rendah dan belum mencapai (KBM). Dengan demikian perlu adanya inovasi dalam hal pengelolaan kelas baik dalam penggunaan model pembelajaran dan variasi guru dalam penyampaian materi sehingga dapat memperbaiki hasil belajar peserta didik. Model pembelajaran yang tepat dapat memperbaiki hasil belajar peserta didik.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang mampu menawarkan cara dan prosedur baru untuk memperbaiki dan meningkatkan profesionalisme guru dalam proses belajar mengajar (pembelajaran) di kelas dengan melihat berbagai indikator keberhasilan proses dan hasil pembelajaran yang terjadi pada peserta didik. Menurut Kanca (2010: 107) PTK adalah penelitian yang dilakukan oleh guru dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri dalam rangka memperbaiki kinerjanya selaku guru sehingga kualitas pembelajaran dan hasil belajar peserta didik menjadi lebih baik. PTK adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat selektif dengan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki atau meningkatkan praktik-praktik pembelajaran di kelas secara profesional. PTK ini dirancang sebanyak 2 siklus terdiri dari 2 kali pertemuan dengan evaluasi hasil belajar dilakukan di akhir pembelajaran. Setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu: rencana Tindakan, pelaksanaan Tindakan, observasi/evaluasi, dan refleksi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berkaitan dengan proses pembelajaran pada kondisi awal berdampak pula pada hasil belajar peserta didik. Hasil belajar peserta didik pada kondisi awal menunjukkan bahwa dari 37 peserta didik baru 15 peserta didik (39%) yang mencapai kriteria yang telah ditetapkan,

Sedangkan 22 peserta didik (61%) belum mencapai kriteria yang diharapkan. Dalam penelitian PTK ini menggunakan dua siklus dimana siklus I nilai peserta didik belum sepenuhnya tuntas dan belum mencapai KKM, maka dari itu peneliti melanjutkan kesiklus II dimana nilai peserta didik mencapai 92%.

Dalam penelitian PTK ini menggunakan dua siklus dimana siklus I nilai peserta didik belum sepenuhnya tuntas dan belum mencapai KKM, maka dari itu peneliti melanjutkan kesiklus II dimana nilai peserta didik mencapai 92%. Berikut tabel 1 hasil analisis data peserta didik siklus I

Tabel 1 Hasil Analisis Data Peserta Didik Siklus I

Jumlah Peserta Didik	37
Jumlah Nilai	2625
Rata-Rata	66
Nilai Tertinggi	75
Nilai Terendah	50
KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal)	75
Jumlah Peserta Didik Yang Mesti Remidi	17
Jumlah Peserta Didik Yang Perlu Pengayaan	20
Persentase Ketuntasan Belajar	52%

Tindakan dalam siklus I belum maksimal, namun telah mengalami peningkatan. Pada tahap pra tindakan peserta didik memiliki ketuntasan hanya 15 peserta didik, sedangkan dalam siklus I telah mengalami kenaikan menjadi 20 peserta didik. Nilai rata-rata hasil tes tindakan siklus I mengalami peningkatan dari 60 pra tindakan menjadi 66 pada siklus I. Nilai ketuntasan belajar meningkat dari 38% menjadi 52% namun peneliti ini harus dilanjutkan karena standar yang ditetapkan dari hasil ketuntasan belajar minimal peserta didik adalah 90% namun peneliti baru mendapatkan sebesar 52%, ini dikarenakan masih terdapatnya kekurangan-kekurangan yang ada pada siklus I, maka dari itu peneliti melanjutkan penelitian ini ke siklus II.

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hasil belajar pada penjasorkes peserta didik sudah sesuai dengan harapan mencapai di atas KKM 75. Ini dapat dilihat dari hasil belajar penjasorkes peserta didik sudah ada peningkatan yang cukup berarti jika di dibandingkan dengan tes siklus I yang dilakukan. Hal tersebut dapat dilihat dari rata-rata yang diperoleh peserta didik mencapai 83 dan serta ketuntasan materi mencapai 88%. Secara lebih rinci distribusi perolehan nilai dari peserta didik sebagai berikut.

Tabel 2 Hasil Analisis Data Peserta Didik Siklus II

Jumlah Peserta Didik	37
Jumlah Nilai	2905
Rata-Rata	80
Nilai Tertinggi	90
Nilai Terendah	60
KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal)	75
Jumlah Peserta Didik Yang Remidi	3
Jumlah Peserta Didik Yang Perlu Di Beri Pengayaan	35
Persentase Ketuntasan Belajar	92%

Berdasarkan pada saat pengamatan data siklus II, proses pembelajaran di kelas menunjukkan hasil yang baik. Pelaksanaan model pembelajaran PBL berjalan dengan lancar pada akhir siklus II, peneliti dan guru mengadakan diskusi untuk merefleksikan proses pembelajaran yang telah berlangsung. Hasil refleksi atas tindakan yang telah dilakukan pada siklus II sebagai berikut:

1. Pada umumnya peserta didik telah mengikuti pembelajaran dengan lebih baik.
2. Sebagian besar peserta didik sudah dapat melakukan pembelajaran penjasorkes dengan baik. Hal tersebut membuktikan bahwa dengan menggunakan model pembelajaran PBL dapat membantu peserta didik sebagai salah satu cara meningkatkan hasil belajar penjasorkes peserta didik kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal.

PEMBAHASAN

Dalam pembahasan disampaikan rangkuman hasil penelitian dari siklus dan semua aspek konsentrasi penelitian dengan diformulasikan ke dalam pembahasan tiap-tiap aspek yang diketahui adanya peningkatan atau tidak adanya perubahan dengan berbagai alasan yang rasional dan logis. Berdasarkan uraian tersebut maka pembahasan dapat disampaikan sebagai berikut:

Data prasiklus menunjukkan banyak kekurangan dalam pelaksanaan pembelajaran. Hasil yang diperoleh cukup rendah dan tidak sesuai dengan tuntutan yang dicanangkan untuk peningkatan hasil belajar di sekolah ini. Hasil prasiklus yang rata-rata kelas baru mencapai 66 dengan ketuntasan belajar baru mencapai 52% membuat peneliti tertantang untuk memperbaikinya. Oleh karenanya model yang lebih konstruktivisme yaitu menggunakan model pembelajaran PBL.

Pada siklus I ini perbaikan pembelajaran dengan pemantapan pemberian motivasi-motivasi, arah-arahan dan tugas-tugas yang lebih menantang telah memfokuskan peserta didik untuk betul-betul dapat memahami apa yang dapat dipelajari. Nilai rata-rata sebesar 66 dengan persentase ketuntasan belajar 52% menunjukkan bahwa peserta didik sudah menguasai materi yang diajarkan walaupun belum begitu sempurna. Hal tersebut terjadi akibat penggunaan model pembelajaran PBL belum maksimal dapat dilakukan disebabkan penerapan model tersebut baru dicobakan sehingga guru masih belum mampu melaksanakannya sesuai alur teori yang benar. Kendala yang masih tersisa yang perlu dibahas adalah hasil yang dicapai pada siklus I ini belum memenuhi harapan sesuai dengan tuntutan usulan kriteria keberhasilan penelitian yaitu agar mencapai rata-rata kelas minimal sesuai KKM dengan ketuntasan belajar minimal 75%. Oleh karenanya upaya perbaikan lebih lanjut masih perlu diupayakan sehingga perlu dilakukan perencanaan yang lebih matang untuk siklus selanjutnya.

Pada siklus ke II perbaikan hasil belajar peserta didik diupayakan lebih maksimal dengan peneliti membuat perencanaan yang lebih baik, menggunakan alur dan teori dari model pembelajaran PBL dengan benar dan lebih maksimal. Peneliti giat memotivasi peserta didik agar giat belajar, memberi arahan-arahan, menuntun mereka untuk mampu menguasai materi pelajaran pada mata pelajaran Penjasorkes lebih optimal. Akhirnya dengan semua upaya tersebut peneliti mampu meningkatkan hasil belajar peserta didik pada siklus II menjadi rata-rata 80 dengan persentase ketuntasan belajar 92%. Hasil ini menunjukkan bahwa optimalisasi model pembelajaran PBL telah berhasil meningkatkan kemampuan peserta didik menempa ilmu sesuai harapan..

Dari hasil yang diperoleh pada siklus II ini rumusan masalah yang disampaikan maupun dijawab, begitu juga tujuan penelitian mampu diupayakan. Dengan hasil tersebut tindakan yang diajukan yaitu optimalisasi model pembelajaran PBL mampu dibuktikan kebenarannya yaitu meningkatkan aktivitas dan hasil belajar Penjasorkes peserta didik Kelas VII F SMP Negeri 1

Abiansemal tahun pelajaran 2021/2022. Oleh karenanya penelitian ini tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya.

SIMPULAN

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian serta pembahasan dalam penelitian, maka diperoleh suatu simpulan. Simpulan dari penelitian ini, yaitu model pembelajaran PBL dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar Penjasorkes pada Peserta Didik Kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal. Peningkatan proses dapat dilihat pada pelaksanaan pembelajaran yang berlangsung santai tapi serius, karena model pembelajaran PBL merupakan suatu tindakan kelas mengajar dengan memberikan latihan-latihan terhadap apa yang telah dipelajari peserta didik sehingga memperoleh suatu keterampilan tertentu. Kata PBL yang mampu menawarkan cara dan prosedur baru untuk memperbaiki dan meningkatkan profesionalisme guru dalam proses belajar mengajar (pembelajaran) di kelas dengan melihat berbagai indikator keberhasilan pembelajaran yang telah terjadi kepada peserta didik. Hal itu dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan dalam pelajaran penjasorkes, yaitu nilai rata-rata hasil tes belajar peserta didik dari kegiatan pratindakan ke siklus I meningkat dari 66 menjadi 80. Jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan belajar pada tahap pratindakan sebanyak 15 peserta didik, sedangkan pada siklus I meningkat menjadi 20 peserta didik dengan jumlah ketuntasan mencapai 52%. Pada siklus II nilai rata-rata siswa meningkat menjadi 80 dengan jumlah ketuntasan mencapai 92%. Dengan peningkatan ketuntasan belajar dari siklus I ke siklus II sebesar 41%.

Daftar Rujukan

- Adiwiguna. (2019). Pengaruh Model Problem Based Learning (PBL) Berorientasi Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis dan Literasi Sains Siswa Kelas V SD di Gugus I Gusti Ketut Pudja. *Jurnal Pendas*, 3(2).
- Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Surakarta : Era Intermedia
- Arends, R.(2008). *Learningto Teach :Belajaruntuk Mengajar*. Pustaka Belajar.
- Fathurrohman, M. (2017). *Model-Model Pembelajaran Inovatif*. Ar-Ruzz Media. *ForUnderstanding (Tgfu) Terhadap Hasil Belajar*
- Hamalik, O. (2008). *Kurikulum dan Pembelajaran*. PT Bumi Aksara.
- Kanca, I Nyoman. 2010. *Metodologi Penelitian Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Octavia, S. (2020). *Model-Model Pembelajaran*. CV Budi Utama.
- Passing Atas Bolavoli pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Jombang Tahun Pelajaran 2014/2015". Preneda Media Group.
- Rahayu, E. T. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Alfabeta.
- Rahman, T. (2018). *Aplikasi Model-Model Pembelajaran dalam Penelitian Tindakan Kelas*. CV Pilar Nusantara.
- Setiono, Poeguh. 2015. "Pengaruh Penerapan Pendekatan *Teaching Game*
- Sudiasih. (2018). *Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Masalah Berbantuan Media Konkrit terhadap Hasil Belajar Matematika Ditinjau dari Disposisi Matematika*. 2(2).

- Sugihartono, T. (2019). Model Problem Based Learning Meningkatkan Keterampilan Senam Irama Pada Pembelajaran Penjasorkes. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8274>
- Sukarini, N. N. (2020). Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Basket melalui Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning. *Journal of Education Action Research*, 4(3), 371–377.
- Suprijono, A. 2009. *Cooperative Learning*. Teori dan Aplikasi PAIKEM. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Thobrni, M. & A. M. (2011). *Belajar dan PEmbelajaran*. Ar-Ruzz Media.
- Trianto. (2009). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif*. Kencana
- Wirata, I. N. (2019). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan Prestasi Belajar IPA Siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia*, 3(9).
https://ejournal-pasca.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_ipa/article/view/2934/1571