



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM LANTAI MELALUI MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) PADA SISWA KELAS VII

Ridha Yani¹, Drs. H. Abdu²

¹ PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: yaniridha0@gmail.com

² Guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, SMP Negeri 28 Satap Salenrang

Email: abdu345@gmail.com

Artikel info

Received; 02-03-2023

Revised; 03-04-2023

Accepted; 04-05-2023

Published; 25-05-2023

Abstrak

Senam lantai merupakan salah satu bagian dari rumpun senam. Senam ini memiliki gerakan- gerakan yang dilakukan diatas lantai menggunakan matras. Senam ini merupakan senam yang harus diberikan kepada peserta didik kelas VII SMP. Kemampuan aspek kognitif, afektif dan psikomotorik peserta dalam pembelajaran senam lantai sangatlah memberikan kontribusi terhadap pencapaian hasil belajar harus dilakukan secara optimal. Masih rendahnya hasil belajar senam lantai pada siswa kelas VII SMP Negeri 28 Satap Salenrang menjadi latar belakang penelitian ini dilakukan. Tujuan penelitian ini meningkatkan hasil belajar guling depan (roll depan) pada materi senam lantai melalui model pembelajaran Problem Based Learning pada siswa kelas VII SMP Negeri 28 Satap Salenrang. Penelitian tindakan kelas ini menggunakan subjek 27 siswa kelas VII A SMP Negeri 28 Satap Salenrang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian menggunakan metode observasi, dokumentasi, dan check list. Teknik analisis data yang digunakan deskriptif kualitatif. Hasil penelitian model pembelajaran Problem Based Learning dapat meningkatkan hasil belajar terlihat dari adanya peningkatan persentasi hasil belajar khususnya dalam pembelajaran senam lantai..

Key words:

*Pembelajaran, Senam
Lantai, Problem Based
Learning.*

artikel global teacher professioanl dengan akses terbuka dibawah lisensi CC
BY-4.0



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Rahayu, 2013). Pada mata pelajaran pendidikan jasmani terdapat materi pembelajaran senam lantai yang merupakan salah satu bagian dari rumpun senam. Senam ini memiliki gerakan-gerakan yang dilakukan diatas lantai menggunakan matras. Senam lantai ini biasa juga di sebut dengan senam bebas karena ketika melakukan gerakan-gerakan senam tidak menggunakan alat.

(Arends, 2008) Pendidikan jasmani harus diupayakan agar mencapai tujuan pendidikan, yaitu siswa dituntut untuk belajar gerak dengan mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada siswa kelas VII A SMP Negeri 28 Satap Salenrang yang berjumlah 27 siswa dengan siswa perempuan berjumlah 12 siswa dan siswa laki-laki berjumlah 15 siswa, diperoleh data dari hasil belajar senam lantai pada kompetensi dasar 3.6 Menganalisis berbagai keterampilan rangkaian gerak yang lebih kompleks dalam aktivitas spesifik senam lantai, 4.6 mempraktikkan keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam lantai untuk menghasilkan gerak yang efektif. Diketahui masih banyak siswa yang belum mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) (75) dalam pembelajaran senam lantai yaitu, ada 18 siswa (57,6%) dan yang sudah tuntas sebanyak 14 siswa (44,8%) dengan rata-rata kelas hanya 66,5.

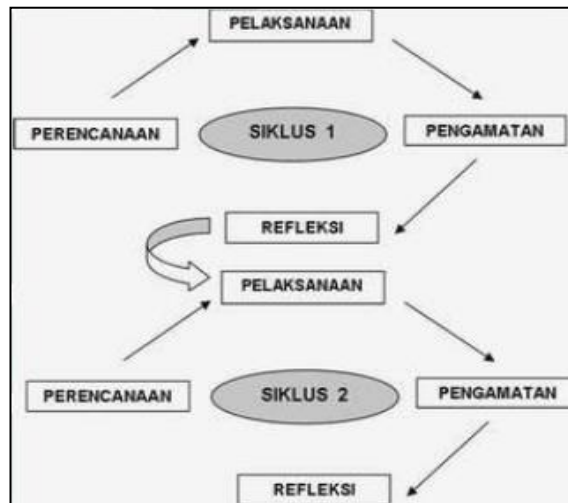
Dengan melihat data hasil belajar dan kondisi pembelajaran tersebut, guru memerlukan strategi penyampaian materi dan mendesain kegiatan belajar mengajar sehingga dapat merangsang hasil belajar yang efektif dan efisien sesuai dengan situasi dan kondisi siswa. Rendahnya hasil belajar siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain Siswa kurang terlibat aktif dalam pembelajaran senam lantai. Siswa kesulitan memahami materi yang dipelajari dan motivasi dalam belajar siswa rendah.

Melihat kondisi tersebut, untuk mengatasi permasalahan senam lantai pada siswa kelas VII A SMP Negeri 28 Satap Salenrang maka perlu diberikan model pembelajaran yang berbeda, yang tidak terpusat pada guru/tutor. Model pembelajaran yang sesuai untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam materi guling depan senam lantai salah satunya adalah model pembelajaran Problem Based Learning. model pembelajaran Problem Based Learning diharapkan siswa menjadi aktif dan tidak merasa kesulitan untuk belajar senam lantai sehingga mendapatkan hasil belajar yang lebih baik. Dalam buku Panduan Gerakan Literasi Sekolah di Sekolah Dasar (Waluyo dkk, 2016: 6) Kegiatan literasi sekolah terdiri atas tiga tahap yaitu tahap pembiasaan, tahap pengembangan, dan tahap pembelajaran. Tahap pembiasaan terdiri atas kegiatan membaca buku selama 15 menit di lingkungan sekolah. Tahap pengembangan terdiri atas kegiatan membaca terpadu, membaca bersama, berdiskusi, dan kegiatan pengembangan untuk masing-masing individu. Tahap pembelajaran terdiri atas kegiatan pembelajaran yang berbasis literasi, sehingga kegiatan literasi berbaur dengan kegiatan belajar di kelas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (classroom action research). Subjek penelitian adalah siswa kelas VII A SMPN 28 Satap Salenrang dengan jumlah siswa sebanyak 27 siswa, jumlah siswa laki-laki 15 siswa dan jumlah siswa perempuan 12 siswa. Obyek

dalam penelitian ini adalah pembelajaran guling depan (roll depan) senam lantai melalui model pembelajaran problem based learning siswa kelas VII A SMPN 28 Satap Salenrang.



Gambar 1 Siklus Teori Kurt Lewin

Prosedur atau langkah – langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan yang berbentuk siklus penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua siklus dan pada masing-masing siklus terdiri atas empat tahap, yaitu planning (perencanaan), action (tindakan), observasi (pengamatan), reflection (refleksi). Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode observasi, dokumentasi, dan check list.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil observasi dari 27 siswa diketahui bahwa, terdapat 40,75% siswa memiliki minat belajar senam lantai khususnya pada materi guling kedepan. Sedangkan sebanyak 59,25% siswa yang kurang memiliki minat belajar pada senam lantai. Dari data di atas dapat dilihat bahwa terdapat perbandingan yang jauh terhadap minat siswa pada pembelajaran senam lantai. Yaitu hanya sekitar 11 (40,75%) siswa yang tuntas dari jumlah siswa sebanyak 27 orang, selebihnya atau 16 (59,25%) siswa yang tidak tuntas.

Model Problem Based learning diterapkan dalam pembelajaran senam lantai yang dijadikan sebagai solusi dari permasalahan kurangnya minat peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran. pada siklus pertama jumlah siswa yang tuntas sebanyak 20 siswa dengan persentasi sebesar 74,07% dan siswa yang belum tuntas sebanyak 7 siswa dengan presentase 25,93%. Dengan jumlah siswa 27 dan dengan rata-rata nilai akhir 77,96. Dari data ini dapat dilihat adanya peningkatan pada minat dan hasil belajar siswa yaitu sebanyak 9 siswa (33,32%), sehingga pada persentase ketidak tuntasan juga mengalami penurunan yaitu dari 59,25% menjadi 25,93%. Karena tingginya persentasi dari ketidak tuntasan dan nilai rata-rata belum memenuhi target sehingga dilanjutkan pada siklus 2.

Pada siklus ke II, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dengan menggunakan pendekatan resiprokal ini. Peningkatan hasil belajar dapat dilihat dari kriteria siswa yang tuntas sebanyak 24 siswa dengan persentasi sebesar 88,89 % dan siswa tidak tuntas sebanyak 3 siswa dengan presentase 11,11 %. Julmlah siswa 27 dengan rata-rata nilai akhir 78,22. Pada siklus 2 ini, jumlah peserta didik yang tuntas sudah lebih dari 75%.

Pembahasan

Hasil penelitian pembelajaran Problem based learning dapat meningkatkan hasil belajar terlihat dari adanya peningkatan persentasi hasil belajar khususnya dalam pembelajaran senam lantai. Peningkatan persentasi hasil belajar dengan model problem based learning disebabkan model pembelajaran memiliki beberapa kelebihan diantaranya mendidik peserta didik untuk berpikir kritis, kreatif, dan terampil, meningkatkan keaktifan peserta didik selama pembelajaran berlangsung, peserta didik bisa terbiasa belajar dari sumber kredibel dan relevan dengan masalah, pembelajaran menjadi kondusif karena peserta didik aktif belajar dan fokus menyelesaikan masalah yang diberikan peserta didik sehingga siswa menjadi aktif dalam pembelajaran senam lantai dan siswa lebih mudah memahami materi karena menggunakan tutor sebaya serta termotivasi untuk belajar Hasil penelitian sebelum menggunakan model problem based learning dengan data awal 7 siswa (25,93%) tidak tuntas dan yang sudah tuntas sebanyak 20 siswa (74,07%) dengan rata-rata kelas hanya 77,96.

Setelah model problem based learning dilakukan pada ke II, menunjukkan peningkatan Peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 14,82% dengan jumlah siswa di siklus I sebanyak 20 siswa yang memenuhi kriteria tuntas dengan presentase 74,97 % dan rata-rata nilai akhir 77,96, sedangkan pada siklus II siswa yang memenuhi kriteria tuntas menjadi 24 siswa dengan presentase sebesar 88,89% dan rata-rata nilai akhir 78,22.

PENUTUP

Berdasarkan data-data hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar senam lantai dengan model pembelajaran problem based learning telah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan yaitu ketuntasan klasikal sekurang kurangnya 75%, dengan KKM mata pelajaran penjas di kelas VII A SMPN 28 Satap Salenrang sebesar 75. Dengan demikian model pembelajaran senam lantai menggunakan model pembelajaran problem based learning telah terbukti mampu meningkatkan hasil belajar senam lantai.

DAFTAR PUSTAKA

- Arends, Richard I. (2008). *Learning To Teach Belajar untuk Mengajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hlm. 41 - 57.
- Aris, Shoimin. (2014). *Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Daryanto. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas Dan Penelitian Tindakan Sekolah*. Yogyakarta: Gava Media.
- Husdarta. (2010). *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Mohammad, Jauhar. (2011). *Implementasi PAIKEM dari Behavioristik sampai Konstruktivistik*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Rahayu. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, Arikunto. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara. Jakarta: Bumi Aksara Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Trianto. (2010). *Model Pembelajaran Terpadu dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Prestasi Pustaka.