



**EFEKTIVITAS BELAJAR TEKNIK DASAR MENENDANG BOLA MELALUI
METODE PROBLEM BASED LEARNING (PBL) SISWA KELAS V A SD NEGERI
PAJJAANG KOTA MAKASSAR**

M. Aris Munandar¹, Rachmat Kasmad², Rosmawati³

^{1,2} Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar

Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui peningkatan hasil belajar Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan pada Siswa kelas V A SD Negeri Pajjang Kota Makassar dengan gerakan menendang bola. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (Classroom Action Research) yang dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dengan guru. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari empat komponen yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi, dokumentasi dan tes. Analisis yang data dilakukan dalam 3 tahap yaitu reduksi, penyajian data serta menarik kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (a) Peragaan menendang bola dapat meningkatkan partisipasi belajar siswa. Peningkatan kemampuan dapat dilihat melalui aspek mendengar penjelasan pada siklus I sebesar 66% meningkat menjadi sebesar 91% pada siklus II. Partisipasi dalam mengamati contoh gerakan siklus 1 sebesar 59% meningkat menjadi sebesar 75% pada siklus II. Partisipasi dalam menanya siklus I sebesar 47 % meningkat menjadi sebesar 56% pada siklus II. Partisipasi dalam menirukan gerakan siklus I sebesar 63% meningkat menjadi sebesar 84 % pada siklus II. Partisipasi dalam melatih gerakan siklus I sebesar 56% meningkat menjadi sebesar 84% pada siklus II. Partisipasi dalam melakukan permainan siklus I sebesar 44 % meningkat menjadi sebesar 49% pada siklus II. (b) Pemanfaatan metode gerakan permainan sepak bola dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Rata-rata hasil belajar siswa pada siklus I sebesar 81,78 meningkat menjadi 86,38 pada siklus II.

Kata Kunci: efektivitas belajar, menendang bola, sepak bola

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani adalah bentuk pendidikan yang melibatkan penggunaan dan peningkatan kemampuan dalam melakukan berbagai gerakan tubuh melalui kegiatan olahraga secara teratur, serta pemahaman tentang pentingnya kesehatan. Hal ini bertujuan untuk merangsang pertumbuhan fisik, perkembangan psikologis, penguasaan keterampilan gerak, dan pengamalan gaya hidup sehat. Kegiatan pembelajaran di sekolah membutuhkan Perencanaan yang teliti dalam merencanakan. Tujuannya adalah agar arah dan tujuan pembelajaran menjadi jelas, baik dalam pengelolaan kelas maupun hasil belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini mencakup aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif.

Dalam proses pengajaran pendidikan jasmani, seorang guru perlu memiliki kemampuan untuk mengajarkan berbagai keterampilan dasar dalam gerakan, teknik, dan

strategi yang berkaitan dengan alat bantu atau peralatan olahraga, serta menginternalisasi nilai-nilai seperti sportivitas, kejujuran, dan kerjasama. Kegiatan yang diberikan dalam pembelajaran harus disusun dengan metode yang tepat agar tujuan pengajaran dapat tercapai. Melalui pendidikan jasmani, diharapkan siswa dapat merasakan berbagai pengalaman untuk mengekspresikan diri dengan cara yang menyenangkan, kreatif, inovatif, serta meningkatkan pemahaman mereka terhadap gerakan manusia. Dalam hal ini, penting untuk menggunakan berbagai pendekatan, variasi, dan modifikasi dalam pelaksanaan pembelajaran agar siswa tidak merasa bosan.

Salah satu konsep yang diajarkan dalam pembelajaran sepak bola adalah teknik menendang bola. Teknik menendang bola ini merupakan teknik dasar yang pertama kali harus dikuasai setiap pemain sepak bola, dengan tujuan untuk mengoper bola kepada teman tim. Teknik dasar menendang bola dapat dibagi menjadi beberapa jenis tergantung kondisi, kemampuan, dan kebutuhan yang diperlukan dalam permainan. Langkah-langkah yang harus diikuti dalam pelaksanaannya adalah sebagai berikut: Posisi badan menghadap bola yang akan ditendang, kaki tumpu berada disamping bola ± 15 cm, ujung kaki menghadap ke sasaran, lutut kaki tumpu sedikit menekuk, kaki yang akan menendang ditarik ke belakang untuk mengambil ancang-ancang, perkenaan bola antara mata kaki bagian dalam sampai ujung ibu jari, pergelangan kaki ditegakkan saat mengenai bola, kaki diangkat menghadap sasaran, pandangan mata mengarah ke bola dan dilanjutkan mengarah ke sasaran.

Agar mencapai prestasi belajar yang positif, siswa perlu memiliki kemampuan dalam melakukan tendangan bola dengan teknik yang benar. Namun, pada kenyataannya, dalam proses pembelajaran di lapangan, banyak siswa menghadapi tantangan dalam melaksanakan gerakan tersebut.

Ada beberapa tantangan yang dihadapi dalam proses menendang bola dalam permainan sepak bola, di antaranya: a) Perkenaan bola kurang akurat sehingga arah bola tidak menentu. b) Keterbatasan dalam ketersediaan media, alat pembelajaran, dan sumber daya yang cocok dengan metode pembelajaran yang digunakan, membuat guru menghadapi kesulitan dalam mengembangkan materi pembelajaran, c) Pendekatan pembelajaran yang masih bersifat transformatif, dengan guru hanya mengalihkan pengetahuan atau materi kepada siswa tanpa memberi mereka peluang untuk mengembangkan kreativitas berpikir berdasarkan pengalaman pribadi atau interaksi selama pembelajaran. d) Seringkali, siswa cenderung meniru apa yang dikatakan, dilakukan, atau ditunjukkan oleh guru, sehingga kemampuan siswa dalam mengembangkan kreativitas atau mengekspresikan gerakan menjadi kurang.

Berdasarkan data diatas peneliti sebagai calon guru olahraga mencoba melakukan penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam permainan sepak bola gerakan menendang bola dengan baik dan benar. Berdasarkan data nilai tes tertulis maupun praktek pada materi permainan sepak bola dengan menendang bola atas kelas V pada tahun sebelumnya menunjukkan bahwa ketuntasan belajar hanya sekitar 70 – 80%. Hal ini disebabkan karena sekitar 65% peserta didik kurang memahami teknik permainan sepak bola serta kurang latihan dan kurang melakukan gerakan dalam bermain sepak bola dengan baik dan benar sehingga pelajaran penjaskes jadi kurang menarik dan tidak menyenangkan. Hal ini menyebabkan kemampuan siswa dalam permainan sepak bola menjadi rendah. Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul: “Efektivitas Belajar Teknik Dasar Menendang Bola Dengan Metode Problem Based Learning (PBL) Siswa Kelas V A SD Negeri Pajajiang Kota Makassar Tahun 2023”. Upaya untuk meningkatkan pembelajaran di bidang pendidikan salah satunya model pembelajaran yang di gunakan guru dalam menyampaikan materi. Setiap lembaga pendidikan formal memiliki kurikulum merupakan pedoman dalam melaksanakan pembelajaran.

METODE

Penelitian tindakan kelas ini dilakukan untuk mencoba menemukan suatu gagasan yang kemudian diterapkan dalam upaya perbaikan pembelajaran. Dalam penelitian tindakan ini mencoba menerapkan variasi metode pembelajaran yang baru yaitu metode pembelajaran melakukan permainan dan sepak bola yang diharapkan dapat memberikan perubahan ke arah perbaikan pada suatu proses pembelajaran yaitu dengan menggunakan rangkaian empat kegiatan yang dilakukan dalam siklus berulang. Empat kegiatan utama yang ada pada setiap siklus, yaitu:

1. Perencanaan (planning), yaitu persiapan yang dilakukan untuk pelaksanaan PTK.
2. Tindakan (acting), yaitu deskriptematikai tindakan yang akan dilakukan, skenario kerja tindakan, perbaikan kerja yang akan dilakukan dan prosedur tindakan yang diterapkan.
3. Observasi (observing), yaitu kegiatan mengamati dampak atas tindakan yang dilakukan. Kegiatan ini dapat dilakukan dengan cara pengamatan, wawancara atau cara lain yang sesuai dengan data yang dibutuhkan.
4. Refleksi (reflecting), yaitu kegiatan evaluasi tentang perubahan yang terjadi atau hasil yang diperoleh atas data yang terhimpun sebagai bentuk dampak tindakan yang telah dirancang.

Penelitian ini dilakukan dalam bentuk siklus, masing-masing siklus terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Penelitian ini didesain sebagai Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang akan dilakukan dengan beberapa siklus. Adapun langkah-langkah setiap siklus adalah sebagai berikut:

1. Perencanaan pada siklus pertama diawali dengan membuat perencanaan tentang materi dan pelaksanaan tindakan berupa penyiapan pembelajaran menggunakan metode pembelajaran bermain sepak bola dengan gerakan menendang bola yang akan dilakukan di kelas. Perencanaan ini disusun oleh peneliti yaitu dengan menyusun rencana pembelajaran. Langkah-langkah yang dilakukan dalam perencanaan tindakan antara lain sebagai berikut:
 - a. Membuat RPP/Modul Ajar dengan materi yang diajarkan
 - b. Menyiapkan langkah – langkah metode bermain sepak bola.
 - c. Menyusun lembar kerja siswa.
 - d. Menyiapkan instrumen yang diperlukan dalam pembelajaran yang akan dilakukan
 - e. Menyusun soal evaluasi.
2. Tindakan pembelajaran yang menggunakan metode pembelajaran dengan bermain sepak bola, langkah yang dilakukan pada waktu tindakan adalah mempersiapkan siswa untuk masuk ke materi dengan menyesuaikan keadaan siswa pada pembelajaran yang akan disampaikan.
3. Monitoring tindakan pada saat proses pembelajaran berlangsung, peneliti melakukan observer segala yang dilakukan oleh siswa. Observasi tersebut meliputi aktivitas siswa dan guru, keaktifan siswa, kreativitas yang dilakukan oleh guru melalui metode pembelajaran dengan bermain sepak bola serta interaksi

siswa dengan guru, siswa dengan siswa dan bahan ajar, pembelajaran yang membuat siswa merasa senang dan cara guru membimbing siswa dalam pembelajaran. Pada kegiatan pengamatan ini, peneliti menggunakan instrumen observasi yaitu lembar observasi.

4. Refleksi Dalam tahap ini, peneliti bersama kolaborator melakukan analisis dan memaknai hasil tindakan siklus 1. Apabila dalam hasil refleksi terdapat aspek-aspek yang belum dicapai/ berhasil, maka akan dilakukan perbaikan pada siklus II. Pelaksanaan siklus II akan dilaksanakan setelah refleksi pada siklus I. Apabila di dalam siklus tersebut belum memenuhi kriteria yang ingin dicapai maka dilakukan siklus selanjutnya untuk memperbaiki kriteria yang sudah ditentukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus I

Selama kegiatan belajar mengajar berlangsung observer melakukan pengamatan secara langsung mengenai partisipasi yang ditunjukkan oleh siswa dalam mata pelajaran PJOK. Hasil pengamatan partisipasi aktif siswa pada table 1.

Tabel 1. Hasil Observasi Partisipasi Aktif Siswa Pada Siklus 1

Aspek Yang Diamati	Jumlah Siswa Total	Partisipasi Aktif	
		Jumlah Siswa	Persentase
Mendengarkan penjelasan	32	21	66%
Mengamati contoh gerakan	32	19	59%
Menanya	32	15	47%
Menirukan gerakan	32	20	63%
Melatih gerakan	32	18	56%
Melakukan permainan	32	14	44%
Total Skor		107	334.34%
Rata-rata		17.83%	55.73%

Keterangan

Dari table 1 dapat diketahui bahwa siswa yang mendengarkan penjelasan sebanyak 66%, mengamati contoh gerakan 59% menanya 48%, menirukan gerakan 63%, melatih gerakan 56%, melakukan permainan 44%.

Hasil tes

Nilai rata-rata siswa pada post test 1 dapat diketahui sebesar 81,78. Berdasarkan nilai siswa pada siklus 1 di atas, kriteria keberhasilan belum tercapai, karena masih terdapat 13 siswa belum mencapai KKM, sehingga perlu dilanjutkan dengan siklus berikutnya yaitu siklus II.

Refleksi

Pada pelaksanaan pembelajaran menggunakan metode bermain sepak bola untuk meningkatkan partisipasi aktif siswa pada siklus 1 belum sepenuhnya terlaksana dengan baik.

Hal ini terjadi, mungkin dikarenakan siswa masih canggung dengan pembelajaran menggunakan metode Prestasi belajar pada siklus 1 melakukan gerakan bermain sepak bola juga belum menunjukkan hasil yang maksimal, meskipun telah banyak siswa yang memenuhi kriteria ketuntasan minimal tetapi masih ada juga siswa yang belum memenuhi.

Berdasarkan hasil refleksi tersebut, maka perlu adanya tindakan lanjutan untuk memperbaiki atau menyempurnakan pembelajaran dengan menggunakan metode Permainan sepak bola dikarenakan belum tercapainya target tindakan yang diinginkan pada pelaksanaan tindakan pada siklus 1, maka peneliti akan melanjutkan tindakan pada siklus II.

Siklus II

Selama kegiatan pembelajaran berlangsung observer melakukan pengamatan secara langsung mengenai partisipasi yang ditunjukkan oleh siswa dalam mata pelajaran PJOK. Pada siklus II ini tingkat partisipasi aktif siswa sudah mulai menunjukkan adanya peningkatan yang relatif stabil dan hampir semua siswa sudah memperhatikan, berpartisipasi dan mengikuti proses pembelajaran. Semua ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan dari hampir semua aspek yang diamati. Hasil dari pengamatan siswa pada siklus II, dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Observasi Partisipasi Aktif Siswa pada Siklus 2

Aspek Yang Diamati	Jumlah Siswa Total	Partisipasi Aktif	
		Jumlah Siswa	Persentase
Mendengarkan penjelasan	32	29	91%
Mengamati contoh gerakan	32	24	75%
Menanya	32	18	56%
Menirukan gerakan	32	27	84%
Melatih gerakan	32	27	84%
Melakukan permainan	32	19	49%
Total Skor		144	450.00%
Rata-rata		24%	75.00%

Keterangan

Dari tabel dapat diketahui bahwa siswa yang mendengarkan penjelasan sebanyak 91%, mengamati contoh gerakan sebanyak 75%, menanya sebanyak 56%, menirukan gerakan sebanyak 84%, melatih gerakan sebanyak mengomunikasikan 84% dan melakukan permainan sebanyak 59%.

Hasil tes

Hasil tes didapat data berupa angka-angka mengenai jumlah nilai yang diperoleh masing-masing siswa terhadap soal yang dikerjakan setelah menerapkan metode problem based learning (PBL) pada permainan sepak bola pada proses pembelajaran mata pelajaran PJOK.

Data yang diperoleh melalui tes dihitung masing-masing siswa dengan cara mengakumulasi masing-masing nilai pada setiap item soal yang dijawab siswa. Berdasarkan rata-rata hasil belajar antara tes pada siklus I dan siklus II yang diketahui bahwa pada tes II 86,38 mempunyai rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata pada tes

yang dilakukan di siklus I 68,38. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pada hasil belajar pada siklus II mata pelajaran PJOK.

Berdasarkan rata-rata pada siklus II di atas, kriteria keberhasilan sudah tercapai karena lebih dari 75% siswa telah mencapai KKM bahkan 100 % siswa mencapai KKM, hal ini menunjukkan adanya pencapaian tingkat keberhasilan sesuai dengan kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

Refleksi

Pada hasil partisipasi aktif siswa, siswa telah berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran dan keaktifan siswa pada proses pembelajaran berlangsung dapat dilihat dari hasil belajar semua siswa yang sudah mencapai ketuntasan yang telah ditetapkan yaitu memperoleh nilai ≥ 80 untuk masing-masing siswa pada siklus ke II yaitu mencapai rata-rata 86,38. Jadi dari hasil pengamatan dan refleksi di siklus II penggunaan metode PBL menendang bola pada permainan sepak bola dapat meningkatkan partisipasi aktif dan prestasi belajar siswa. hal ini dikarenakan dengan menggunakan metode PBL pada permainan sepak bola siswa lebih tertarik dan mempunyai motivasi yang tinggi untuk belajar. Keunggulan yang ada perlu dipertahankan untuk mendukung peningkatan dalam penggunaan media pembelajaran selanjutnya.

Pembahasan

Hasil penelitian tindakan siklus I dan II dengan menggunakan metode bermain bola dengan gerakan menendang bola atas menunjukkan adanya peningkatan terhadap aktivitas belajar siswa. Peningkatan terjadi pada observasi siklus II di mana dalam observasi ini yang diamati adalah partisipasi aktif siswa. Dari hasil observasi diperoleh data aktivitas siswa yang dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Peningkatan Partisipasi Aktif Siklus I dan Siklus II

Aspek Yang Diamati	Siklus I	Siklus II	Peningkatan Partisipasi
Mendengarkan penjelasan	66%	91%	25%
Mengamati contoh gerakan	59%	75%	16%
Menanya	47%	56%	9%
Menirukan gerakan	63%	84%	21%
Melatih gerakan	56%	84%	28%
Melakukan permainan	44%	49%	15%
Total Skor	334%	450%	116%
Rata-rata	56%	75%	19%

Keterangan

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat adanya peningkatan frekuensi dari siklus I sampai ke siklus II. Setiap indikator masing-masing siklus juga mengalami peningkatan. Pada siklus I dan siklus II peningkatan partisipasi siswa yang paling tinggi adalah melatih gerakan karena

terjadi peningkatan sebesar 28% dan peningkatan partisipasi aktif siswa yang paling rendah adalah indikator menanya karena hanya terjadi peningkatan sebesar 9%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan penggunaan demonstrasi pada permainan sepak bola dalam mata pelajaran PJOK dapat meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran yaitu:

1. Pada indikator mendengarkan penjelasan persentase siswa dalam kelas pada siklus I sebesar 66% dan pada siklus II sebesar 91%. Hal ini menunjukkan bahwa partisipasi aktif siswa untuk mendengarkan penjelasan dari siklus I ke siklus II persentasenya meningkat sebesar 25%
2. Pada indikator mengamati contoh gerakan persentase siswa dalam kelas pada siklus I sebesar 59% dan pada siklus II sebesar 75%. hal tersebut menunjukkan bahwa partisipasi siswa dari siklus I ke siklus II terjadi peningkatan persentase sebesar 16%.
3. Pada indikator menanya persentase siswa dalam kelas pada siklus I sebesar 47% dan pada siklus II sebesar 56%. Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan partisipasi aktif siswa untuk menanya dari siklus I ke siklus II sebesar 9%.
4. Pada indikator menirukan gerakan persentase siswa dalam kelas pada siklus I 63% dan pada siklus II sebesar 84%. Hal tersebut menunjukkan bahwa partisipasi aktif siswa untuk menirukan gerakan dari siklus I ke siklus II juga mengalami peningkatan persentase yaitu sebesar 21%
5. Pada indikator melatih gerakan persentase siswa dalam kelas pada siklus I sebesar 56% dan pada siklus II sebesar 84%. Hal tersebut menunjukkan bahwa partisipasi aktif siswa untuk melatih gerakan dari siklus I ke siklus II persentasenya meningkat sebesar 28%
6. Pada indikator melakukan permainan persentase siswa dalam kelas pada siklus I sebesar 44% dan pada siklus II sebesar 59%. Hal tersebut menunjukkan bahwa partisipasi aktif siswa untuk melakukan permainan dari siklus I ke siklus II persentasenya meningkat sebesar 15%

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah peneliti lakukan, aktivitas belajar siswa kelas V SD Negeri Pajjaiang Makassar untuk mata pelajaran PJOK, dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan pembelajaran dengan menggunakan metode PBL pada permainan sepak bola dapat meningkatkan Hasil belajar PJOK materi gerakan menendang bola pada siswa kelas V dilihat dari adanya peningkatan persentase, Peningkatannya dapat dilihat dari hasil observasi pada siklus I dan siklus II. Pada Aspek mendengarkan penjelasan siklus I sebesar 59% dan siklus II sebesar 75%. Aspek mengamati contoh gerakan siklus I sebesar 48% dan siklus II sebesar 76%. Aspek menanya siklus I sebesar 47% dan siklus II sebesar 56%. Aspek menirukan gerakan siklus I sebesar 72% dan pada siklus II sebesar 84%. Aspek melatih gerakan siklus I sebesar 56% dan siklus II sebesar 84%. Aspek melakukan permainan siklus I sebesar 44% dan siklus II sebesar 59% Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan terhadap partisipasi aktif siswa pada pembelajaran PJOK materi melakukan gerakan menendang bola. Metode PBL bermain sepak bola juga dapat

meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran PJOK. Peningkatan hasil belajar ini dapat dilihat dari adanya perubahan nilai rata-rata yang diperoleh siswa pada setiap akhir siklus. Nilai rata-rata yang diperoleh siswa pada siklus I sebesar 81,78% dan siklus II sebesar 86,38% Hal tersebut membuktikan bahwa dengan menggunakan metode PBL bermain sepak bola dapat meningkatkan prestasi belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, Sukma (2016). Buku Olahraga Paling Lengkap. Jakarta: ILMU
- Akhmad Sudrajat. (2007). *Kompetensi Guru dan Peran Kepala sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rinneka Cipta.
- Chandra, Sodikin (2010). Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional
- Dewi, Rosmala (2015). Penelitian Tindakan Kelas. Medan: UNIMED PERS
- Dr. M. Sobry Sutikno , (2009). *Belajar dan Pembelajaran* , Prospect. Bandung, 2009
- Lutan, Rusli. (1996). *Manusia dan Olahraga*. Bandung. ITB dan FPOK UPI Bandung.
- Mielke, Danny (2007). Dasar – Dasar Sepak Bola. Bandung : Pakar Raya Pakarnya Pustaka.
- Nasution, Ilham Efendi dan Suharjana (2015). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SEPAK BOLA BERBASIS KELINCAHAN DENGAN PENDEKATAN BERMAIN. Jurnal Keolahragaan. Vol. 3. No. 2: 178 – 193