

PENERAPAN METODE PROBLEM BASED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SMPN 8 SIJUNJUNG

Wella Sri Mulyani¹, Deswandi², Pitmawati³, Frizki Amra⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Srimulyaniwella12@gmail.com, deswandi@fik.unp.ac.id, pitnawati@fik.unp.ac.id,
frizkiamra@fik.unp.ac.id

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.12.2024.1031>

Kata Kunci : Metode Problem Based Learning

Abstrak : Masalah penelitian ini adalah bagaimana penerapan metode problem based learning di SMPN 8 Sijunjung. Metode problem based learning adalah suatu pendekatan pembelajaran yang menggunakan masalah dunia nyata sebagai suatu konteks bagi siswa untuk belajar tentang cara berfikir kritis dan keterampilan pemecahan masalah, serta untuk memperoleh pengetahuan dan konsep yang esensial dari materi pelajaran yang kreatif dan aktif. Problem based learning adalah metode pembelajaran yang dipicu oleh permasalahan, yang mendorong siswa untuk belajar dan bekerja kooperatif dalam kelompok untuk mendapatkan solusi, berpikir kritis dan analitis, mampu menetapkan serta menggunakan sumberdaya pembelajaran yang sesuai. Maka tujuan dalam skripsi ini adalah untuk mengetahui penerapan metode problem based learning dalam pembelajaran pjok di smpn 8 Sijunjung. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian Deskriptif. Menggunakan metode angket dan wawancara. Sampel yang digunakan adalah kepala sekolah, guru pjok dan siswa kelas VIII.3 di Smpn 8 Sijunjung yang berjumlah 21 orang. Analisis data yang digunakan teknik Deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian ini terlihat bahwa hasil distribusi data dari kegiatan metode problem based learning yang mendapat jawaban tinggi 18 (86%), jawaban sedang 3 (14,3%), jawaban rendah 0 (0%). Hal ini dapat dilihat kegiatan dalam pembelajaran Pendidikan olahraga dengan tingkat pencapaian 86% ini dapat diklasifikasikan tinggi.

Keywords : *Problem Based Learning Method*

Abstract : *The problem of this research is how to apply the problem based learning method at SMPN 8 Sijunjung. The problem based learning method is a learning approach that uses real world problems as a context for students to learn critical thinking and*

problem solving skills, as well as to gain essential knowledge and concepts from creative and active subject matter. Problem based learning is a learning method that is triggered by problems, which encourages students to learn and work cooperatively in groups to obtain solutions, think critically and analytically, and be able to determine and use appropriate learning resources. So the aim of this thesis is to determine the application of the problem based learning method in corner learning at Smpn 8 Sijunjung. The type of research used in this research is descriptive research. Using questionnaire and interview methods. The sample used was the principal, corner teachers and class VIII.3 students at Smpn 8 Sijunjung, totaling 21 people. Data analysis used quantitative descriptive techniques with percentages. The results of this research show that the results of data distribution from problem based learning method activities received a high answer of 18 (86%), a medium answer of 3 (14.3%), a low answer of 0 (0%). This can be seen from activities in sports education learning with an achievement level of 86% which can be classified as high.

PENDAHULUAN

Deswandi et al, (2018) berpendapat Pendidikan merupakan suatu pondasi dalam hidup yang harus dibangun dengan baik. Pendidikan merupakan proses pembelajaran kepada individu agar memiliki pemahaman terhadap sesuatu, serta menjadikan seseorang kritis dalam berpikir.

Menurut Pamungkas et al, (2021) Mengemukakan bahwa Pengembangan pembelajaran memberikan pengalaman belajar mengajar yang melibatkan mental, fisik, Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan harus dirancang untuk melalui interaksi peserta didik dan guru.

Menurut Mustafa dan Gusdiyanto, (2023) Pendidikan Jasmani adalah Suatu Proses Pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif.

Menurut bucher dalam deswandi (2018) Pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan, bagian integral dari proses

pendidikan total, adalah bidang usaha yang memiliki tujuan meningkatkan kinerja manusia melalui medium aktivitas fisik yang telah dipilih dengan maksud untuk mewujudkan hasil ini.

Menurut Asnaldi (2015) Tujuan jasmani di sekolah untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesehatan, kesegaran jasmani serta dapat tercapainya pertumbuhan dan perkembangan jasmani khusus tinggi badan dan berat badan secara harmonis.

Sarmila (2023) bahwa Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki keunikan dibandingkan dengan pendidikan yang lain, yaitu yang memberikan kesempatan untuk mengembangkan karakter dan sifat sosial yang lebih besar untuk mewujudkan dalam praktik pengajaran.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam arti serupa juga diartikan sebagai sebuah media untuk mendorong pertumbuhan fisik, psikis, motorik, pengetahuan dan penalaran, serta pembiasaan pola hidup sehat yang seimbang ((Azzaria et al., 2023)

Pada pelaksanaannya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mempunyai peran sentral untuk mengarahkan peserta didik dalam rangka menuju keselarasan antara pertumbuhan badan dan perkembangan jiwa.

Pendidikan penjas dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang di disain untuk meningkatkan kesegaran jasmani mengembangkan ketrampilan motorik, perilaku hidup aktif serta sikap sportif yang serasi. (Asnaldi & Syampurma, 2020)

Menurut E. Emral, and S. Suwirman (dalam Sarmila et al, 2023) "Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik ,kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai(sikapmental-mosional-spritual-dan sosial).

Menurut Sari, D. N. (2020) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan satu-satunya mata pelajaran yang difokuskan pada aktivitas gerak jasmani.

Menurut (Nirmala & Suryobroto, 2020) pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Siregar (2019) "Metode mengajar pada dasarnya adalah untuk mengimplementasikan strategi pembelajaran yang sifatnya masih konseptual, namun secara operasional dapat digunakan berbagai metode dan teknik pembelajaran tertentu".

Metode mengajar ialah cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat

berlangsungnya pengajaran. Metode yang satu dengan metode yang lainnya tidak di pandang sebagai metode (Deswandi 2017).

(Pratama et al., 2017) mengemukakan, Problem based learning merupakan metode pembelajaran yang bertujuan merangsang peserta didik untuk belajar melalui berbagai permasalahan nyata dalam kehidupan sehari-hari, dihubungkan dengan pengetahuan yang dipelajarinya.

Menurut Hotimah (2020) Problem based learning (PBL) adalah metode pembelajaran yang dipicu oleh permasalahan, yang mendorong siswa untuk belajar dan bekerja kooperatif dalam kelompok untuk mendapatkan solusi, berpikir kritis dan analitis.

METODE

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Deskriptif" Merupakan penelitian untuk menyelidiki keadaan, kondisi, atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Penelitian ini menggunakan metode angket dan wawancara. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Smpn 8 sijunjung yang berjumlah 21 orang. Dengan sampel adalah kepala sekolah, guru pjok dan siswa yang berjumlah 21 orang.

Tempat penelitian ini akan dilakukan di SMPN 8 Sijunjung Kabupaten Sijunjung, dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 8 Sijunjung kabupaten Sijunjung yang berjumlah 170 orang.

Maka ditarik sampel Peneliti menetapkan kepala sekolah, guru PJOK kelas VIII.3. Subjek utama penelitian ini adalah guru PJOK dan kepala sekolah dan siswa kelas VIII.3 sebagai sumber

data. Menggunakan Statistik Deskriptif (tabulasi Frekwensi).

Data penelitian diperoleh hasil tes karakteristik kemampuan koordinasi gerak. Menurut Sudjana, (2010) Hasil tes diolah secara deskriptif melalui persentase yaitu dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N= Jumlah sampel atau responden

HASIL

Data diperoleh dari angket dan wawancara di SMPN 8 Sijunjung. Deskripsi data dan hasil penelitian dijabarkan lebih lanjut dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Metode Problem Based Learning.

kelas interval	Frekuensi		Keterangan
	Absolut	Relatif	
9 – 12	18	86	Tinggi
5 – 8	3	14,3	Sedang
0 – 4	0	0	Rendah
Σ	21	100	

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan hasil distribusi data dari kegiatan metode problem based learning yang mendapat jawaban tinggi 18 (86%), jawaban sedang 3 (14,3%), jawaban rendah 0 (0%). Hal ini dapat dilihat kegiatan dalam pembelajaran Pjok dengan tingkat pencapaian 86% ini dapat diklasifikasikan tinggi.

1. Peneliti sedang membagikan Angket
Merupakan peneliti membagikan angket kepada tiap-tiap siswa kelas VIII.3 serta memberikan arahan kepada siswa bagaimana cara mengisi angket tersebut.



Gambar 1. Membagikan lembar angket
Sumber: dokumentasi penelitian

2. Siswa-siswi kelas VIII.3 sedang mengisi angket dengan focus dan ada juga yang bertanya terkait apa saja yang ada di angket. Bagi yang tidak mengerti langsung menanyakan kepada peneliti



Gambar 2. Siswa sedang mengisi angket
Sumber: dokumentasi penelitian

3. Peneliti sedang wawancara bersama kepala sekolah terkait dengan metode PBL. Dan kepala sekolah sangat menyukai metode tersebut, karena siswa akan lebih aktif dengan belajar menggunakan metode tersebut.



Gambar 3. Wawancara kepala sekolah
Sumber: dokumentasi penelitian

PEMBAHASAN

Dari data yang diperoleh pada analisis deskriptif, beberapa indikator instrumen dan observasi yang peneliti lakukan berpengaruh pada “Penerapan metode problem based learning dalam pembelajaran Pjok di Smpn 8 Sijunjung”. Oleh sebab itu perlu adanya pembahasan indikator dari instrumen dan observasi yang peneliti lakukan tersebut yang akan dijelaskan sebagai berikut:

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan kepala sekolah, guru pjok dan siswa bahwa menggunakan metode problem based learning ini adalah sangat membantu siswa Karena aktifnya bukan guru saja tetapi siswa terlibat langsung dalam pembelajaran yang mendekatkan dalam PBL. Oleh karena itu guru harus kreatif dan inovatif. Dengan mengasih ice breaking atau pemanasan

sebelum pembelajaran di mulai. Karena masih banyak siswa kurang fokus terhadap pembelajaran yang di berikan oleh guru. Menerapkan metode problem based learning Cukup menarik dan bagus. Supaya siswa paham untuk memecahkan sebuah masalah dalam pembelajaran.

KESIMPULAN

Penerapan metode problem based learning dalam pembelajaran PJOK di SMPN 8 Sijunjung dalam kategori Tinggi. Dapat dilihat dari jawaban tinggi 18 (86%), jawaban sedang 3 (14,3%), jawaban rendah 0 (0%).

Hal ini dapat dilihat kegiatan dalam pembelajaran Pjok dengan tingkat pencapaian 86% ini dapat diklasifikasikan tinggi. Dari hasil wawancara yang dilakukan hasil penelitian tentang penerapan metode problem based learning dalam pembelajaran pjok di SMPN 8 Sijunjung Persiapan PBL sudah cukup berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afizi, R., Deswandi, D., Damrah, D., & Eldawaty, E. (2023). Tinjauan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas Viii Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Padang. *Jurnal JPDO*, 6(4), 155–160.
- Asnaldi, A. (2015). Profesionalisme Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Sport Science: Jurnal Ilmu Keolahragaan Dan Pendidikan Jasmani*, 23(28), 1–15.
- Asnaldi, A., & Syampurma, H. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Dalam Proses

- Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Sport Science: Jurnal Sain Olahraga Dan Pendidikan Jasmani, 20(2), 97–106.
- Azzaria, A. A., Oktafiya, A. D., Munir, M., & Adi, S. (2023). Pengukuran Latihan Push Up Dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Hasil Smash Atlet Bola Volly. Citius: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan, 3(1), 129–135.
- Damrah, D., Pitnawati, P., & Erianti, E. (2019). Pelatihan Tennis Terhadap Guru Pendidikan Jasmani sekolah Dasar Negeri di Kota Padang. Widya Laksana, 8(2), 202–207.
- Deswandi, D., Syafruddin, S., & Khairuddin, K. (2018). Studi kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 28 air tawar timur kecamatan padang utara kota padang. Jurnal MensSana, 3(2), 81–92.
- Deswandi, F.-U., & Ihsan, N. (2018). Persepsi Siswa Terhadap Keterampilan Guru Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sdn 16 Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang. Jurnal MensSana, 3(1), 48–66.
- Finsania, S., Yulifri, Y., Pitnawati, P., & Zulbahri, Z. (2023). Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di SMP Negeri 1 Batang Anai. Jurnal JPDO, 6(8), 44–50.
- Hijriyanto, A., Emral, E., Rasyid, W., & Darni, D. (2022). Tinjauan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid 19. Jurnal JPDO, 5(2), 99–102.
- Hotimah, H. (2020). Penerapan metode pembelajaran problem based learning dalam meningkatkan kemampuan bercerita pada siswa sekolah dasar. Jurnal Edukasi, 7(2), 5–11.
- Mustafa, P. S., & Gusdiyanto, H. (2023). Perbandingan Kurikulum Pendidikan Jasmani Antara Indonesia dengan Finlandia: Kajian Review. Biomatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, 9(2), 117–128.
- Nirmala, R., & Suryobroto, A. S. (2020). TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK DI SMK NEGERI KABUPATEN SLEMAN TENTANG RPP BERDASARKAN KURIKULUM 2013. Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, 9(2).
- Pamungkas, D. E., & Sukarman, S. (2020). Transformasi Dunia Pendidikan Di Sekolah Dasar Dalam Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Hasil Penelitian, 6(3), 211–219.
- Pratama, G. W., Ashadi, A., & Indriyanti, N. Y. (2017). Efektivitas penggunaan modul pembelajaran kimia berbasis problem-based learning (PBL) untuk meningkatkan kemampuan berpikir siswa pada materi koloid Sma Kelas XI kritis. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Sains (SNPS), 21, 150–156.
- Rahma, V. A., Yaslindo, Y., Neldi, H., & Amra, F. (2024). Tingkat Keterampilan Dasar Pemain

Bolabasket dalam Kegiatan
Pengembangan Diri di SMA
Pembangunan Laboratorium UNP.
Jurnal JPDO, 7(3), 100–107.

Sari, D. N. (2020). Tinjauan kebugaran
jasmani siswa sekolah dasar. Jurnal
Sporta Saintika, 5(2), 133–138.

Sari, W. N., Handayani, S. G., Sepriadi, S., &
Pitnawati, P. (2023). Pengembangan
Media Audio Visual Materi Rolling
Depan dan Rolling Belakang Senam
Lantai di Sekolah Menengah Pertama
Islam Terpadu Karakter Anak Shalih
Kota Padang. Jurnal JPDO, 6(3), 96–
102.

Sarmila, S. (2023). Analisis Minat Bermain
Dalam Penggunaan Media
Pembelajaran Block Brick Pada Anak
Usia 5-6 Tahun Kelompok B2 TK
Hafidzan Lestari Kota Jambi.
Universitas Jambi.

Siregar, L. H. (2019). Penerapan metode
pembelajaran blended learning
terhadap hasil belajar mahasiswa di
institut pendidikan Tapanuli Selatan
Padangsidempuan. Jurnal Education
and Development, 7(1), 91.

Suwirman, S., Yaslindo, Y., Edwarsyah, E., &
Sasmitha, W. (2020). Bimbingan
Teknis Pada Guru PJOK Dalam
Peningkatan Kompetensi Guru
Melalui Pencak Silat Di Kabupaten
Tanah Datar. Jurnal Berkarya
Pengabdian Masyarakat, 2(1), 56–67.