



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar PJOK melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning (Pbl) pada Siswa Kelas V UPT SPF SDN Mongisidi II

Ardiansyah Asri¹, Sufitriyono², Khadijah Yulianty³

¹ PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: Ardiansyahasri10@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: Sufitriyono@unm.ac.id

³PJKR, UPT SPF SDN Mongisidi II

Email: Khadijahyulianty@gmail.com

Artikel info

Received; 02-01-2025

Revised;03-01-2025

Accepted;04-02-2025

Published,31-03-2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa di UPT SPF SDN Mongisidi II pada mata pelajaran PJOK semester ganjil tahun ajaran 2024/2025. Sampel penelitian melibatkan 27 siswa. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, meliputi tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, evaluasi, dan refleksi. Data mengenai hasil belajar siswa dikumpulkan menggunakan lembar observasi aktivitas belajar dan asesmen mata pelajaran PJOK, kemudian dianalisis dengan metode deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Pada siklus I, tingkat ketuntasan belajar siswa mencapai 56%, yang kemudian meningkat menjadi 85% pada siklus II. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas model PBL dalam pembelajaran PJOK. Selain itu, umpan balik dari siswa sangat positif terhadap penerapan model PBL, karena siswa dapat terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan merasa suasana belajar menjadi lebih menyenangkan. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan model PBL efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas V UPT SPF SDN Mongisidi II.

artikel global jurnal sport dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

Key words:

Hasil Belajar; Problem Based Learning, PJOK



PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia, yang mendorong berbagai pihak untuk terus melakukan riset guna menciptakan sistem pendidikan nasional yang dapat bersaing di tingkat global. Salah satu langkah utama untuk mencapai hal tersebut adalah dengan meningkatkan kualitas pendidikan. Pengembangan sumber daya manusia (SDM) dan

perbaikan sarana serta prasarana menjadi beberapa faktor kunci yang perlu diperhatikan dalam mendukung terwujudnya pendidikan yang dapat berkompetisi di tingkat global.

Keberhasilan tujuan pembelajaran dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah peran guru dalam pelaksanaan proses belajar mengajar. Guru memiliki peran penting karena secara langsung dapat memengaruhi, membimbing, dan meningkatkan kecerdasan serta kemampuan siswa (Surawan, 2020). Untuk mengatasi berbagai tantangan dalam pembelajaran dan mencapai tujuan pendidikan secara optimal, guru diharapkan mampu menggunakan metode atau model pengajaran yang efektif. Selain itu, guru juga perlu memiliki keterampilan dalam memilih model pembelajaran dan kurikulum yang sesuai dengan konsep mata pelajaran yang akan diajarkan.

Di sekolah, terdapat berbagai mata pelajaran, salah satunya adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada dasarnya merupakan bagian dari sistem pendidikan umum yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara menyeluruh. Hal ini mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, serta moral-spiritual, dengan fokus pada aktivitas fisik dan pembentukan kebiasaan hidup sehat (Kemendikbudristek, 2022). Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan pada tingkat sekolah dasar. Menurut A'la (2019), Setiap mata pelajaran harus mampu mengembangkan ketiga ranah pendidikan, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik, meskipun dengan proporsi yang bervariasi. Salah satu mata pelajaran yang lebih menekankan pada ranah psikomotorik adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), karena pelajaran ini berfokus pada pengembangan keterampilan gerak motorik peserta didik. Meskipun demikian, ranah kognitif dan afektif tetap mendapatkan perhatian dalam pembelajaran PJOK. Penanaman pengetahuan kognitif dan pengembangan sikap afektif dalam mata pelajaran PJOK harus diutamakan, guna membangun pemahaman yang mendalam dan karakter yang baik pada siswa.

Keberhasilan dalam proses pendidikan jasmani dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk ketersediaan sarana dan prasarana, model pembelajaran, serta peran guru dalam proses pengajaran. Belajar sendiri merupakan proses perubahan perilaku yang tercermin dalam peningkatan kualitas dan kuantitas perilaku individu. Proses ini mencakup peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan berpikir, dan berbagai keterampilan lainnya. Hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua aspek utama, yaitu aspek internal, yang meliputi kondisi fisik dan psikologis siswa, serta aspek eksternal, seperti lingkungan belajar dan dukungan dari guru.

Hasil belajar adalah indikator dari tercapainya tujuan pembelajaran, yang berfungsi sebagai ukuran untuk menilai pencapaian siswa setelah mengikuti rangkaian kegiatan pembelajaran (Marwati, 2020). Hasil belajar merupakan usaha siswa dalam memenuhi suatu tahapan pencapaian yang dinilai melalui pemberian. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada UPT SPF Mongisidi II siswa kelas V, terlihat bahwa hasil belajar peserta didik cenderung pasif dan masih belum optimal. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya motivasi dan keaktifan siswa selama proses pembelajaran, serta penggunaan model pembelajaran yang berpusat pada guru yang masih kurang efektif. Pembelajaran PJOK menghadapi sejumlah kendala, salah satunya adalah penggunaan model pembelajaran yang masih berpusat pada guru. Hal ini sering kali disebabkan oleh kurangnya kesiapan siswa sebelum memulai aktivitas pembelajaran. Akibatnya, guru cenderung menggunakan metode tradisional, seperti ceramah dan beberapa peragaan, tanpa memberikan perhatian pada permasalahan yang dihadapi siswa. Pendekatan semacam ini berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK. Dalam pengamatan awal yang dilakukan, diperoleh data dari penilaian akhir pembelajaran yang menunjukkan bahwa hanya 30% siswa (8 orang)

yang mencapai ketuntasan materi, sementara 70% siswa (19 orang) belum mencapai ketuntasan tersebut.

Berdasarkan data hasil pengamatan di atas, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) guna meningkatkan kualitas pembelajaran serta mendukung misi berkelanjutan Program Pendidikan Profesi Guru (PPG) Prajabatan melalui penerapan model pembelajaran Project Based Learning (PBL). Problem Based Learning (PBL) merupakan model pembelajaran di mana siswa dihadapkan pada suatu masalah, kemudian mereka melalui proses pencarian informasi secara mandiri dengan pendekatan yang berfokus pada siswa (Kurniasih & Berlin, 2017).

Model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) memiliki berbagai keunggulan, di antaranya: (1) Meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan kreativitas siswa; (2) Membantu siswa dalam memecahkan masalah secara mandiri; (3) Meningkatkan motivasi dan semangat belajar siswa; (4) Membantu siswa mentransfer pengetahuan ke situasi baru; (5) Merangsang inisiatif belajar mandiri siswa; (6) Mendorong siswa untuk mengekspresikan kreativitas dalam penyelidikan masalah; (7) Menjadikan pembelajaran lebih bermakna; (8) Memungkinkan integrasi pengetahuan dan keterampilan yang relevan dengan konteks; (9) Meningkatkan kemampuan berpikir kritis, mengembangkan inisiatif kerja, motivasi intrinsik untuk belajar, dan memperkuat hubungan interpersonal dalam kerja kelompok (Kurniasih & Berlin, 2017).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini bertujuan untuk menemukan solusi atas permasalahan yang terjadi dalam proses pembelajaran dengan cara meningkatkan kinerja pengajaran agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh seorang guru di kelasnya sendiri dengan langkah-langkah yang mencakup perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi tindakan secara partisipatif untuk meningkatkan kualitas kinerja guru, sehingga hasil belajar siswa dapat mengalami perbaikan. Penelitian ini dilaksanakan di UPT SPF SDN Mongisidi II, khususnya pada siswa kelas V yang terdiri dari 27 siswa. Secara umum, terdapat empat tahap yang dilalui dalam penelitian ini, yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi (Arikunto, 2018). Data dikumpulkan melalui evaluasi dan observasi yang berfokus pada penilaian aspek kognitif dalam pembelajaran. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase,

Berikut ini merupakan tabel kriteria penentuan penilaian penerapan model *Project Based Learning* (PBL) melalui strategi pembelajaran yang berdiferensiasi (Arikunto,2018).

Tabel 1. Kriteria Penilaian

Interval	Kategori
80% - 100%	Sangat Baik
66% - 79%	Baik
56% - 65%	Cukup
0% - 55%	Kurang

Pengolahan data hasil belajar siswa kemudian dianalisis untuk mengetahui pertumbuhan dari hasil belajar siswa pada setiap siklusnya. Selanjutnya penerapan model diskusi dianalisis melalui hasil observasi dan evaluasi selama proses pembelajaran.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan deskripsi data penelitian, maka didapatkan hasil penelitian sebagai berikut:

Pra Siklus

Tabel 1. Data Hasil Belajar Pra Siklus

Interval Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
80% - 100%	3	11%
66% - 79%	5	19%
56% - 65%	13	48%
0% - 55%	6	22%
Tuntas	8	30%
Tidak Tuntas	19	70%

Berdasarkan hasil belajar pra siklus pada tabel 1. Menunjukkan hasil evaluasi pembelajaran sebelum memasuki siklus 1 dengan penerapan model pembelajaran PBL menunjukkan bahwa 8 siswa (30%) telah memenuhi kriteria ketuntasan, sementara 19 siswa (70%) belum mencapai kriteria ketuntasan minimal.

Siklus 1

Tabel 2. Data Hasil Belajar Siklus 1

Interval Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
80% - 100%	8	30%
66% - 79%	7	26%
56% - 65%	8	30%
0% - 55%	4	14%
Tuntas	15	56%
Tidak Tuntas	12	44%

Berdasarkan hasil belajar siklus 1 pada tabel 2. Menunjukkan hasil evaluasi pembelajaran dengan penerapan model pembelajaran PBL menunjukkan bahwa 15 siswa (56%) telah memenuhi kriteria ketuntasan, dan sebanyak 12 siswa (44%) belum mencapai kriteria ketuntasan minimal.

Siklus 2

Tabel 3. Data Hasil Belajar Siklus 2

Interval Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
80% - 100%	15	56%
66% - 79%	8	30%
56% - 65%	2	7%
0% - 55%	2	7%
Tuntas	23	85%
Tidak Tuntas	4	15%

Berdasarkan hasil belajar siklus 2 pada tabel 3. Menunjukkan hasil evaluasi pembelajaran dengan penerapan model pembelajaran PBL menunjukkan bahwa 23 siswa (85%) telah memenuhi kriteria ketuntasan, dan sebanyak 4 siswa (15%) belum mencapai kriteria ketuntasan minimal.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap siswa di UPT SPF SDN Mongisidi II kelas V pada pra-siklus, siklus I, dan siklus II, penelitian ini dihentikan pada siklus II karena telah mencapai kriteria ketuntasan yang ditetapkan. Penelitian tindakan kelas (PTK) ini dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa di UPT SPF SDN Mongisidi II kelas V, dengan melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil observasi pada pra-siklus mengidentifikasi beberapa masalah, terlihat dari hasil belajar pada pembelajaran PJOK yang hanya mencapai 30% ketuntasan. Dari 27 jumlah keseluruhan siswa, hanya 8 siswa yang berhasil memenuhi kriteria ketuntasan. Masalah ini menjadi dasar pelaksanaan PTK untuk meningkatkan hasil belajar PJOK. Dalam penelitian ini, model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) diterapkan untuk membantu siswa memahami materi dan meningkatkan hasil belajar mereka. Pada siklus I, nilai ketuntasan yang tercapai adalah 56%, meskipun terdapat kendala berupa ketakutan atau keraguan siswa dalam menyampaikan pendapat, sehingga bimbingan dan motivasi masih diperlukan selama proses pembelajaran. Pada siklus II, nilai ketuntasan meningkat menjadi 85%, menunjukkan adanya perbaikan dalam hasil belajar siswa dibandingkan dengan siklus I.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Peningkatan ini terjadi karena PBL mengubah kondisi pembelajaran yang awalnya pasif menjadi lebih aktif, di mana siswa dapat terlibat langsung dalam pemecahan masalah yang diberikan. Melalui model ini, siswa dapat menemukan sendiri pengetahuan yang dipelajari, sehingga pembelajaran menjadi lebih mudah dipahami. Selain itu, PBL dapat memotivasi siswa dan memperkuat pemahaman mereka terhadap materi. Temuan ini didukung oleh peneliti terdahulu, seperti Mairani (2017), yang mengungkapkan bahwa PBL meningkatkan hasil belajar siswa, serta Marwati (2020), yang menemukan bahwa PBL meningkatkan aktivitas belajar siswa, aktivitas mengajar guru, dan hasil belajar. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa PBL berpengaruh positif terhadap kemampuan pemecahan masalah geografi (Woa et al., 2018).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan model PBL efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya pada mata pelajaran PJOK untuk siswa kelas V UPT SPF SDN Mongisidi II. Keberhasilan ini tercermin dalam kemampuan siswa untuk berpikir kritis dan mengkonstruksi pengetahuan secara aktif melalui interaksi dengan lingkungan belajar yang dirancang oleh guru sebagai fasilitator. Model PBL, yang berorientasi pada siswa, bertujuan untuk mengembangkan kemampuan berpikir, keterampilan pemecahan masalah, dan kemampuan intelektual siswa. Penerapan PBL juga memiliki implikasi positif, seperti meningkatkan fokus siswa dalam pembelajaran, kemampuan mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari, serta keterampilan kolaborasi siswa, sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan model PBL efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya pada mata pelajaran PJOK untuk siswa kelas V UPT SPF SDN Mongisidi II. Keberhasilan ini tercermin dalam kemampuan siswa untuk berpikir kritis dan mengkonstruksi pengetahuan secara aktif melalui interaksi dengan lingkungan belajar yang dirancang oleh guru sebagai fasilitator.

Model PBL, yang berorientasi pada siswa, bertujuan untuk mengembangkan kemampuan berpikir, keterampilan pemecahan masalah, dan kemampuan intelektual siswa. Penerapan PBL juga memiliki implikasi positif, seperti meningkatkan fokus siswa dalam pembelajaran, kemampuan mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari, serta keterampilan kolaborasi siswa, sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Wahyuni (2017) dalam penelitiannya berjudul Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SD. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa model pembelajaran PBL berpengaruh positif terhadap hasil belajar IPA siswa kelas V SD di Gugus V Kecamatan Gerokgak pada Tahun Pelajaran 2016/2017. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sukarini (2020) juga mendukung temuan ini, di mana penerapan model PBL secara efektif dapat meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), khususnya pada materi permainan bola basket siswa kelas VII.C semester ganjil di SMP Negeri 4 Abiansemal Tahun Pelajaran 2017/2018. Hal ini menunjukkan bahwa model PBL memiliki dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek pembelajaran di berbagai mata pelajaran.

KESIMPULAN

Hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan selama dua siklus menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dalam mata pelajaran PJOK efektif meningkatkan hasil belajar siswa UPT SPF SDN Mongisidi II kelas V. Peningkatan ini terlihat dari data hasil belajar siswa yang menunjukkan kenaikan dari pra-siklus, siklus I, hingga siklus II. Pada tahap pra-siklus, tingkat ketuntasan siswa mencapai 30%, meningkat menjadi 56% pada siklus I, dan meningkat signifikan hingga 85% pada siklus II.

Kenaikan ini menunjukkan bahwa hasil belajar siswa terus meningkat seiring dengan perbaikan proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap siklus. Perbaikan ini tidak hanya meningkatkan kualitas pembelajaran, tetapi juga mendukung ketercapaian tujuan penelitian, yakni meningkatkan hasil belajar siswa secara bertahap melalui penerapan model PBL.

DAFTAR PUSTAKA

- A'la, M. (2019). Penguatan Karakter Toleransi Melalui Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar. *MAGISTRA: Media Pengembangan Ilmu Pendidikan Dasar dan Keislaman*, 10(2), 130-145.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- 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.
- 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.

- Surawan, S. (2020). *Dinamika Dalam Belajar (Sebuah Kajian Psikologi Pendidikan)*.
- 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., Utaya, S., & Susilo, S. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah Geografi pada Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian*, 406–411.
- 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.