

Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning dalam Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola Basket

Ahmad Septiandika Adirahma¹

¹ Universitas Sebelas Maret Surakarta
Email: andiktreze@staff.uns.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar permainan bola basket melalui penerapan model Problem Based Learning. Subjek penelitian terdiri dari 30 siswa dan dilakukan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Data hasil belajar siswa dikumpulkan melalui lembar observasi aktivitas belajar siswa dan penilaian aspek pengetahuan menggunakan tes. Analisis data dilakukan dengan metode analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Model Problem Based Learning dalam pembelajaran PJOK berhasil meningkatkan hasil belajar permainan bola basket. Capaian dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah sebagai berikut: 1) pada aspek sikap, pada siklus 1 semua siswa mencapai kategori baik, dan pada siklus 2, kategori sangat baik diraih oleh 4 siswa sementara kategori baik dicapai oleh 26 siswa. Aspek sikap sudah mencapai tuntas pada siklus 1. 2) Pada aspek pengetahuan, pada siklus 1 mencapai ketuntasan 66,6% dengan nilai rata-rata 74,6, sedangkan pada siklus 2 mencapai ketuntasan 100% dengan nilai rata-rata 86,4. 3) Pada aspek keterampilan, pada siklus 1 mencapai ketuntasan 73,33% dengan nilai rata-rata 78,2 dan pada siklus 2 mencapai ketuntasan 86,6% dengan nilai rata-rata 82,7. Kesimpulannya, penerapan Model Problem Based Learning efektif dalam meningkatkan hasil belajar permainan bola basket pada pembelajaran PJOK, terlihat dari peningkatan pada aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

Kata kunci: Problem Based Learning, Permainan bola basket, Hasil Belajar.

PENDAHULUAN

Howard S. Barrows(1996) Problem Based Learning adalah suatu metode pembelajaran di mana peserta didik belajar tentang suatu subjek tertentu melalui pemecahan masalah. PBL menekankan pada pembelajaran mandiri, penemuan sendiri, serta keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran. Nariman & Chrispeels, (2016) menjelaskan pembelajaran berbasis masalah adalah pembelajaran yang berpusat pada siswa yang sesuai dengan prinsip-prinsip konstruktivisme. Prinsip konstruktivisme adalah siswa dapat membangun pengetahuannya melalui masalah yang diberikan Problem Based Learning, adalah pendekatan pembelajaran di mana siswa memecahkan masalah atau menciptakan sesuatu

sebagai tanggapan terhadap pertanyaan atau tugas yang kompleks. Berikut adalah beberapa kelebihan PBL; (1) PBL memastikan pembelajaran kontekstual dengan mengaitkan materi pelajaran dengan masalah dunia nyata.(2) PBL meningkatkan keterlibatan siswa karena mereka terlibat dalam pemecahan masalah dan pengambilan Keputusan. (3) PBL merangsang pengembangan keterampilan berpikir kritis, analitis, dan pemecahan masalah.(4) PBL mendorong kerja sama tim dan komunikasi efektif.(5) PBL memotivasi siswa untuk belajar lebih lanjut karena materi dipelajari sebagai bagian dari penyelesaian masalah nyata. Kekurangan Problem Based Learning (PBL);(1) PBL memerlukan lebih banyak waktu daripada metode pengajaran tradisional.(2) Penilaian pada

PBL bisa lebih subjektif dan kompleks daripada ujian standar.(3) PBL dapat menghasilkan berbagai solusi, dan hasilnya mungkin tidak selalu dapat diprediksi.(4) Siswa mungkin kesulitan dalam memecahkan masalah jika pengetahuan dasar mereka terlalu terbatas.(5) PBL membutuhkan keterlibatan aktif guru dalam mengelola kelompok dan menyediakan bimbingan.

Materi pembelajaran dribble, passing dan shooting bola basket di kelas Digital VIII D SMP Islam AL Azhar 21 Solobaru menghadapi sejumlah permasalahan, termasuk kesulitan pemahaman konsep dan penguasaan teknik dribble, passing dan shooting oleh peserta didik. Kurangnya keterlibatan aktif, ketidakperhatian terhadap materi praktik guru, penggunaan teknik dribble, passing dan shooting yang salah, dan fokus pandangan ke bola adalah beberapa permasalahan yang diidentifikasi. Hasil tes dribble, passing dan shooting menunjukkan bahwa hanya 9 dari 30 peserta didik yang mencapai atau melebihi KKM, dengan persentase keberhasilan 30%, sementara 70 % siswa tidak tuntas. Selain itu, metode pembelajaran yang digunakan masih bersifat ceramah dan berpusat pada guru (teacher-centered), cenderung lebih menekankan hasil daripada proses pembelajaran. Keadaan ini menyebabkan pembelajaran terasa monoton, membuat peserta didik kurang aktif, dan kesulitan memahami materi. Setelah observasi dan analisis, peneliti dan guru memutuskan untuk menerapkan model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) sebagai solusi. Penerapan PBL bertujuan untuk meningkatkan keaktifan, pemahaman, dan mengembangkan kemampuan gerak spesifik peserta didik. Model pembelajaran ini membuat peserta didik lebih fokus dan mendorong pengembangan kreativitas serta aplikasi kemampuan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menerapkan PBL, diharapkan hasil belajar peserta didik dalam gerak spesifik bola basket, terutama teknik dribble, passing dan shooting, dapat meningkat secara maksimal. PBL diarahkan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, kerja sama

kelompok, keterampilan teknik menggiring bola basket, meningkatkan keaktifan dalam pembelajaran, serta meningkatkan pemahaman dan keberanian dalam berpendapat. Harapannya, penerapan PBL dapat mencapai peningkatan hasil belajar yang optimal bagi peserta didik.

Model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan dribble, passing dan shooting bola basket dengan beberapa langkah. Guru menjelaskan kompetensi tanpa gambar langkah-langkah gerakan teknik dribble, passing dan shooting, mendemonstrasikan dengan menunjuk siswa, memberi kesempatan siswa untuk mengumpulkan informasi dan membuat kelompok, siswa melakukan eksperimen di depan siswa lain, guru menyimpulkan ide kelompok, memberikan tugas untuk berlatih di rumah, dan memberikan refleksi dan evaluasi. Jika hasil peningkatan belum sesuai, guru dapat menerapkan PBL lagi dengan menyampaikan kompetensi, menggunakan peta konsep atau gambar tahapan dribble, passing dan shooting, membentuk kelompok berdasarkan kemampuan siswa, menentukan leader kelompok, memberikan permasalahan kepada kelompok, kelompok melakukan eksperimen, presentasi, tanya jawab, guru menyimpulkan, dan menjelaskan keseluruhan materi. Kelebihan PBL meliputi penyampaian materi yang jelas, peningkatan pemahaman siswa, pengembangan keterampilan, peningkatan rasa percaya diri, dan motivasi siswa. Namun, kekurangan melibatkan kesulitan siswa malu, tidak semua siswa dapat mempresentasikan, dan adanya kesamaan pendapat antar siswa. Solusinya adalah memberikan motivasi langsung, menunjuk perwakilan siswa, dan membagi materi berdasarkan kelompok.

Arends (2010) menjelaskan sintaks PBL sebagai berikut; Fase 1: Menyajikan masalah. Fase 2: Merencanakan investigasi. Fase 3: Melakukan investigasi. Fase 4: Demonstrasi pembelajaran. Fase 5: Refleksi dan evaluasi.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Kelas VIII D Digital SMP Islam Al Azhar 21 Solobaru, yang berlokasi di Kabupaten Sukoharjo pada Semester genap tahun pelajaran 2022/2023. Kelas ini memiliki 30 siswa dan merupakan kelas dengan nilai Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatannya masih di bawah rata-rata kelas atau masih rendah. Peneliti juga merupakan guru Penjaskes di SMP Negeri 4 Abiansemai, sehingga penelitian dilaksanakan di kelas yang diajarinya. Subjek penelitian terdiri dari 30 siswa, dengan 19 siswa perempuan dan 11 siswa laki-laki. Kelas ini dipilih sebagai subjek penelitian karena hasil tes awal menunjukkan nilai rata-rata 63,1 dan ketuntasan belajar hanya mencapai 30%, sehingga perlu segera ditangani. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung dari bulan Januari hingga Maret 2023. Rancangan penelitian tindakan kelas difokuskan pada situasi dalam proses pembelajaran di kelas yang berlangsung secara kolaboratif. Dalam pelaksanaan proses pembelajaran, mengacu pada rancangan dan program, penelitian ini dilakukan berdasarkan data empiris yang didukung oleh program penelitian tindakan kelas. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas ini terdiri dari dua siklus, setiap siklus terdiri dari empat tahap: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Setiap siklus saling berkaitan, dengan hasil refleksi digunakan sebagai acuan untuk perbaikan pada siklus berikutnya. Data hasil belajar siswa dikumpulkan melalui tes praktik, lembar observasi, dan wawancara. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif. Indikator keberhasilan penelitian adalah peningkatan hasil belajar siswa kelas VIII D Digital SMP Islam Al Azhar 21 Solobaru pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, khususnya dalam pemahaman terhadap permainan bola basket. Penelitian ini dapat dihentikan jika setiap siswa mencapai nilai minimal 76 untuk sikap, baik, pengetahuan, dan keterampilan.

HASIL DAN DISKUSI

Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan hasil belajar permainan bola basket dari proses pembelajaran hingga hasil pembelajaran di SMP Islam Al Azhar 21 Solobaru. Penelitian dilakukan pada peserta didik kelas VIII D Digital tahun pelajaran 2022/2023 dengan menggunakan model pembelajaran Problem Based Learning. Awalnya, proses pembelajaran menggunakan metode teaching center dan ceramah yang dianggap membosankan, sehingga peserta didik sulit menerima materi tersebut. Namun, setelah dilakukan tindakan penelitian tindakan kelas dengan menerapkan model pembelajaran Problem Based Learning, proses pembelajaran menjadi menyenangkan dan menantang, meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.

Observasi menunjukkan beberapa permasalahan, antara lain kesulitan peserta didik dalam memahami konsep dan penguasaan materi ajar teknik dribble bola basket, ketidakaktifan peserta didik, dan penggunaan teknik dribble, passing dan shooting yang salah. Hasil pembelajaran masih kurang baik, dengan hanya 30 % peserta didik yang tuntas dalam pembelajaran permainan bola basket.

Siklus I dilaksanakan dengan memberikan motivasi, menjelaskan gerakan dribble, passing dan shooting bola basket yang benar, dan memperkenalkan model pembelajaran Problem Based Learning. Observasi menunjukkan adanya peningkatan, tetapi hasil belum mencapai target. Siklus II fokus pada penguatan materi, seperti perkenaan pantulan bola dengan tangan, ketepatan passing, akurasi tembakan, gerak lanjut dribble, passing dan shooting, posisi badan saat dribble, passing dan shooting, posisi pandangan mata saat melakukan gerakan dribble, passing dan shooting. Hasil belajar peserta didik meningkat menjadi 86,6 % pada siklus II, melebihi target capaian ketuntasan. Keberhasilan ini disumbangkan oleh peran guru yang memberikan motivasi, meningkatkan keaktifan, dan kreativitas peserta didik, sehingga pembelajaran dribble bola basket menjadi lebih baik.

KESIMPULAN

Penelitian tindakan kelas dilaksanakan pada peserta didik kelas VIII D Digital SMP Islam Al Azhar 21 Solobaru Kabupaten Sukoharjo tahun pelajaran 2022/2023 dan terdiri dari dua siklus. Setiap siklus penelitian ini terbagi menjadi empat tahapan tindakan, yakni perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi tindakan, dan refleksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Model Problem Based Learning dalam pembelajaran PJOK berhasil meningkatkan hasil belajar permainan bola basket. Capaian dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah sebagai berikut: 1) pada aspek sikap, pada siklus 1 semua siswa mencapai kategori baik, dan pada siklus 2, kategori sangat baik diraih oleh 4 siswa sementara kategori baik dicapai oleh 26 siswa. Aspek sikap sudah mencapai tuntas pada siklus 1. 2) Pada aspek pengetahuan, pada siklus 1 mencapai ketuntasan 66,6% dengan nilai rata-rata 74,6, sedangkan pada siklus 2 mencapai ketuntasan 100% dengan nilai rata-rata 86,4. 3) Pada aspek keterampilan, pada siklus 1 mencapai ketuntasan 73,33% dengan nilai rata-rata 78,2 dan pada siklus 2 mencapai ketuntasan 86,6% dengan nilai rata-rata 82,7.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan Model Problem Based Learning efektif dalam meningkatkan hasil belajar permainan bola basket pada pembelajaran PJOK, terlihat dari peningkatan pada aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan pada peserta didik kelas VIII D Digital SMP Islam Al Azhar 21 Solobaru Kabupaten Sukoharjo tahun pelajaran 2022/2023.

Berdasarkan kesimpulan di atas, implikasi penelitian ini adalah:

1. Penerapan model pembelajaran Problem Based Learning dapat membuat peserta didik menjadi aktif, kreatif, dan memiliki rasa ingin tahu tinggi dalam mempelajari materi dribble bola basket.
2. Peserta didik dapat memahami dan menerapkan materi pelajaran secara maksimal terkait cara melakukan gerakan dribble bola basket, sehingga mereka dapat melaksanakan gerakan tersebut dengan baik dan benar.

3. Penelitian ini dapat membantu guru dalam menemukan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi terkait materi dribble bola basket.

REFERENSI

- Arikunto dkk. 2015. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Barrows, Howard. (1996). *New Direction for Teaching and Learning "Problem- Based Learning in Medicine and Beyond; Abrief Overview"*. University School of Medicine: Jossey Bass Publishers.
- Barrows. (1996). *Problem Based Learning Medicine Beyond. New Direction for Teaching and Learning* . Jossey - Bass Publis.
- Borg, W.R. & M. D. Gall. (1979). *Educational Research an Introduction*. New York United States of America: Longman Inc.
- Dimiyati dan Mudjiono, (2002), *Belajar dan Pembelajaran*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Djamarah, S dan Aswan, Z., (2006) *Strategi Belajar Mengajar*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Hamalik, O., (2010), *Proses Belajar Mengajar*, PT.Bumi Aksara, Jakarta.
- Hanafiah, N., (2009), *Konsep Strategi Pembelajaran*, Refika Aditama, Bandung.
- Gagne & Biggs, J. 2008. *Principles of Instructional Design, Second Edition*. New York: Holt Rinehart and Winston.
- Huda, M. 2015. *Model-model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.



- Husamah, dkk. 2018. *Belajar dan Pembelajaran*. Malang. UMM Press. <https://doi.org/10.7771/1541-5015.1521>
- Kokasih, D. 2008. *Fundamental Basketball First Step to Win*. Semarang: CV Elwas Offset.
- Kristiyanto, A. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Majid. 2013. *Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Maolani, R.A & Cahyani, U. 2015. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Margono, A. 2010. *Permainan Bola Basket*. Surakarta: UNS Press.
- Nariman, N., & Chrispeels, J. (2016). PBL in the Era of Reform Standards: Challenges and Benefits Perceived by Teachers in One Elementary School. *Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 10(1).
- Nurhadi, 2004. *Pembelajaran Kontekstual dan Penerapannya dalam KBK*. Malang: UM Press
- Nurrochmah S, Supriyadi, Sudjana NI. 2009. *Pengembangan Instrumen Tes Bola Bakset Bagi Pemula*. Jakarta: Depbuti IPTEK Olahraga.
- Oliver, S. 2007. *Strategi Public Relations*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Rahayu, ET. 2016. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Implementasi pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta.
- Saichudin & Munawar, S.A.R. 2019. *Buku Ajar Bolabasket*. Malang: Wineka Media.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.