



**PENINGKATAN PRESTASI BELAJAR PJOK MELALUI PENERAPAN
MODEL PEMBELAJARAN BERBASIS MASALAH (*PBL*) PADA SISWA
KELAS V UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1**

Amin Ade Saputra¹, Dr. Ians Aprilo S.Pd, M.Pd², Tonny Angriawan S.Pd, Gr³

¹ PPG, Universitas Negeri Makassar

Email: aminadesaputra13@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar Email: ians.aprilo@unm.ac.id

³ Pamong, UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1

Email: tonnyangriawan72@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas V UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1 pada mata pelajaran PJOK. Subjek penelitian melibatkan 30 siswa kelas IV, terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 14 siswa perempuan. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam dua siklus, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, evaluasi, dan refleksi. Data yang berkaitan dengan hasil belajar dikumpulkan melalui lembar observasi aktivitas siswa dan asesmen pembelajaran PJOK. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* dalam PJOK mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Hasil yang diperoleh adalah: 1) Ketuntasan belajar pada siklus I sebesar 57%, 2) Ketuntasan pada siklus II meningkat menjadi 77%. Dari data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan model *Problem Based Learning* dalam PJOK mampu meningkatkan hasil belajar siswa kelas V UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1. Selain itu, umpan balik siswa sangat positif, karena model ini memungkinkan siswa lebih aktif dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan.

Key World: *Prestasi Belajar, PBL, Siswa Kelas V*

PENDAHULUAN

Pentingnya pendidikan dalam kehidupan manusia mendorong berbagai pihak untuk terus melakukan riset guna menciptakan sistem pendidikan nasional yang mampu bersaing di kancah global. Salah satu langkah penting untuk mencapai tujuan ini adalah meningkatkan kualitas pendidikan. Hal ini mencakup pengembangan sumber daya manusia (SDM) serta perbaikan sarana dan prasarana pendidikan agar dapat berkompetisi secara global. Keberhasilan proses pembelajaran dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah peran guru dalam kegiatan belajar mengajar.

Guru memiliki dampak langsung terhadap perkembangan kecerdasan dan kemampuan siswa (Surawan, 2020). Oleh karena itu, dalam menghadapi tantangan pendidikan dan mencapai tujuan yang diharapkan, guru perlu memiliki metode pengajaran yang efektif serta mampu memilih model pembelajaran dan kurikulum yang sesuai dengan materi yang diajarkan.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari sistem pendidikan yang bertujuan mengembangkan anak secara menyeluruh, mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, dan moral-spiritual, dengan penekanan pada aktivitas fisik dan kebiasaan hidup sehat (Kemendikbudristek, 2022). Pendidikan jasmani adalah proses

pembelajaran melalui aktivitas fisik yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan, perkembangan, serta kemampuan motorik. Keberhasilan pendidikan jasmani dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk sarana dan prasarana, model pembelajaran yang digunakan oleh guru, serta proses pembelajaran secara keseluruhan.

Belajar merupakan proses perubahan perilaku yang tercermin dalam peningkatan kualitas dan kuantitas tindakan, mencakup keterampilan, pengetahuan, sikap, pemahaman, serta kemampuan berpikir. Hasil belajar siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, di mana sekitar 70% hasil belajar dipengaruhi oleh kemampuan individu, sementara 30% sisanya dipengaruhi oleh lingkungan. Oleh karena itu, lingkungan memainkan peran penting dalam menentukan kualitas pembelajaran (Sarini et al., 2018).

Hasil belajar adalah ukuran pencapaian tujuan pembelajaran yang menunjukkan keberhasilan siswa dalam proses belajar (Dirgatama et al., 2016; Marwati, 2020). Hasil ini mencakup perubahan perilaku yang bisa diamati dan diukur dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik, seperti perubahan sikap, pemahaman, keterampilan, dan pola tindakan lainnya (Anggraeni et al., 2017; Hajar, 2016; Swari, 2015). Evaluasi terhadap hasil belajar siswa dilakukan melalui berbagai metode penilaian (Nur et al., 2016; Rosnah, 2017). Namun, saat ini hasil belajar siswa masih belum optimal karena rendahnya motivasi, kurangnya partisipasi dalam proses pembelajaran, dan penggunaan metode pengajaran yang kurang tepat. Jika kondisi ini tidak segera diperbaiki, hasil belajar yang rendah akan terus terjadi, dan siswa bisa merasa takut gagal dalam mencapai tujuan pembelajaran (Sarini et al., 2018; Trisnawaty, 2017).

Problem Based Learning (PBL) adalah model pembelajaran di mana siswa dihadapkan pada masalah nyata dan diarahkan untuk mencari solusi secara mandiri, berfokus pada siswa sebagai pusat pembelajaran (Kurniasih & Berlin, 2017). PBL membantu siswa belajar berpikir kritis, memecahkan masalah, serta memperoleh pengetahuan baru secara efisien, kontekstual, dan terintegrasi dengan sistem tutorial (Harsono, 2015). Model ini memiliki berbagai keunggulan, seperti meningkatkan pemikiran kritis, kreativitas, semangat belajar, serta kemampuan untuk bekerja mandiri dan dalam kelompok.

Pembelajaran PJOK di UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1 masih berfokus pada guru, di mana metode ceramah dan demonstrasi mendominasi. Hal ini menyebabkan siswa menjadi pasif dan kurang termotivasi. Keterbatasan alat peraga serta minimnya keterlibatan aktif siswa turut berkontribusi pada rendahnya hasil belajar, dengan hanya 40% siswa yang mencapai ketuntasan, sementara 60% lainnya belum mencapai standar.

Melihat permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) guna meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK dengan menerapkan model pembelajaran berbasis masalah (PBL) pada siswa kelas V di UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan PBL dalam meningkatkan hasil belajar kognitif siswa serta menggambarkan peningkatan hasil belajar setelah menggunakan model PBL.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang bertujuan untuk mencari solusi atas permasalahan pembelajaran dengan meningkatkan kualitas proses pembelajaran demi

mencapai tujuan yang diinginkan. Meskipun PTK bersifat kualitatif, data kuantitatif juga dikumpulkan untuk menghitung persentase hasil belajar kognitif siswa serta penerapan model PBL. Penelitian dilakukan di UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1 pada siswa kelas V, yang berjumlah 30 siswa, terdiri dari 16 laki-laki dan 14 perempuan. Penelitian ini melalui empat tahap utama: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi (Arikunto, 2018). Pengumpulan data dilakukan melalui lembar evaluasi dan observasi untuk menilai aspek kognitif. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase untuk menghitung keterlaksanaan aktivitas pembelajaran. Adapun cara untuk menghitung persentase keterlaksanaan aktivitas pembelajaran.

Pengolahan hasil belajar siswa dianalisis untuk mengetahui pertumbuhan hasil belajar siswa pada setiap periodenya. Kemudian penerapan model diskusi dianalisis dengan menggunakan hasil observasi dan evaluasi selama proses pembelajaran.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Pratindakan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar PJOK melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* pada siswa kelas V UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1, dengan melibatkan 30 siswa sebagai subjek penelitian. Berikut adalah data hasil temuan dari penelitian tersebut.

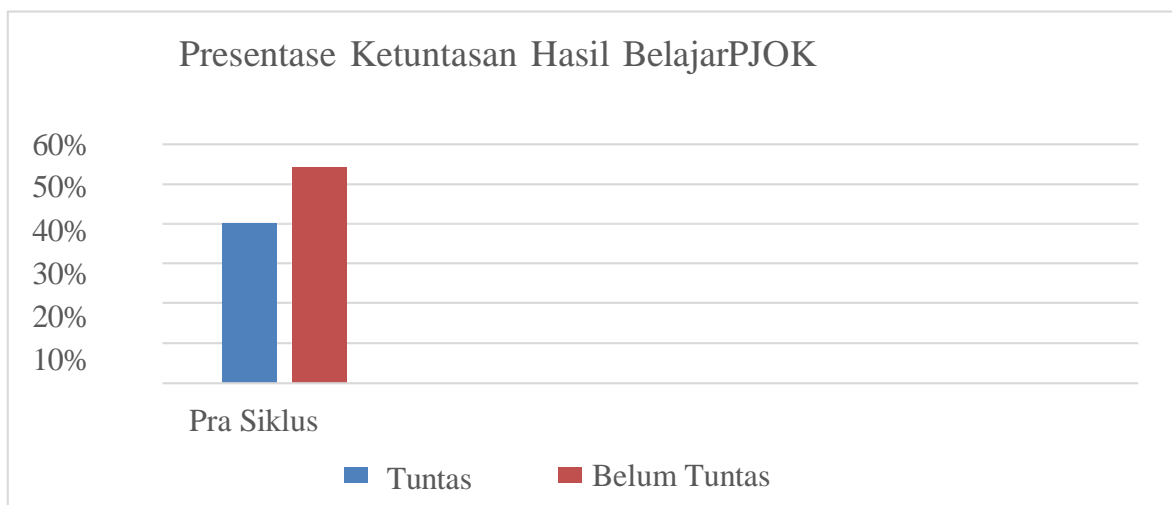
Pra Siklus

Berdasarkan data hasil observasi sebelum pembelajaran PJOK diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Data Hasil Belajar Pembelajaran PJOK pada Pembelajaran Pra Siklus

Interval Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
0% - 55%	5	17%
56% - 65%	7	23%
66% - 79%	9	30%
80% - 100%	9	30%
Tuntas	12	40%
Tidak Tuntas	18	60%

Tabel 1. menunjukkan evaluasi pembelajaran sebelum masuk pada siklus 1 dengan menerapkan model pembelajaran PBL, murid yang telah mencapai kriteria ketuntasan terdapat 12 orang (40%) dan yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal terdapat 18 orang (60%).



Gambar 1. Diagram data ketuntasan Hasil Belajar Murid menggunakan Model Pembelajaran PBL dalam Mata Pelajaran PJOK (N=30).

Siklus I

Berdasarkan temuan hasil penelitian siklus I setelah proses pembelajaran PJOK menggunakan model *Problem Based Learning* (PBL) diperoleh hasil sebagai berikut:

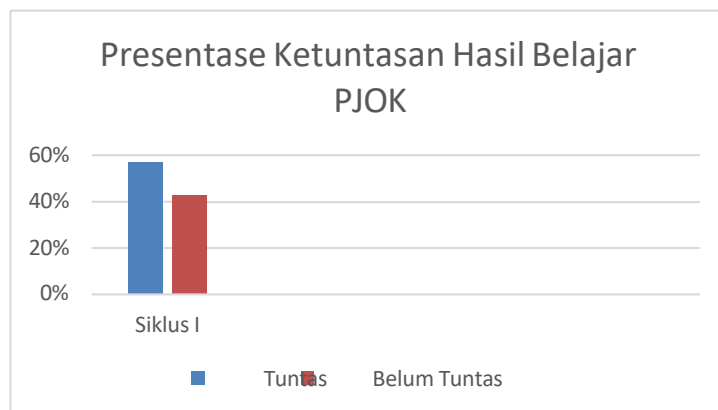
Tabel 2. Data Hasil Belajar Pembelajaran PJOK Siklus I

Interval Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
0% - 55%	7	23%

56% - 65%	5	17%
66% - 79%	11	37%
80% - 100%	7	23%
Tuntas	18	57%
Tidak Tuntas	12	43%

Tabel 2. Menunjukkan bahwa pada siklus I dengan menerapkan model pembelajaran PBL terdapat 17 orang (57%) yang sudah mencapai kriteria ketuntasan minimal dan sebanyak 13 orang (43%) belum mencapai kriteria ketuntasan minimal.

Gambar 2. Diagram Data Ketuntasan Hasil Belajar Murid pada Siklus I Menggunakan Model



Pembelajaran PBL dalam Mata Pelajaran PJOK (N=30).

Siklus II

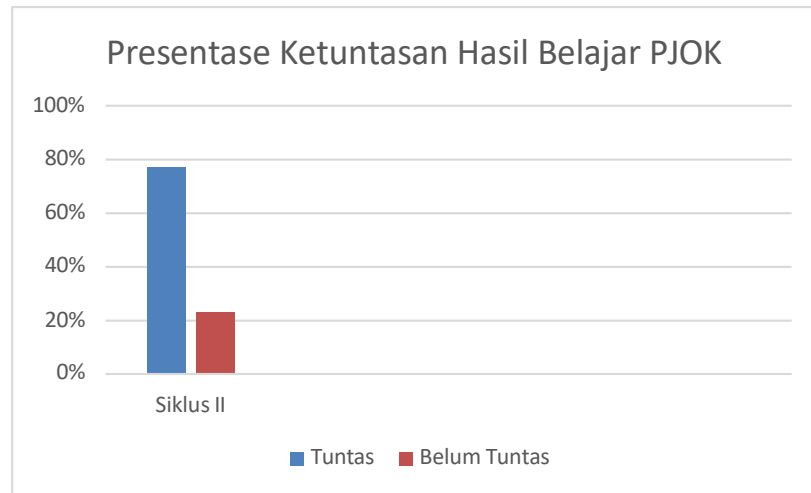
Berdasarkan temuan hasil penelitian siklus II setelah proses pembelajaran PJOK menggunakan model pembelajaran PBL diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Data Hasil Belajar Pembelajaran PJOK Siklus II

Interval Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
0% - 55%	3	10%
56% - 65%	4	13%
66% - 79%	11	37%
80% - 100%	12	40%
Tuntas	23	77%
Tidak Tuntas	7	23%

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada siklus II, penerapan model pembelajaran PBL menghasilkan peningkatan yang signifikan, dengan 23 siswa (77%) mencapai kriteria ketuntasan minimal, sementara 7 siswa (23%) masih belum memenuhi kriteria tersebut.

Gambar 2. Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Murid pada Siklus II Menggunakan Model



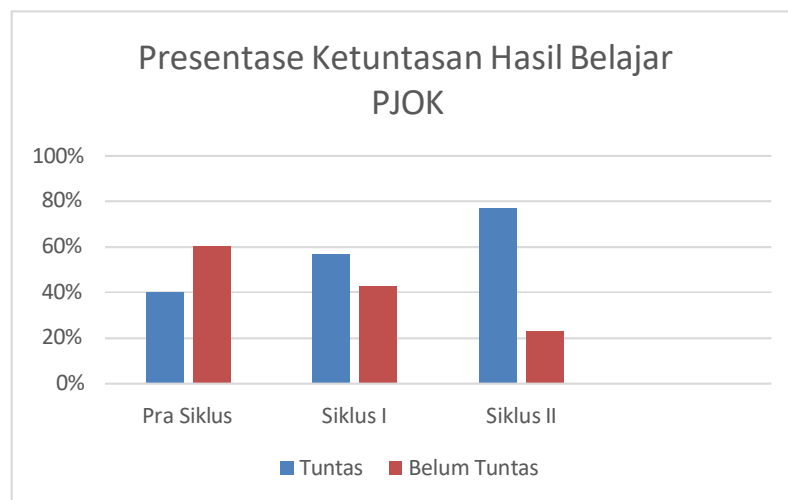
Pembelajaran PBL dalam Mata Pelajaran PJOK (N=30).

Berdasarkan hasil temuan penelitian pada siklus I dan siklus II setelah penerapan model pembelajaran PBL dalam pembelajaran PJOK, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Rangkuman Data Hasil Belajar Pembelajaran PJOK Siklus I dan Siklus II

	Tuntas	Tidak Tuntas
Pra Siklus	40%	60%
Siklus I	57%	43%
Siklus II	77%	23%

Tabel 4 menunjukkan peningkatan signifikan dalam hasil belajar PJOK setelah penerapan model PBL. Sebelum PBL, hanya 40% siswa yang lulus. Setelah Siklus I, ketuntasan naik menjadi 57%. Guru kemudian melakukan evaluasi, dan pada Siklus II, ketuntasan meningkat lagi menjadi 77%, naik 20% dari Siklus I.



Gambar 4. Diagram Data Ketuntasan Hasil Belajar Murid pada semua Siklus Menggunakan Model PBL dalam Mata Pelajaran PJOK (N=30).

PEMBAHASAN

Penelitian pada siswa kelas V UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1 dihentikan pada siklus II karena telah memenuhi kriteria ketuntasan. Pada tahap pra siklus, hanya 40% siswa yang mencapai ketuntasan, dengan 12 dari 30 siswa yang berhasil memenuhi standar. Kondisi ini mendorong dilakukannya penelitian tindakan kelas (PTK) dengan penerapan model Problem Based Learning (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar PJOK di kelas V. Pada siklus I, ketuntasan siswa meningkat menjadi 57%, meskipun masih ada hambatan seperti beberapa siswa yang ragu dalam menyampaikan pendapat, sehingga memerlukan bimbingan tambahan. Di siklus II, ketuntasan siswa meningkat lagi menjadi 77%.

Penerapan PBL terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar karena mampu mengubah pembelajaran yang sebelumnya pasif menjadi lebih aktif, dengan mendorong siswa untuk memecahkan masalah dan menemukan pengetahuan secara mandiri, sehingga pembelajaran menjadi lebih mudah dipahami. Penelitian lain juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa PBL dapat meningkatkan aktivitas mengajar, partisipasi siswa dalam belajar, serta hasil belajar mereka (Mairani, 2017; Marwati, 2020). Keberhasilan PBL terlihat dari kemampuan siswa untuk berpikir kritis dan aktif membangun pengetahuan melalui interaksi dengan lingkungan belajar. PBL juga menjadikan pembelajaran lebih bermakna, dengan memusatkan perhatian siswa pada materi, mengaitkan masalah dengan kehidupan sehari-hari, serta meningkatkan kolaborasi di dalam kelas.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas selama dua siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) dalam pembelajaran PJOK berhasil meningkatkan hasil belajar siswa kelas V UPT SPF SDN KIP Bara-baraya 1. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan ketuntasan belajar siswa, dari 40% pada tahap pra siklus, menjadi 57% pada siklus I, dan mencapai 77% pada siklus II. Kenaikan ini memperlihatkan adanya peningkatan di setiap siklus, yang berdampak positif pada hasil belajar siswa dan pencapaian tujuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, S. S., Muchlis, E. E., & Rusdi, R. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa dengan Menerapkan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Circ Pada Materi Segitiga dan Segiempat Kelas VII SMP Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Penelitian Pembelajaran Matematika Sekolah (JP2MS)*, 1(1), 94–100. <https://doi.org/10.33369/jp2ms.1.1.94-100>.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta. Dirgatama,
- C. H. A., Th, D. S., & Ninghardjanti, P. (2016). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning dengan Mengimplementasi Program Microsoft Excel Untuk Meningkatkan Keaktifan dan Hasil Belajar Mata Pelajaran Administrasi Kepegawaian Di Smk Negeri 1 Surakarta. *Jurnal Informasi dan Komunikasi Administrasi Perkantoran*. 1(1), 3653. <https://jurnal.uns.ac.id/JIKAP/article/view/19138/15396>
- Hajar, N. A. (2016). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sosiologi SMA Negeri Kebakkramat. *Jurnal FKIP UNS*.

<https://jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/sosant/article/view/8449>.

- Harsono. (2015). *Pengantar Problem-Based Learning*. (2 ed.). Medika Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada.
- Kemendikbudristek. (2022). *Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, Dan Jenjang Pendidikan Menengah Pada Kurikulum Merdeka*. Kemdikbud.
- Kurniasih, I., & Berlin, S. (2017). *Ragam Pengembangan Model Pembelajaran untuk Peningkatan Profesionalitas Guru*. Kata Pena.
- Lestari, N. M. S. A. (2016). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Dan Penilaian Proyek Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis IPA Siswa. *Jurnal Mimbar PGSD Undiksha Volume*, 4(2).
- Mairani, E. (2017). Jurnal Inovasi Pembelajaran Fisika (INPAFI). *Jurnal Inovasi Pembelajaran Fisika*, 1(1), 7–16.
- Marwati, I. (2020). Penerapan Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Kelas V SDN 7 Konda Indri. *Ojs.Uho.Ac.Id*, 1(4), 122–129.
- Nur, S., Pujiastuti, I. P., & Rahman, S. R. (2016). Efektivitas Model Problem Based Learning (Pbl) terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Prodi Pendidikan Biologi Universitas Sulawesi Barat. *Saintifik*, 2(2), 133–141. <https://doi.org/10.31605/saintifik.v2i2.105>
- Rosnah. (2017). *Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil belajar PKn Siswa Sekolah Dasar*. 3(4), 705–714.
- Sarini, N. K., Sudana, D. N., & Riastini, P. N. (2018). Hasil Belajar Ipa Kelas IV SD di Gugus II Santalia Melalui Tutor Sebaya. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 2(2), 94. <https://doi.org/10.23887/jisd.v2i2.15486>
- 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.
- Swari, P. K. W. (2015). Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Masalah (Problem Based Learning) Berbantuan Jobsheet Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pemrograman Web di Kelas X TKJ 4 Smk Negeri 3 Singaraja. *Kumpulan Artikel Mahasiswa Pendidikan Teknik Informatika*, 4(3).
- Trisnawaty, F. (2017). Peningkatkan Hasil Belajar Ipa Melalui Penggunaan Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas IV SD. *Satya Widya*, 33(1), 37. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2017.v33.i1.p37-44>
- Wahyuni, I. G. A. W. D. (2017). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SD. *e-Journal PGSD Universitas Pendidikan Ganesha Mimbar PGSD*, 5(2).
- Woa, K. M., Uta, S., & Susilo, S. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah Geografi pada Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian*, 406–411.