



Global Journal Sport Science

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

Volume 2, Nomor 4 Oktober 2024

e-ISSN: 3031-396J

DOI.10.35458

IMPLEMENTASI METODE BERMAIN DAN MEDIA BANTU DALAM UPAYA MENINGKATKAN PENGUASAAN GERAK DASAR LOMPAT DAN LONCAT PADA SISWA KELAS V UPT SPF SDN PANAIKANG II/I

Ilham Saputra¹, Dr. Hasyim, M. Pd², Hasbunallah Husain Hippy, S. Pd³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Makassar

²Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Makassar

³UPT SPF SDN PANAIKANG II/I, Makassar-Sulawesi Selatan

[1ppg.ilhamsaputra01428@program.belajar.id](mailto:ppg.ilhamsaputra01428@program.belajar.id), [2Hasyim@unm.ac.id](mailto:Hasyim@unm.ac.id),

[3hasbullahhppy1@gmail.com](mailto:hasbullahhppy1@gmail.com)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV UPT SPF SDN Panaikang II/I pada mata pelajaran PJOK. Subjek penelitian melibatkan 30 siswa kelas IV, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 12 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 IV UPT SPF SDN Panaikang II/I. Selain itu, umpan balik siswa sangat positif, karena model ini memungkinkan siswa lebih aktif dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan.

Kata Kunci: Hasil Belajar, *Problem Based learning*, PTK.

PENDAHULUAN

Pentingnya pendidikan bagi kehidupan manusia mendorong berbagai pihak untuk terus melakukan penelitian guna mewujudkan pendidikan nasional yang mampu bersaing secara global. Salah satu langkah yang harus diambil untuk mencapai tujuan pendidikan ini adalah dengan meningkatkan kualitas pendidikan. Peningkatan ini mencakup pengembangan sumber daya manusia (SDM), serta perbaikan sarana dan prasarana pendidikan untuk mencapai pendidikan yang berdaya saing global.

Keberhasilan dalam pembelajaran ditentukan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah peran guru dalam proses belajar mengajar. Guru memiliki pengaruh langsung terhadap perkembangan kecerdasan dan kemampuan siswa (Surawan, 2020). Oleh sebab itu, untuk mengatasi permasalahan pendidikan dan mencapai tujuan yang diinginkan, guru harus memiliki metode pengajaran yang efektif dan mampu memilih model pembelajaran serta 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 adalah proses perubahan perilaku yang diwujudkan melalui peningkatan kualitas dan kuantitas tindakan, termasuk kecakapan, pengetahuan, sikap, pemahaman, serta keterampilan berpikir. Hasil belajar siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Sekitar 70% hasil belajar siswa dipengaruhi oleh kemampuan individu, sementara 30% lainnya dipengaruhi oleh lingkungan. Oleh karena itu, lingkungan menjadi faktor yang sangat relevan dalam menentukan kualitas pembelajaran (Sarini et al, 2018).

Hasil belajar diartikan sebagai ukuran pencapaian tujuan pembelajaran yang menjadi indikator keberhasilan proses belajar siswa (Dirgatama et al, 2016) (Marwati, 2020). Hasil ini mencakup perubahan perilaku yang dapat diamati dan diukur dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik, seperti perubahan sikap, pemahaman, keterampilan, dan pola- pola tindakan lainnya (Anggraeni et al, 2017); (Hajar, 2016); (Swari, 2015). Hasil belajar siswa dievaluasi melalui berbagai metode penilaian (Nur et al, 2016); (Rosnah, 2017). Namun, hasil belajar siswa saat ini masih belum optimal, karena kurangnya motivasi, partisipasi siswa dalam proses belajar, serta penggunaan metode pembelajaran yang kurang efektif. Jika situasi ini tidak diperbaiki, hasil belajar siswa yang rendah akan terus berlanjut, dan siswa mungkin akan merasa takut gagal 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 PANAIKANG II/I masih berpusat pada guru, di mana metode ceramah dan peragaan mendominasi, sehingga siswa menjadi pasif dan kurang termotivasi. Keterbatasan alat peraga dan kurangnya keterlibatan aktif siswa menyebabkan rendahnya hasil belajar, dengan hanya 40% siswa mencapai ketuntasan dan 60% lainnya belum tuntas.

Berdasarkan masalah ini, peneliti tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK dengan menerapkan model PBL pada siswa kelas IV UPT SPF SDN PANAIKANG II/I. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan PBL dalam meningkatkan hasil belajar kognitif siswa serta menggambarkan peningkatan hasil belajar setelah menggunakan model PBL.

METODE

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 PANAIKANG II/I pada siswa kelas IV, yang berjumlah 30 siswa, terdiri dari 18 laki-laki dan 12 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 menggunakan rumus:

$$\% \text{ Keterlaksanaan} = \frac{\sum \text{Aktivitas yang terlaksana}}{\sum \text{Aktivitas yang terlaksana}} \times 100\%$$

Adapun penentuan penilaian penerapan model pembelajaran PBL dengan strategi Pembelajaran Berdiferensiasi menggunakan kriteria sebagai berikut (Arikunto, 2018).

Tabel 1. Kriteria Penilaian

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

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 DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Pratindakan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar PJOK melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* pada siswa kelas IV UPT SPF SDN PANAIKANG II/I, 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:

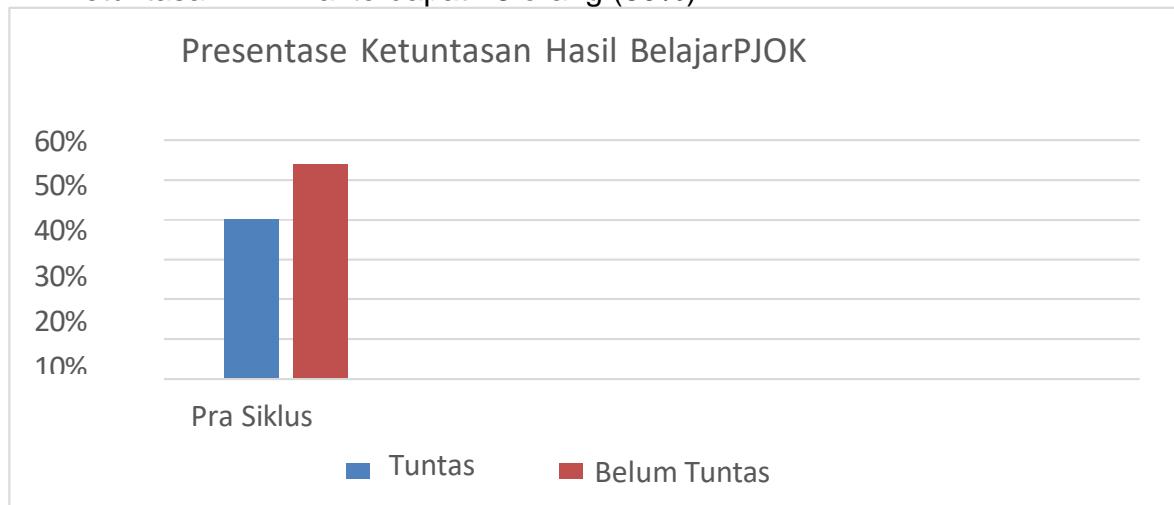
Tabel 1. Data Hasil Belajar Pembelajaran PJOK pada Pembelajaran Pra Siklus

A.

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).

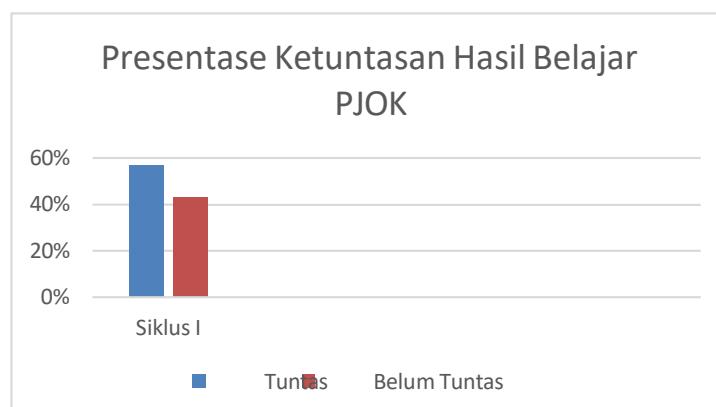
Siklus I

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).

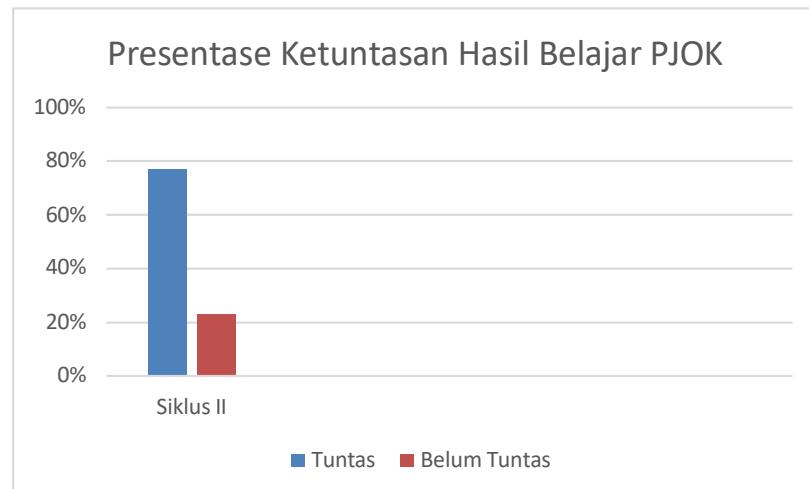
Siklus II

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	Percentase
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).

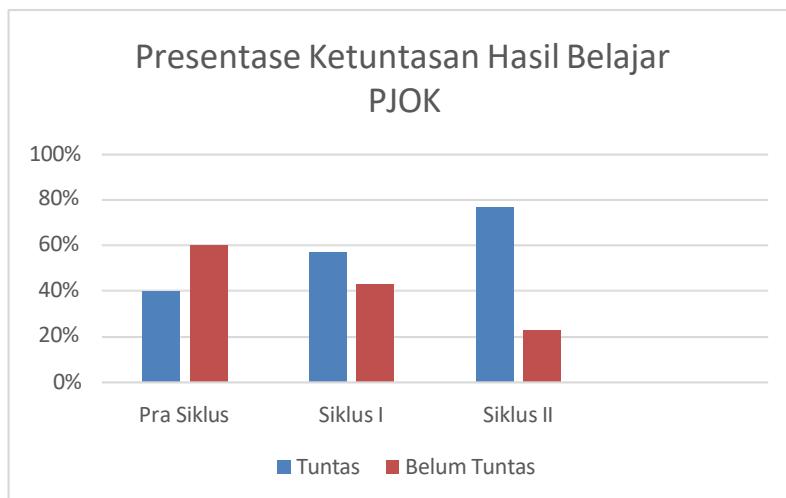
Berdasarkan hasil temuan penelitian pada siklus I dan siklus II setelah penerapan model pembelajaran PBL dalam pembelajaran PJOK, diperoleh hasil sebagai berikut:

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).

SIMPULAN

Penelitian pada siswa kelas III UPT SPF SDN Panaikang II/I dihentikan pada siklus II karena telah mencapai kriteria ketuntasan. Pada pra siklus, hanya 40% siswa yang lulus, dengan 12 dari 30 siswa memenuhi ketuntasan. Masalah ini mendorong dilakukannya penelitian tindakan kelas (PTK) di kelas IV dengan menerapkan model Problem Based Learning (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar PJOK. Pada siklus I, ketuntasan siswa mencapai 57%, namun masih ada kendala seperti siswa yang ragu mengemukakan pendapat, sehingga perlu bimbingan lebih lanjut. Pada siklus II, ketuntasan meningkat menjadi 77%.

Penerapan PBL terbukti meningkatkan hasil belajar karena mengubah pembelajaran yang pasif menjadi aktif, mendorong siswa untuk memecahkan masalah dan menemukan pengetahuan sendiri, yang membuat pembelajaran lebih mudah dipahami. Penelitian lain juga mendukung bahwa PBL dapat meningkatkan aktivitas mengajar, aktivitas belajar siswa, dan hasil belajar (Mairani, 2017; Marwati, 2020). Keberhasilan PBL terlihat dari kemampuan siswa berpikir kritis dan aktif membangun pengetahuan melalui interaksi dengan lingkungan belajar. PBL juga membuat pembelajaran lebih bermakna, memfokuskan siswa pada materi, mengaitkan masalah dengan kehidupan sehari-hari, dan meningkatkan kolaborasi di kelas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih Kedua orang tua penulis, yang sudah berjuang membesarkan dan memberikan segala yang terbaik untuk penulis. Karya ini penulis dedikasikan kepada ayah dan ibu yang tak pernah lepas memanjatkan doa sehingga penulis bisa sampai di titik ini. Penulis meminta maaf atas segala kesalahan yang pernah penulis lakukan. Semoga Allah SWT memberikan kelapangan pahala dan derajat yang tinggi untuk kedua orang tua penulis.

Terima kasih kepada Dosen Bapak Dr. Hasyim, M. Pd dan guru pamong bapak Hasbunallah Husain Hippy, S. Pd yang telah memberikan kebaikan, masukan, dan ilmu yang telah diberikan kepada penulis. Penulis meminta maaf atas segala kesalahan yang pernah penulis lakukan Semoga Allah SWT senantiasa melindungi dan membela kebaikan yang diberikan.

Terima kasih untuk keluarga teman-teman yang saya tidak bisa disebutkan namanya satu persatu, terima kasih yang sangat mendalam atas segala bantuan yang diberikan selama perkuliahan.

Terima kasih kepada UPT SPF SDN Panaikang II/I menjadi lokasi penelitian penulis karena telah memberikan wadah untuk pengembangan 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 kuliah. Semoga keberkahan selalu menyertai penulis.

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), 36–53. <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., 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*