



## Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 2, Nomor 3 Juli 2024

e-ISSN: xxxx-xxxx

**DOI.10.35458**

---

# Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Melalui Metode **Problem Based Learning** Siswa Kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar

Krismayanti Palese<sup>1</sup>, Wahyudin<sup>2</sup>, Junaedah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Makassar

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Makassar

<sup>3</sup>SMK Negeri 2 Makassar, Makassar-Sulawesi Selatan

[krispalese1999@gmail.com](mailto:krispalese1999@gmail.com)

---

### Abstrak

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar senam lantai dengan menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) pada siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar. Adapun jenis penelitian yang dilakukan merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan subjek penelitian yaitu 29 siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar tahun ajaran 2023/2024 pada pembelajaran materi senam lantai. Penelitian ini menggunakan dua siklus perkembangan yakni siklus I dan siklus II. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu tes, dokumentasi, dan observasi. Penelitian ini menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) dalam pembelajaran senam lantai siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar. Dari hasil penelitian yang dilakukan, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dari, siklus I sampai ke Siklus II, baik dari peningkatan nilai hasil belajar senam lantai. Ketuntasan hasil belajar pada siklus I sebesar (66%) dan pada siklus II (94%), sehingga ada peningkatan dari kondisi siklus I ke siklus II sebesar (28%)

**Kata Kunci:** Hasil Belajar, Senam Lantai, *Problem Based Learning* (PBL)

### PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu bentuk upaya untuk membangun dan meningkatkan mutu sumber daya manusia menuju pada era globalisasi yang penuh dengan tantangan saat ini, sehingga didasari bahwa pendidikan merupakan sesuatu yang sangat fundamental bagi setiap pribadi seseorang (Dakabesi et al., 2019; Kaban et al., 2021; Maman & Rajab, 2016). Oleh sebab itu, kegiatan pendidikan sangat penting untuk mengembangkan potensi peserta didik dalam tiga ranah perkembangan yaitu perkembangan afektif (sikap), kognitif (pengetahuan), dan psikomotor (keterampilan gerak) (Khoiruzzadim et al., 2020; Masithoh, 2018). Salah satu bentuk kegiatan untuk pengembangan kemampuan tersebut yaitu melalui pembelajaran PJOK, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bidang studi yang diajarkan kepada peserta didik mulai dari tingkat sekolah dasar (SD) sampai ke tingkat sekolah menengah atas (SMA/SMK) dimana pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) sama pentingnya dengan bidang studi yang lain.

Pembelajaran PJOK sendiri memuat berbagai materi termasuk materi senam lantai. Senam lantai merupakan salah satu jenis senam yang berfokus pada gerakan di lantai dengan bantuan matras. Lantai atau matras menjadi alat utama yang digunakan dalam senam lantai (Muhajir, 2014: 197). Materi senam lantai telah diberikan sejak pada tingkat sekolah dasar (SD) yang menjadi materi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) (Hidayat, 2017; Wicaksono et al., 2020). Gerakan dalam senam lantai mencakup

beberapa unsur gerakan seperti mengguling, meroda, melompat, meloncat, berputar di udara, serta menutup dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang.

Keberhasilan peserta didik menguasai gerakan senam lantai dapat dilihat berdasarkan hasil belajar senam lantai. Hasil belajar merupakan produk evaluasi dari penampilan siswa selama mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah. Siswa menunjukkan usaha dan kemampuannya baik secara kognitif, afektif, dan psikomotor selama pembelajaran (I. D. Prasetyo & Sunarti, 2016; Wicaksono et al., 2020).

Menurut Kartiko (2017) "hasil belajar adalah perubahan perilaku individu yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Perubahan perilaku tersebut diperoleh setelah siswa menyelesaikan program pembelajarannya melalui interaksi dengan berbagai sumber belajar dan lingkungan belajar yang ada."

Salah satu strategi penerapan model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik masalah diatas adalah dengan penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL). Menurut Imaimuza dalam Yulianti dan Gunawan (2019) menyatakan bahwa model pembelajaran *problem-based learning* (PBL) merupakan metode yang pada kegiatan pembelajaran menitik beratkan pada kegiatan pemecahan masalah.

Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) adalah salah satu model pembelajaran yang melibatkan siswa untuk memecahkan masalah melalui tahapan-tahapan metode ilmiah sehingga siswa dapat mempelajari pengetahuan baru yang berhubungan dengan masalah tersebut dan sekaligus memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah (Ngalimun, 2012: 89).

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMK Negeri 2 Makassar peneliti melihat salah satu permasalahan yang ada dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) pada materi senam lantai pada siswa kelas XI Elektronik Industri 1, peneliti menemukan sebagian besar siswa masih kurang dalam melakukan gerakan *roll* depan, *roll* belakang, sikap kayang, sikap lilin, materi senam lantai. Dikatakan kurang mampu karena siswa terlihat kurang dalam melakukan ketepatan melakukan *roll* depan, *roll* belakang, kayang, sikap lilin, tidak tepat pada saat melakukan gerakan, hal tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar senam lantai, adapun masalah lain yang menjadi penyebab dari masalah tersebut adalah kurangnya pengembangan metode pembelajaran yang dapat menarik perhatian dan partisipasi peserta didik. Permasalah tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar senam lantai peserta didik. Hasil observasi yang dilakukan di SMK Negeri 2 Makassar pada siswa kelas XI Elektronik Industri 1 dengan jumlah 29 siswa, dari 29 orang siswa tersebut masih terdapat 21 siswa yang belum tuntas dalam melakukan senam lantai dalam pembelajaran dengan persentase 72%, dan 8 siswa sudah tuntas dalam melakukan gerakan *roll* depan, *roll* belakang, kayang, sikap lilin dalam pembelajaran senam lantai dengan persentase 28%. Berdasarkan data tersebut bahwa hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) khususnya dalam pembelajaran senam lantai siswa kelas XI Elektronik Industri 1 masih banyak siswa yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimum (KKM) yang diterapkan di SMK Negeri 2 Makassar yaitu 75. Untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai pada peserta didik tentu perlu memberikan sebuah metode pembelajaran yaitu dengan metode *Problem Based Learning* (PBL) yang bertujuan untuk mendorong siswa untuk aktif dan mampu memecahkan masalah yang diberikan dan menyalurkan kompetensi diri dari siswa agar semakin paham dan mampu melakukan gerakan senam lantai dengan baik dan benar, siswa dapat belajar dengan mandiri dalam memecahkan masalah yang ada saling berbagi pengetahuan dengan anggota kelompok yang dibentuk, mampu mengeluarkan pendapat serta mampu berbaur dalam kelompok belajarnya. Berdasarkan penjabaran di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Melalui Metode *Problem Based Learning* Siswa Kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar"

## METODE

### JENIS PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Chotibuddin (2018) mengatakan bahwa "Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang menggunakan berbagai pendekatan untuk memecahkan suatu masalah praktis dalam pekerjaan." PTK sering disebut juga dengan *Classroom Action Research*, dimana penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa siklus dengan harapan akan terjadi adanya peningkatan dalam proses pembelajaran yang akan dilakukan atau dicapai, dua siklus perkembangan, yaitu siklus satu dan siklus dua.

#### 1. Waktu dan tempat penelitian

##### a. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2023/2024, pada tanggal 22 April 2024 sampai 13 Mei 2024 sesuai dengan jadwal pembelajaran yang telah ada di sekolah.

##### b. Tempat penelitian

Penelitian ini didasarkan atas lokasi tempat melaksanakan praktik pengalaman lapangan (PPL) yang telah ditinjau dan diamati, penelitian ini dilaksanakan di SMK NEGERI 2 Makassar, sekolah ini memenuhi kriteria atau ada gejala yang sesuai dengan masalah yang akan ditinjau untuk dilaksanakan penelitian.

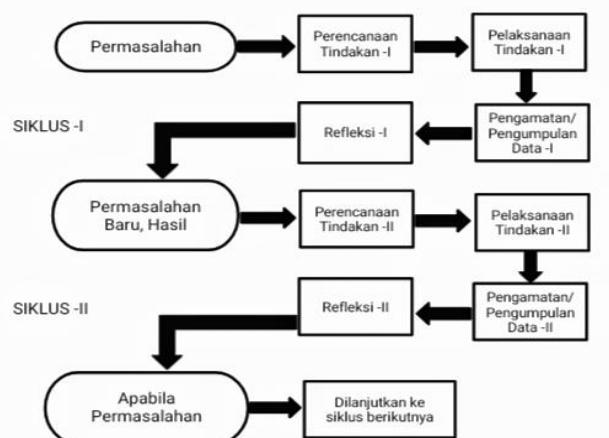
## SUBJEK PENELITIAN

Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 2 Makassar kelas XI Elektronik Industri 1 yang berjumlah 29 siswa, yang terdiri dari 24 siswa laki-laki, dan 5 siswa perempuan.

## PROSEDUR

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari 2 siklus perkembangan, yaitu siklus I adalah menerapkan metode pembelajaran *Problem Based Learning (PBL)* dengan materi senam lantai, setelah melakukan proses belajar mengajar peneliti mengevaluasi peserta didik dari hasil tersebut setelah peneliti mendapatkan kekurangan dan kelemahan yang terdapat pada siklus I. Kemudian dilanjutkan ke siklus II dimana siklus II merupakan perbaikan dari siklus sebelumnya, peneliti menerapkan perbaikan dari metode pembelajaran *Problem Based Learning (PBL)* pada materi senam lantai secara terus menerus sesuai dengan apa yang sudah disusun dan direncanakan untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai. Dimana masing-masing siklus terdiri dari empat tahap yaitu (1) perencanaan (*planning*), (2) pelaksanaan (*action*), (3) pengamatan (*observation*), (4) refleksi (*reflection*).

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut:



**Gambar 1** Model Penelitian Tindakan Kelas (Hikmawati, 2017)

## INSTRUMEN DAN TEKNIK ANALISIS DATA

### INSTRUMEN PENELITIAN

Chotibuddin (2018) mengatakan bahwa “Pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ini dilakukan dengan menggunakan instrument utama dan instrument penunjang.” Instrument utama dalam penelitian ini adalah peneliti. Peneliti adalah orang yang tahu seluruh data dan cara menyikapinya. Sedangkan instrument penunjang adalah observasi, tes, dan dokumentasi.

- a. Observasi atau mengadakan pengamatan secara langsung ke lapangan. Peneliti mencari kesulitan belajar siswa, baik kesulitan yang ditimbulkan oleh siswa itu sendiri maupun kesulitan yang diakibatkan oleh guru.
- b. Tes/Praktek kemampuan untuk mengetahui sejauh mana penguasaan gerak dasar sepak sila yang telah diajarkan atau yang telah dipelajari oleh siswa tersebut.
- c. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan nilai siswa sesudah dan sebelum siswa melakukan proses pembelajaran sepak sila.

#### 1. Aspek Penelitian Psikomotor

Aspek psikomotorik adalah domain yang meliputi keterampilan melakukan gerak dan koordinasi jasmani, keterampilan motorik dan kemampuan fisik seseorang.

| No                | Indikator Penilaian                 | Hasil Penilaian |           |            |
|-------------------|-------------------------------------|-----------------|-----------|------------|
|                   |                                     | Baik (3)        | Cukup (2) | Kurang (1) |
| 1                 | Sikap awal pelaksanaan gerakan      |                 |           |            |
| 2                 | Sikap pelaksanaan melakukan gerakan |                 |           |            |
| 3                 | Sikap akhir melakukan gerakan       |                 |           |            |
| Jumlah            |                                     |                 |           |            |
| Skor Maksimal (9) |                                     |                 |           |            |

Tabel 3.1 Aspek Psikomotor

#### 2. Aspek Penilaian Afektif

Aspek Afektif adalah ranah yang berhubungan dengan sikap/perilaku seseorang.

| No | Nama Siswa | Aspek Perilaku yang Dinilai |    |    |    | Jumlah Skor | Skor Sikap | Kode Nilai |
|----|------------|-----------------------------|----|----|----|-------------|------------|------------|
|    |            | BS                          | JJ | TJ | DS |             |            |            |
| 1  |            |                             |    |    |    |             |            |            |
| 2  |            |                             |    |    |    |             |            |            |

Tabel 3.2 Aspek Afektif

Keterangan:

1. BS : Bekerja Sama
2. JJ : Jujur
3. TJ : Tanggung Jawab
4. DS : Disiplin

Catatan:

Aspek afektif dinilai dengan kriteria

- |   |               |
|---|---------------|
| 4 | = Sangat baik |
| 3 | = Baik        |
| 2 | = Cukup       |
| 1 | = Kurang      |

### 3. Aspek Penilaian Kognitif

Kognitif adalah penilaian ranah yang mencakup pengetahuan atau pemahaman seseorang.

## TEKNIK ANALISIS DATA

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif. Menurut Ibnu dalam Winarno (2013) "Statistik deskriptif adalah jenis statistik yang bermaksud mendeskripsikan sifat-sifat dari sampel dan populasi." Dari data yang diperoleh melalui hasil evaluasi selama proses belajar mengajar di kelas pada pembelajaran senam lantai dengan menggunakan metode *Problem Based Learning* analisis data kuantitatif digunakan untuk mengetahui respon siswa selama proses pembelajaran. Untuk mengetahui perkembangan hasil belajar pada setiap siklus digunakan rumus:

$$X' = \frac{\sum x}{N} \times 100\%$$

Keterangan

$X'$  = Nilai rata-rata

$\sum$  = jumlah nilai

N = jumlah poin yang dinilai

### 1. Persentase Ketuntasan Belajar Siswa

$$p = \frac{\sum \text{siswa yang tuntas belajar}}{\sum \text{siswa}} \times 100\%$$

Perhitungan persentase dengan menggunakan rumus di atas sesuai dan memperhatikan kriteria ketuntasan belajar siswa dan dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu tuntas dan tidak tuntas yang dapat dilihat pada tabel berikut:

| Kriteria Ketuntasan | Kualifikasi  |
|---------------------|--------------|
| >74                 | Tuntas       |
| <75                 | Tidak Tuntas |

Tabel 3.4 Kriteria Ketuntasan Belajar

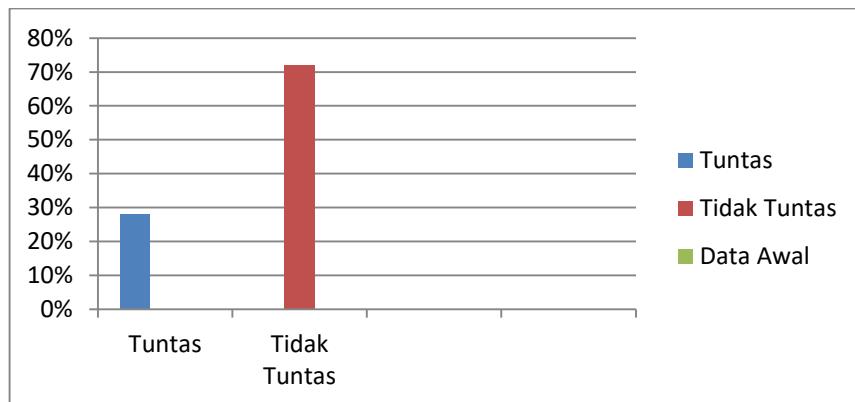
## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 4.1** Deskripsi Data Awal Hasil Belajar Senam Lantai Siswa Kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar

| No     | KKM | Kriteria     | Frekuensi | Presentasi |
|--------|-----|--------------|-----------|------------|
| 1.     | >74 | Tuntas       | 8         | 28%        |
| 2.     | <75 | Tidak Tuntas | 21        | 72%        |
| Jumlah |     |              | 29        | 100%       |

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa presentasi ketuntasan hasil belajar senam lantai siswa kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar adalah 28% tuntas dengan frekuensi 8 siswa, dan 72% tidak tuntas dengan frekuensi 21 siswa

Dapat dilihat pada diagram batang sebagai berikut:



**Diagram 4.1** Presentase Data Awal Hasil Belajar Senam Lantai Siswa Kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar

Pada deskripsi di atas menunjukkan bahwa presentasi data awal belajar senam lantai siswa kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar, sebelum dilaksanakan tindakan dapat dijelaskan bahwa jumlah keseluruhan siswa yang belum ada peningkatan hasil belajar atau belum tuntas dalam pembelajaran senam lantai yaitu sebanyak 72% atau 21 siswa, sedangkan yang dinyatakan tuntas memiliki presentasi 28% atau 8 siswa.

## Hasil Belajar Siklus I

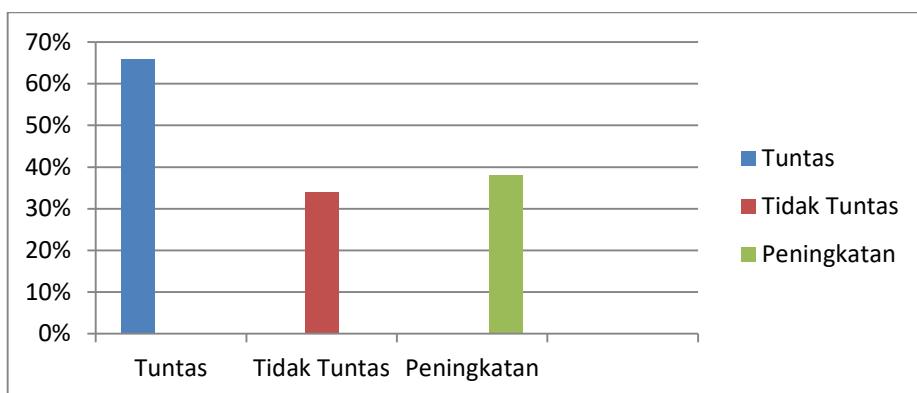
**Table 4.2** Deskripsi Data Ketuntasan Hasil Belajar Senam Lantai Siswa Kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar Siklus I

| No | KKM | Presentasi | Frekuensi | Presentasi |
|----|-----|------------|-----------|------------|
| 1. | >74 | Tuntas     | 19        | 66%        |

|        |     |              |    |      |
|--------|-----|--------------|----|------|
| 2.     | <75 | Tidak Tuntas | 10 | 34%  |
| Jumlah |     |              | 29 | 100% |

Berdasarkan table di atas menunjukkan bahwa presentasi ketuntasan hasil belajar senam lantai siswa kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar dalam pembelajaran senam lantai adalah 66% tuntas dengan frekuensi 19 siswa dan 34% tidak tuntas dengan frekuensi 10 siswa.

Dapat dilihat pada diagram batang sebagai berikut:



**Diagram 4.2** Presentase Data Hasil Belajar Senam Lantai Siklus I Siswa Kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar

Data hasil belajar siklus I dijelaskan bahwa dari 29 sampel penelitian terdapat 66% siswa yang tuntas dengan frekuensi 19 siswa, dan 34% siswa tidak tuntas dengan frekuensi 10 siswa. Berdasarkan diagram batang di atas dapat dilihat bahwa ada peningkatan hasil belajar senam lantai siswa kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar sebesar 38% dengan frekuensi 11 siswa.

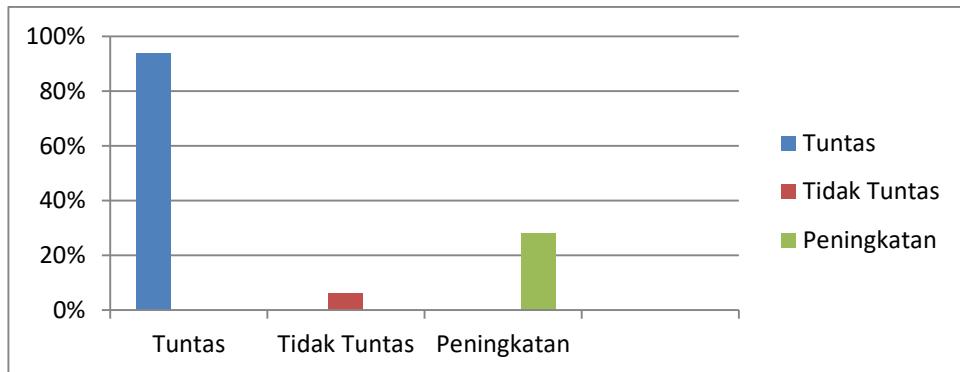
### Hasil Belajar Siklus II

| No     | KKM | Kriteria     | Frekuensi | Presentasi |
|--------|-----|--------------|-----------|------------|
| 1      | >74 | Tuntas       | 27        | 94%        |
| 2      | <75 | Tidak Tuntas | 2         | 6%         |
| Jumlah |     |              | 29        | 100%       |

**Table 4.3** Deskripsi Data Ketuntasan Hasil Belajar Senam Lantai Siswa Kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar Siklus II

Berdasarkan table di atas menunjukkan bahwa presentasi ketuntasan hasil senam lantai siswa kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar pada siklus II adalah 94% dengan frekuensi 27 siswa. Dan siswa yang tidak tuntas 2 siswa dengan presentasi 6%.

Dapat dilihat pada diagram batang sebagai berikut:



**Diagram 4.3** Presentase Data Hasil Belajar Senam Lantai Siklus II Siswa Kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar

Berdasarkan Deskripsi di atas menunjukkan bahwa presentasi ketuntasan hasil belajar senam lantai siswa kelas XI Elind 1 SMK Negeri 2 Makassar pada siklus II adalah 94% dengan frekuensi 27 siswa. Dan siswa yang tidak tuntas 2 siswa dengan presentasi 6%.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukkan bahwa penggunaan model *Problem Based Learning* dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Hal tersebut dapat dilihat pada data hasil pengamatan, penilaian, senam lantai dengan menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) dalam proses pembelajaran senam lantai berikut ini.

### Siklus I

Pada siklus I, dilakukan dalam 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama membahas tentang materi dan mempraktekkan senam lantai seperti gerakan rool depan, roll belakang, sikap lilin, dan kayang dengan metode *Problem Based Learning* (PBL) dengan tahapan, yaitu pertama orientasi siswa terhadap masalah, kedua mengorganisasikan peserta didik untuk belajar, ketiga membimbing penyelidikan individu maupun kelompok, keempat mengembangkan dan menyajikan hasil karya, kelima mengevaluasi dan menganalisis proses pemecahan masalah. pertemuan kedua siswa diberikan kesempatan kembali untuk melakukan gerakan senam lantai seperti *roll* depan, *roll* belakang, sikap lilin, dan kayang secara individu, kemudian setelah itu dilakukan tes serta pengambilan nilai. Selain itu setiap pertemuan telah diatur pembelajaran yang akan diajarkan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran agar dalam mengajar ada target yang dicapai. Pada siklus ini peningkatan hasil belajar senam lantai dengan metode *Problem Based Learning* (PBL) telah terjadi peningkatan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh peneliti dan kolaborator. Hal ini dapat dilihat dari pencapaian indikator keberhasilan secara klasikal yang telah ditetapkan. Pada siklus I terdapat 19 siswa dengan presentasi (66%) yang mencapai nilai KKM, dimana nilai KKMnya 75, dan yang tidak mencapai KKM sebanyak 10 siswa dengan presentasi (34%). Jumlah siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar sebanyak 29 siswa. diantara siswa tersebut belum mencapai nilai KKM dengan refleksi masih kurang maksimal dalam melakukan senam lantai, disebabkan oleh kurangnya perhatian siswa terhadap materi dan tidak bersungguh sungguh dalam melakukan senam lantai. Akan tetapi melihat hasil belajar berdasarkan jenis kelamin putri memiliki kemampuan masih dalam katagori rendah, sedangkan putra sudah ada beberapa yang maksimal dalam melakukan praktek senam lantai dalam pembelajaran. Hal ini menunjukan kemampuan siswa putra dan putri berbeda sehingga dalam penelitian siklus I pembelajaran senam lantai dengan menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar masih terdapat beberapa siswa yang belum di katagorikan tuntas di karenakan:

- a. Masih ada beberapa siswa yang kurang memperhatikan pada saat pemberian materi pembelajaran berlangsung
- b. Masih ada siswa yang tidak mengikuti proses pembelajaran dengan alasan tidak membawa baju olahraga.
- c. Masih ada beberapa siswa yang belum memahami cara melakukan gerakan senam lantai sehingga pada saat melakukan gerakan kurang maksimal.

Maka dari itu penelitian pada siklus I akan di lanjutkan ke penelitian tindakan kelas siklus II.

## SIKLUS II

Siklus II adalah lanjutan dari siklus I, dimana pada refleksi diperbaiki. Siswa yang tidak tuntas pada siklus I terus belajar sampai pada akhirnya mampu melakukan gerakan senam lantai seperti rool depan, roll belakang, sikap lilin, dan kayang dengan baik dan benar dengan tetap menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL). Pada siklus ini mengalami peningkatan yang semakin membaik, hal ini di buktikan dari hasil rata rata penilaian ketepatan gerakan rool depan, roll belakang, sikap lilin, dan kayang dalam pembelajaran senam lantai dengan metode *Problem Based Learning* PBL siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar yaitu 27 siswa dengan persentasi (94%) sudah mencapai nilai diatas 75. Walaupun masih ada 2 siswa dengan persentasi (6%) yang tidak tuntas dalam pembelajaran, dikarenakan siswa tersebut jarang masuk dalam proses pembelajaran dengan alasan tidak membawakan seragam olahraga.

Dari dua penjelasan kegiatan tiap siklus, yaitu siklus I dan II, menunjukan bahwa observasi hasil belajar siswa dalam melakukan gerakan rool depan, roll belakang, sikap lilin, dan kayang senam lantai selalu ada peningkatan yang baik, serta pemberian motivasi dari guru dalam proses pembelajaran membuat siswa menjadi termotivasi untuk dapat melakukan gerakan senam lantai seperti rool depan, roll belakang, sikap lilin, dan kayang dengan baik dan benar. Maka peneliti memutuskan bahwa proses pembelajaran senam lantai dengan metode *Problem Based Learning* (PBL), dapat dijadikan sebagai salah satu model pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) untuk siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas yang membahas tentang peningkatan hasil belajar senam lantai dengan metode *Problem Based Learning* (PBL) dalam pembelajaran senam lantai, siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar, terjadi peningkatan dalam artian 94% siswa telah memperoleh nilai sesuai standar KKM yang ditetapkan oleh sekolah yaitu 75.

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa hasil belajar pada siklus II berdampak pada aktivitas siswa menjadi lebih baik dikarenakan terjadi peningkatan sebesar 94%. Hal ini terjadi karena siswa mulai antusias untuk bisa melakukan senam lantai dengan baik dan benar sehingga siswa termotivasi untuk bisa melakukan gerakan dengan baik. Serta menciptakan suasana yang kondusif, sehingga mendukung pelaksanaan penelitian dalam peningkatan hasil belajar senam lantai dengan metode *Problem Based Learning* (PBL). Pemberian motivasi dalam pembelajaran sangat penting bagi siswa untuk dapat meningkatkan keterlibatan dalam kegiatan pembelajaran yang menarik minat belajar siswa untuk mengembangkan dan memperluas kemampuan mereka.

Metode *Problem Based Learning* (PBL) dalam pembelajaran senam lantai sangat menarik minat siswa kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar, sehingga terjadi peningkatan hasil belajar dalam pembelajaran senam lantai. Siswa bersungguh sungguh belajar karena dalam proses pembelajaran siswa berusaha untuk memecahkan masalah terkait cara melakukan gerakan roll depan, roll belakang, sikap lilin, kayang dalam pembelajaran senam lantai yang baik dan benar. Metode *Problem Based Learning* (PBL) sangat berpengaruh

besar terhadap tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan gerakan roll depan, roll belakang, sikap lilit, kayang dalam pembelajaran senam lantai karena siswa berusaha secara mandiri dan kelompok dengan cara saling bekerja sama dalam kelompoknya. Jadi permasalahan dalam pembelajaran dapat di atasi dengan metode *Problem Based Learning* (PBL) berdasarkan hasil penelitian di atas yang telah dilakukan.

Keunggulan metode *Problem Based Learning* (PBL) dalam pembelajaran senam lantai adalah siswa dapat belajar secara mandiri dan belajar dengan kelompok untuk memecahkan masalah yang ditemui atau diberikan. Karena metode pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) berpusat pada siswa sehingga siswa lebih aktif dan memecahkan sendiri masalah yang ditemui dalam pembelajaran dan siswa dapat lebih mudah dalam memahami materi yang diajarkan karena siswa yang menjadi pusat pembelajaran peneliti hanya menjadi fasilitator dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil tersebut diatas maka proses pembelajaran senam lantai dengan metode *Problem Based Learning* (PBL) dapat dijadikan salah satu metode pembelajaran dalam pembelajaran senam lantai untuk kelas XI Elektronik Industri 1 SMK Negeri 2 Makassar.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Metode *Problem Based Learning* dapat meningkatkan hasil belajar materi senam lantai tahun ajaran 2023/2024. Dari hasil analisis yang diperoleh terjadi peningkatan dari siklus I ke siklus II. Hasil belajar senam lantai pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 19 siswa dengan presentasi 66%, dan jumlah siswa yang tidak tuntas adalah 10 siswa dengan presentasi 34%. Pada siklus II terjadi peningkatan presentase hasil belajar senam lantai pada siswa dimana kategori ketuntasan sebesar 94% dengan jumlah yang tuntas adalah 26 siswa dan yang tidak tuntas 2 siswa dengan presentasi 6%.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kedua orang tua penulis, Obeth Nego dan Rante La'bi' yang sudah berjuang membesar dan memberikan segala yang terbaik kepada penulis. Karya ini penulis dedikasikan kepada kedua orang tua dan keluarga besar yang tak pernah lepas memanjatkan doa, mendukung secara moral maupun materil sehingga penulis bisa sampai pada titik ini. Penulis meminta maaf atas segala kesalahan yang pernah penulis lakukan. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan berkat dan rahmat untuk kedua orang tua dan keluarga besar penulis.

Terima kasih untuk kakak Risna, kakak Obet dan adik Theodorus yang menjadi motivasi penulis untuk selalu bisa kuat, bertahan, dan semangat untuk bisa segera menyelesaikan proses PPG ini. Penulis meminta maaf untuk segala kesalahan yang pernah penulis lakukan. Semoga kalian selalu dalam lindungan Tuhan Yang Maha Esa dan menjadi saudara kebanggaan penulis.

Terima kasih untuk sahabat tercintaku yang telah mensupport, memberi semangat dan telah menemani perjuangan penulis selama mengerjakan kewajiban perkuliahan ini semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberikan keberkahan dalam kehidupannya.

Terima kasih kepada Dosen Dr. Wahyudin, M.Kes dan Ibu Junaedah,S.Pd, yang telah memberikan kebaikan, masukan, dan ilmu kepada penulis. Penulis meminta maaf atas segala kesalahan yang pernah penulis lakukan Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melindungi dan membela kebaikan yang telah diberikan.

Terima kasih untuk keluarga besar PPG Prajabatan gelombang satu tahun 2023 yang saya tidak bisa sebutkan namanya satu persatu, terima kasih yang sangat mendalam atas segala bantuan yang diberikan selama perkuliahan.

Terima kasih kepada SMK Negeri 2 Makassar yang menjadi lokasi penelitian penulis karena telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian dan pengaplikasian teori PJOK secara langsung di lapangan.

Terima kasih kepada diri penulis sendiri yang telah berjuang selama ini atas ups and downs yang telah dilalui selama proses kuliah PPG ini. Semoga keberkahan selalu menyertai penulis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Chotibuddin, Z. A. & M. (2018). *Teori Dan Aplikasi Penelitian Tindakan Kelas (PTK)* (4th ed.). CV Budi Utama.
- Dakabesi, D., Supiah, I., & Luoise, Y. (2019). *The Effect of Problem Based Learning Model on Critical Thinking Skills in the Context of Chemical Reaction Rate*. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 13(3), 395–401 (<https://doi.org/10.11591/edulearn.v13i3.13887>)
- Hidayat, A. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 21
- Kartiko, T. S. & D. C. (2017). Pengaruh Metode Tutor Sebaya Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas VIII-G SMP Negeri 6 Tuban. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 05(3), 584–588.
- Khoiruzzadim, Barokahm, & Kamilaa. (2020). Upaya Guru dalam Memaksimalkan Perkembangan Kognitif, Sosial dan Motorik Anak Usia Dini. *JECED: Journal of Early Childhood Education and Development*, 2(1), 40–51
- Maman, M., & Rajab, A. A. (2016). *The Implementation of Cooperative Learning Model ‘Number Heads Together (NHT)’ in Improving the Students’ Ability in Reading Comprehension*. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 5(2), 174–180
- Muhajir. (2014). Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VII. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Ngalimun, (2012), Strategi dan Model Pembelajaran. Aswaja Pressindo. Yogyakarta.
- Prasetyo, I. D., & Sunarti. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Media Video. Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Media Video, 12(1), 5– 10.