

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN PADA PESERTA DIDIK KELAS VI DI SDN 2 BANYUNING KABUPATEN BULELENG**

**TESIS**



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapat gelar  
Magister Pendidikan  
Program Studi S2 Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

**Oleh :**  
**I Nyoman Tri Yudana**  
**NIM 23060840013**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2025**

## ABSTRAK

I Nyoman Tri Yudana : Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Senam Lantai Guling Depan Pada Peserta Didik Kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2025.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar PJOK melalui materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning dengan mengimplementasikan model pembelajaran *problem based learning* (PBL).

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning. Data prestasi belajar diambil dengan format *assesmen* teknik dasar senam lantai guling depan meliputi aspek afektif, kognitif, psikomotor. Data dianalisis menggunakan teknik analisis *statistic deskriptif*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning. Dapat dilihat pada observasi awal persentase ketuntasan hasil belajar secara klasikal sebesar 32,1 %, pada siklus I menjadi 56% dan pada siklus II menjadi 94%. Dapat disimpulkan bahwa implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK.

**Kata Kunci :** Hasil Belajar, PJOK, *Problem Based Learning*.

## ***ABSTRACT***

**I Nyoman Tri Yudana:** Implementation of Problem Based Learning (PBL) Model for Improving the Physical Education Learning Outcomes in the Material of Gymnastics Forward Roll of the Sixth Grade Students of SDN 2 Banyuning, Buleleng Regency. **Thesis. Yogyakarta: Faculty of Sport and Health Sciences, Universitas Negeri Yogyakarta, 2025.**

This research aims to assess the enhancement of Physical Education learning outcomes in the gymnastics forward roll material for sixth-grade students of SDN 2 Banyuning (Banyuning 2 Elementary School) through the implementation of the problem-based learning (PBL) model.

This research constituted a form of classroom action research. The research participants were sixth-grade students of SDN 2 Banyuning. The data on learning achievements were collected by using a basic assessment framework for gymnastics forward roll learning, encompassing affective, cognitive, and psychomotor dimensions. The data were examined via descriptive statistical analysis methods.

The research findings demonstrate that the implementation of the problem-based learning (PBL) paradigm enhances Physical Education learning outcomes for gymnastics forward roll learning among sixth grade students of SDN 2 Banyuning. The initial observation indicated a 32.1% completion rate for learning outcomes in a traditional format, which increased to 56% in cycle I and reached 94% in cycle II. The implementation of the problem-based learning (PBL) model can enhance Physical Education learning outcomes.

**Keywords:** Learning Outcomes, Physical Education, Problem Based Learning.



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Jalan Colombo 1, Kampus Karangmalang, Yogyakarta 55281  
Telp. (0274) 586168 Hunting, Fax. (0274) 565500;  
Laman: <http://www.uny.ac.id> e-mail: [humas@uny.ac.id](mailto:humas@uny.ac.id)

---

**PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahapeserta didik : I Nyoman Tri Yudana  
Nomor Mahapeserta didik : 23060840013  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S2  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar Magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, Maret 2025

Yang membuat pernyataan

I Nyoman Tri Yudana

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN PADA PESERTA DIDIK KELAS VI DI SDN 2 BANYUNING KABUPATEN BULELENG**


**TESIS**


**I NYOMAN TRI YUDANA  
NIM 23060840013**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Hasil Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal : 15 Januari 2025

plt. Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing

  
Prof. Dr. Cerika Rismayanthi, M.Or.  
NIP. 19770218200811002

  
Dr. Aris Fajar Pambudi, M.Or.  
NIP. 198205222009121006

**LEMBAR PENGESAHAN**

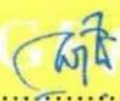



**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN PADA PESERTA DIDIK KELAS VI DI SDN 2 BANYUNING KABUPATEN BULELENG**

**TESIS**

**I NYOMAN TRI YUDANA  
NIM 23060840013**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal : 30 Januari 2025

**DEWAN PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Hari Yulianto, M.Kes. (Ketua/Penguji)		25 Februari 2025
Dr. Heri Yogo Prayadi, M.Or. (Sekretaris/Penguji)		11 Februari 2025
Prof. Dr. Guntur, M.Pd. (Penguji I)		10 Februari 2025
Dr. Aris Fajar Pambudi, M.Or. (Penguji II/Pembimbing)		11 Februari 2025



Yogyakarta, 30 Januari 2025  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Dekan,

Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or.  
NIP. 197702182008011002

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya tesis yang berjudul **“Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Senam Lantai Guling Depan Pada Peserta Didik Kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng”** ini dapat terselesaikan. Banyak permasalahan yang peneliti hadapi selama menyusun tesis ini. Namun, peneliti memahami bahwa hambatan dan halangan tersebut membuat peneliti belajar banyak hal yang bermanfaat untuk kehidupan kedepannya. Dukungan moral dan material dari banyak pihak membuat peneliti bersemangat dan berkomitmen menyelesaikan tesis ini dengan sebaik-baiknya.

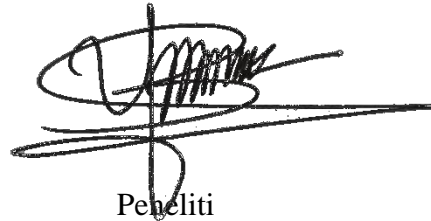
Dalam menyelesaikan tesis ini, peneliti banyak mendapat bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk kuliah di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Ibu Prof. Dr. Cerika Rismayanthi, M.Or. selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan dan plt. Koordinator Prodi S2 Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Aris Fajar Pambudi, M.Or. selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta sekaligus Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran dan masukan serta motivasi dalam menyelesaikan tesis ini.

5. Ibu Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, M.Or. selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Seluruh Bapak Ibu Dosen dan Staf Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.

Peneliti sepenuhnya menyadari bahwa apa yang tersaji dalam tesis ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan tesis ini, peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak.

Yogyakarta, Maret 2025



Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
<i>ABSTRACT</i> .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN .....	v
LEMBAR PENGESAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Diagnosis Permasalahan Kelas .....	7
C. Rencana Tindakan Kelas .....	8
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
BAB II KAJIAN TEORI .....	11
A. Kajian Teori .....	11
1. Deskripsi Teoritis .....	11
a. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJOK) .....	11
b. Model Pembelajaran .....	14
1) Definisi Model Pembelajaran .....	14
2) Unsur-unsur model pembelajaran .....	15
3) Fungsi Model Pembelajaran .....	16
c. Hasil Belajar .....	17
d. Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> (PBL) .....	22
1) Pengertian Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> (PBL) .....	22
2) Sintak Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> .....	26
e. Senam Lantai .....	26
B. Kajian Penelitian yang Relevan .....	30

C. Kerangka Berfikir .....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian Tindakan .....	37
B. Waktu Penelitian.....	41
C. Deskripsi Tempat Penelitian.....	41
D. Subjek dan Karakteristiknya.....	41
E. Skenario Tindakan .....	42
1. Deskripsi Skenario Tindakan.....	42
a. Observasi awal .....	42
b. Refleksi awal.....	42
c. Identifikasi masalah .....	43
d. Analisis Masalah.....	44
e. Perumusan Masalah .....	44
f. Perencanaan Tindakan .....	45
2. Pelaksanaan Tindakan.....	45
a. Rancangan Penelitian Siklus I .....	45
1) Perencanaan siklus I.....	45
2) Pelaksanaan Tindakan Pertemuan Pertama Siklus I .....	46
3) Pelaksanaan Tindakan Pertemuan Kedua siklus I.....	47
4) Observasi Hasil Tindakan .....	48
5) Refleksi Hasil Tindakan .....	48
b. Rancangan Penelitian Siklus II .....	48
1) Perencanaan Siklus II .....	48
2) Pelaksanaan Tindakan Siklus II .....	49
3) Observasi Siklus II .....	49
4) Refleksi Siklus II.....	49
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	50
1. Instrumen Penelitian .....	50
a. Instrumen penilaian Aspek Afektif Senam Lantai Guling Depan .....	50
b. Instrumen Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai Guling Depan .....	52
c. Instrumen Penilaian Aspek Psikomotor Senam Lantai Guling depan ....	54
2. Teknik Pengumpulan Data.....	56
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	56
H. Teknik Analisis Data .....	57

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	59
A. Hasil Penelitian.....	59
1. Hasil Analisis Data .....	59
a. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus I .....	59
1) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif).....	59
2) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif).....	62
3) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor) ....	64
b. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus II .....	66
1) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif).....	66
2) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif).....	69
3) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor) ....	71
B. Pembahasan .....	73
C. Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	79
A. Simpulan.....	79
B. Implikasi .....	79
C. Saran .....	79
DAFTAR PUSTAKA .....	81

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Sintak Model Pembelajaran Berbasis Masalah (PBL) (Agustina, 2020)	26
Tabel 2 Rubrik Penilaian Aspek Sikap (Afektif) Senam Lantai Guling Depan ..	50
Tabel 3 Deskriptor Penilaian Aspek Sikap (Afektif) Senam Lantai Guling Depan .....	51
Tabel 4 Rubrik Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif) Senam Lantai Guling Depan .....	52
Tabel 5 Deskriptor Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif) Senam Lantai Guling Depan .....	53
Tabel 6 Rubrik Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor) Senam Lantai Guling Depan .....	54
Tabel 7 Deskriptor Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor) Senam Lantai Guling Depan .....	55
Tabel 8 Kriteria Nilai Ketuntasan .....	56
Tabel 9 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Pada Siklus I .....	60
Tabel 10 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Pada Siklus I .....	62
Tabel 11 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (psikomotor) Pada Siklus I .....	64
Tabel 12 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Pada Siklus II .....	67
Tabel 14 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Pada Siklus II .....	69
Tabel 15 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (psikomotor) Pada Siklus II .....	71

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Guling ke Depan ( <i>Forward Roll</i> ) .....	29
Gambar 2 Rancangan Penelitian Tindakan Kelas .....	39
Gambar 3 Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Sikap Siklus I .....	61
Gambar 4 Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus I .....	63
Gambar 5 Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus I .....	65
Gambar 6 Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Siklus II .....	68
Gambar 7 Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus II .....	70
Gambar 8 Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus II .....	72

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	86
Lampiran 2 Surat Telah Melaksanakan Penelitian.....	87
Lampiran 3 Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran.....	88
Lampiran 4 Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Siklus I.....	95
Lampiran 5 Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Siklus I.....	96
Lampiran 6 Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor) Siklus I.....	97
Lampiran 7 Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Siklus II.....	98
Lampiran 8 Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Siklus II.....	99
Lampiran 9 Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor) Siklus II.....	100
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian.....	101

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kehidupan manusia bergantung pada pendidikan. Sumber daya lain yang berkontribusi terhadap kemajuan bangsa adalah pendidikan. Hampir semua orang memperoleh dan menggunakan pendidikan dalam kehidupan sehari-hari. Orang terus-menerus menghadapi berbagai situasi dan kondisi pendidikan. Pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU No. 20 Tahun 2003). Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan, berdasarkan penelitian Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 ketentuan umum, Pasal 1 Ayat 8. Oleh karena itu, pendidikan di Indonesia dipisahkan menjadi beberapa tingkatan, dimulai dari pendidikan dasar dan dilanjutkan melalui pendidikan menengah dan pendidikan tinggi, seperti yang dinyatakan dalam pasal 14.

Sekolah adalah lembaga pendidikan resmi yang sangat penting dalam membantu peserta didik mengembangkan kecerdasan, keterampilan, dan perspektif yang luas. Sistem lingkungan atau pengaturan pembelajaran yang lebih baik harus dibuat untuk memenuhi tujuan pembelajaran. Jika setiap peserta didik sepenuhnya

terlibat dalam proses pembelajaran pada tingkat mental, fisik, dan sosial, maka proses pembelajaran dianggap efektif. (Sinabang, 2014)

Proses pembelajaran dalam lembaga pendidikan formal tidak terlepas dari kurikulum. Berdasarkan penelitian UU Nomor 20 Tahun 2003, Kurikulum adalah kumpulan rencana dan pengaturan yang berkaitan dengan tujuan, materi pelajaran, dan sumber daya pembelajaran. Kurikulum juga berfungsi sebagai panduan untuk menyusun kegiatan pembelajaran untuk memenuhi tujuan pendidikan nasional. Sistem sekolah nasional saat ini menggunakan kurikulum merdeka belajar. Kurikulum Merdeka Belajar merupakan salah satu cara untuk menilai kurikulum 2013 yang merupakan kurikulum sebelumnya. Salah satu jenis perubahan kebijakan yang bertujuan untuk mengembalikan karakter evaluasi yang semakin hilang adalah merdeka belajar. Merdeka Belajar bertujuan untuk mengembalikan sistem pendidikan nasional ke landasan hukumnya dengan memberikan otonomi kepada sekolah untuk memasukkan keterampilan dasar kurikulum ke dalam evaluasi mereka. (Sherly *et al.*, 2021). Salah satu inisiatif untuk meningkatkan standar pendidikan formal di Indonesia adalah penerapan kurikulum pembelajaran mandiri. Kurikulum pembelajaran mandiri ini memasukkan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sebagai salah satu mata pelajarannya.

Rahayu (2016, p. 1) pada dasarnya, pendidikan jasmani adalah komponen penting dari keseluruhan sistem pendidikan, dengan tujuan menggunakan olahraga dan aktivitas fisik untuk menumbuhkan perilaku moral, keterampilan sosial, stabilitas emosional, kemampuan berpikir kritis, kebugaran fisik, dan kesehatan. Ahmad (2012, p. 4) berpendapat bahwa olahraga dan pendidikan jasmani adalah

proses pendidikan yang menggunakan olahraga dan aktivitas fisik tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui latihan fisik yang sistematis (biasanya terjadwal) yang membahas elemen kognitif, emosional, dan psikomotorik dari proses pembelajaran, dapat dikatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan komponen penting dari keseluruhan sistem pendidikan.

Membangun pondasi karakter yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai pendidikan jasmani, mengembangkan pondasi kepribadian yang kuat dan sikap cinta damai, menumbuhkan kemampuan berpikir kritis, dan mengembangkan keterampilan gerak, keterampilan teknik, dan strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, pendidikan luar kelas, dan pendidikan luar kelas adalah tujuan dari pendidikan jasmani. Selain itu, pendidikan jasmani juga bertujuan untuk menyediakan aktivitas fisik yang bersifat rekreatif untuk mengisi waktu luang.

Diyakini bahwa guru adalah orang yang mendorong proses pembelajaran dan memfasilitasi pembelajaran peserta didik. Mereka seharusnya dapat mengawasi seberapa baik hasil belajar peserta didik berkembang. Peran guru sama pentingnya bagi keberhasilan suatu kegiatan pembelajaran seperti halnya peserta didik. Baik guru maupun peserta didik harus berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Agar hasil belajar peserta didik meningkat, guru harus mengatur ruang kelas dan memilih strategi pengajaran yang terbaik. Keinginan konstan seorang guru adalah mencari cara untuk memastikan bahwa para peserta didik benar-benar memahami pelajaran yang diajarkan.

Rendahnya hasil belajar peserta didik baik dari segi sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang berkaitan dengan ketuntasan hasil belajar merupakan tantangan yang sering dihadapi oleh para guru. Kemampuan setiap peserta didik dalam menguasai berbagai kompetensi yang diperoleh menentukan seberapa komprehensif hasil belajar tersebut. Semakin tinggi tingkat penyerapan, semakin mampu peserta didik menguasai kompetensi yang dibutuhkan. Pada kenyataannya, sangat sedikit peserta didik yang memiliki kompetensi yang kurang dari standar yang ditetapkan. Standar yang dibahas di atas adalah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Komarudin (2016, p. 35) berpendapat KKM adalah kriteria ketuntasan belajar minimal yang ditetapkan oleh lembaga pendidikan berdasarkan atribut peserta didik, daya dukung, dan kompetensi dasar yang ingin dicapai.

Peserta didik dianggap belum tuntas jika belum memenuhi KKM, sebuah persyaratan acuan untuk memperoleh kompetensi dasar yang harus mereka penuhi dalam setiap topik. Sejak awal tahun ajaran, guru telah menetapkan KKM ini dengan menggunakan berbagai sumber, seperti input peserta didik, kompleksitas materi pelajaran, dan daya dukung. Daya dukung dalam hal ini mencakup kemampuan guru itu sendiri serta sarana dan prasarana yang tersedia. Guru dapat membuat kebijakan yang berkaitan dengan kemampuan peserta didik dengan menetapkan KKM. Pengajar akan berusaha sekuat tenaga untuk memastikan bahwa setiap peserta didik memiliki tingkat kemampuan yang sama dengan KKM yang telah ditetapkan.

Diharapkan bahwa peserta didik akan memperoleh pengetahuan, konsep, kemampuan, dan metode berpikir dan mengekspresikan ide melalui penerapan

model pembelajaran yang dipilih guru. Model Pembelajaran berdasarkan penelitian Sugiyono (2016), menyatakan bahwa model pembelajaran adalah suatu metode yang dibuat khusus untuk membantu peserta didik dalam memperoleh pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik, yang keduanya dapat diajarkan dengan menggunakan jadwal kegiatan yang lambat dan metodis. Penjelasan di atas membawa kita pada kesimpulan bahwa model pembelajaran adalah pola yang dibuat secara khusus untuk membantu proses pembelajaran dan berfungsi sebagai panduan belajar. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa proses pembelajaran berlangsung dengan lancar dan diatur secara metodis atau berurutan.

Model pembelajaran yang diterapkan pada penelitian ini adalah model pembelajaran *problem based learning*. Pendapat *Problem based learning* (PBL) dari Hosnan (2014, p. 295) adalah metode pengajaran di mana peserta didik memecahkan masalah dunia nyata untuk membangun pengetahuan mereka sendiri, memajukan kemampuan mereka, menjadi lebih mandiri, dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Eggen & Kauchak (2012, p. 307) model pembelajaran PBL adalah kumpulan strategi instruksional yang menggunakan masalah sebagai sumber utama konten untuk mengembangkan materi, pengaturan diri, dan kemampuan pemecahan masalah.

Model pembelajaran *problem based learning* dapat didefinisikan sebagai pembelajaran berbasis masalah, di mana masalah berfungsi sebagai bahan pelajaran utama untuk serangkaian kegiatan pembelajaran yang dimaksudkan untuk membangun pengetahuan dan pemikiran peserta didik untuk membuat mereka

menjadi pembelajar yang lebih cakap dan terlibat. Berdasarkan penelitian Jamil (2014) proses pemecahan masalah dalam *problem based learning* mengikuti 7 langkah, antara lain: (1) mengidentifikasi masalah dan mengklarifikasi kata-kata sulit dalam skenario; (2) menentukan masalah; (3) curah pendapat, anggota kelompok berdiskusi dan menjelaskan masalah berdasarkan pengetahuan yang dimiliki; (4) menentukan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai; (5) memilih solusi yang paling tepat untuk menyelesaikan masalah; (6) belajar mandiri, peserta didik belajar secara mandiri untuk mencari informasi yang berkaitan dengan tujuan pembelajaran; (7) setiap anggota kelompok menjelaskan hasil belajar mandiri dan saling berdiskusi.

Berdasarkan uraian di atas, ciri-ciri dari model pembelajaran berbasis masalah adalah memberikan penekanan pada peserta didik untuk memecahkan masalah yang sebelumnya telah disajikan oleh guru dalam bentuk pertanyaan. Dalam situasi ini, peserta didik harus proaktif dan mempertimbangkan semua informasi yang relevan, terutama yang berhubungan dengan pengetahuan mereka sendiri dan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber.

Tujuan dari model pembelajaran *problem based learning* berdasarkan penelitian Arends (2008, p. 70) bahwa :

“Pembelajaran berbasis masalah bertujuan untuk membantu peserta didik mengembangkan kemampuan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah, belajar peran orang dewasa secara autentik, memungkinkan peserta didik memperoleh kepercayaan diri dalam kemampuan berpikir dan menjadi pembelajar yang mandiri.”

Manfaat dari model pembelajaran PBL (*problem based learning*) adalah menjadi lebih sadar dan meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi ajar,

meningkatkan fokus pada pengetahuan yang relevan, mendorong pemikiran, membangun kerja sama tim, melatih kepemimpinan, keterampilan sosial, memotivasi peserta didik, dan membangun keterampilan belajar sepanjang hayat.

Mayoritas guru tampaknya lebih menyukai pendekatan pembelajaran tradisional, yang memiliki kekuatan utama pada penggunaan teknik ceramah dan model pembelajaran demonstrasi, berdasarkan pengamatan sebelumnya tentang pendekatan metode pembelajaran yang digunakan guru selama proses pembelajaran. Peneliti mulai mencari informasi tentang model pembelajaran yang telah digunakan, apakah model pembelajaran berbasis masalah telah digunakan, dan bagaimana penerapannya ketika mereka menemukan masalah dengan kurangnya keterlibatan peserta didik selama kelas pendidikan jasmani.

Dari penjelasan masalah di atas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan menggunakan judul Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Senam Lantai Guling Depan Pada Peserta Didik Kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng.

## **B. Diagnosis Permasalahan Kelas**

Dari latar belakang di atas adapun identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Rendahnya minat peserta didik terhadap mata pelajaran PJOK dengan materi senam lantai guling depan disebabkan oleh penerapan model pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakter peserta didik.

2. Peserta didik menjadi kurang terlibat dalam proses pembelajaran ketika praktik belajar mengajar yang melibatkan lebih banyak peserta didik tidak diterapkan misalnya, mereka kurang memperhatikan penjelasan guru di kelas.
3. Guru tidak memberikan kesempatan yang cukup kepada peserta didik untuk mempresentasikan hasil kerja mereka di depan kelas, terlepas dari apakah tugas yang mereka buat benar atau salah. Akibatnya, peserta didik tidak memahami apa yang mereka pelajari, dan mereka takut untuk bertanya bahkan ketika mereka tidak memahami tugas yang diberikan. Selain itu, peserta didik masih memiliki kecenderungan untuk menunggu guru memberikan arahan dan jawaban.
4. Beberapa peserta didik memilih untuk tidak memperhatikan penjelasan guru tentang materi selama di kelas.
5. Antusiasme peserta didik dalam belajar juga kurang, dan mereka kurang serius dalam mengikuti kegiatan belajar.
6. Setelah menggunakan model pembelajaran berbasis masalah, guru belum mengetahui hasil evaluasi peserta didik.

### **C. Rencana Tindakan Kelas**

Rendahnya keaktifan peserta didik pada mata pelajaran PJOK dengan materi senam lantai guling depan merupakan akibat dari permasalahan dan keadaan yang berpengaruh pada hasil belajar yang kurang baik, seperti model pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakter peserta didik, maka rencana tindakan kelas yaitu dengan implementasi model pembelajaran *problem based learning* terhadap hasil belajar PJOK melalui materi senam lantai guling depan pada peserta didik

kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng. Tujuan pembelajaran PJOK pada materi senam lantai guling depan, yang ditunjukkan dengan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan, akan menjadi kompetensi dasar yang dikaji dalam penelitian ini.

#### **D. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang, maka permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini adalah apakah implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK melalui materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL) terhadap hasil belajar PJOK melalui materi materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

Temuan studi ini memberikan manfaat teoritis yang dapat diterapkan sebagai model pembelajaran *problem based learning* (PBL) terhadap hasil belajar PJOK melalui materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng yang lebih relevan.

1. Manfaat Praktis
  - a. Bagi pendidik, meningkatkan pengetahuan, kemahiran dan keterampilan pendidik PJOK dengan menggunakan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) terhadap hasil belajar PJOK melalui materi senam lantai guling depan.
  - b. Bagi peserta didik, membantu dalam meningkatkan proses dan tujuan pembelajaran PJOK dengan memberikan pengalaman belajar yang lebih beragam kepada peserta didik melalui materi senam lantai guling depan.
  - c. Bagi sekolah, membantu dalam meningkatkan pemberdayaan kecakapan hidup peserta didik sehingga mereka dapat bersaing secara lebih efektif dalam kompetensi antar sekolah untuk masuk ke dalam masyarakat dan memajukan pendidikan mereka.
  - d. Bagi peneliti, memberikan wawasan kepada peneliti mengenai model pembelajaran berbasis masalah (PBL) dalam pembelajaran PJOK dan pengalaman menangani kondisi dan situasi dalam proses pembelajaran.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Deskripsi Teoritis**

###### **a. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJOK)**

Hernawan *et al.*, (2014) berpendapat untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, pembelajaran pada dasarnya merupakan proses komunikasi transaksional yang bersifat timbal balik antara peserta didik dan guru serta antara peserta didik dan peserta didik lainnya. Pihak-pihak yang terlibat dalam proses pembelajaran dapat menerima, memahami, dan menyepakati jenis komunikasi yang dikenal sebagai komunikasi transaksional.

Pembelajaran adalah proses di mana guru membantu peserta didik memperoleh pengetahuan, mengembangkan kemampuan, dan membangun sikap dan keyakinan. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses yang membantu peserta didik belajar secara efektif. Oleh karena itu, para pendidik harus memahami teori-teori pembelajaran yang dapat menjadi landasan dalam menerapkan pembelajaran agar dapat mengembangkan proses pembelajaran yang efektif sesuai dengan yang diharapkan. (Hanafy, 2014).

Berdasarkan penjelasan beberapa ahli di atas, pembelajaran merupakan upaya yang disengaja oleh pendidik yang dapat memotivasi peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar. Dengan kata lain, pembelajaran merupakan proses komunikasi transaksional timbal balik yang terjadi antara peserta didik dengan guru

maupun antara peserta didik dengan peserta didik lainnya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Ada banyak topik yang dibahas dalam proses pembelajaran di kelas, dan PJOK akan menjadi salah satu topik yang akan dibahas dalam penelitian ini. Syahrin (2017) sebagai komponen penting dalam program pendidikan nasional, PJOK bertujuan untuk mengembangkan aspek moral, pola hidup sehat, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, pengenalan lingkungan bersih dan pengenalan lingkungan yang sehat dengan cara memberikan kesempatan untuk belajar melalui berbagai aktivitas jasmani yang didesain secara sistematis yang berlandaskan pada nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa. Rahayu (2016) Pendidikan jasmani adalah metode pengajaran yang menggunakan olahraga untuk membantu peserta didik mengembangkan keterampilan mental, emosional, dan fisik mereka. Kita harus menyadari bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah proses yang membentuk kualitas pikiran dan juga tubuh, dan definisi ini melampaui kebijaksanaan konvensional bahwa kegiatan-kegiatan ini berasal dari aktivitas fisik. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah suatu metode pembelajaran melalui latihan fisik yang dilakukan secara sengaja dan metodis untuk meningkatkan unsur fisik, psikomotorik, kognitif, dan afektif setiap peserta didik serta kebugaran dan pertumbuhan dan perkembangan mereka secara menyeluruh. (Tapo, 2019).

Dari pendapat beberapa para ahli di atas, PJOK adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani yang di rancang secara sistematis, terstruktur dan terprogram

dalam usaha meningkatkan aspek keterampilan, pengetahuan dan sikap ke arah yang jauh lebih baik.

Melalui latihan fisik, pembelajaran PJOK bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik, pengetahuan, kebiasaan hidup sehat, sikap aktif dan sportif, kecerdasan emosi, dan kebugaran jasmani. Gagasan pendidikan PJOK menekankan pada proses sosialisasi atau pembudayaan melalui permainan, olahraga, dan aktivitas fisik. Nilai-nilai budaya ditransfer selama proses sosialisasi, dan pembelajaran difasilitasi oleh pengalaman gerak yang bermakna yang menjamin perkembangan seluruh aspek kepribadian peserta didik. Partisipasi peserta didik sebagai pemain atau aktor melalui pengalaman gerak menyebabkan perubahan, sementara peran guru sebagai pendidik berfungsi sebagai pengarah, yang memungkinkan kegiatan yang lebih matang untuk dikaitkan dengan pencapaian tujuan. Rocha & Clemente (2012) berpendapat dalam pembelajaran PJOK guru sebagai acuan untuk ditiru dan sebagai penentu dari sebuah keputusan.

Mustafa dan Dwiyogo ( 2020, p. 72) menyebutkan bahwa “Tujuan guru dalam kelas pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah untuk membantu peserta didik menjadi bugar. Mereka juga dapat membantu peserta didik dalam mengembangkan gerakan baru yang mereka pelajari dalam pembelajaran jasmani.

Rosdiani (2019, p. 4) menyebutkan bahwa :

“Dalam kerangka sistem pendidikan nasional, olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang diorganisir secara metodis untuk mengembangkan dan meningkatkan manusia secara organik, neumuskuler, perseptual, intelektual, dan emosional”.

Husdarta dalam Amin (2017, p. 37), menyebutkan bahwa "Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bukan semata – mata berurusan tentang pembentukan badan, tetapi dengan manusia seutuhnya".

Dari paparan di atas, pengalaman belajar yang ditawarkan oleh PJOK akan membantu peserta didik dalam memahami mengapa orang bergerak. Pembelajaran PJOK adalah pembelajaran melalui aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk mendorong perkembangan keterampilan, pemikiran kritis, stabilitas emosional, perilaku moral, aspek kebugaran jasmani, dan kesehatan yang bermuara untuk hidup sehat dan berguna di masyarakat, pembelajaran PJOK berupaya memberikan interaksi langsung maupun tidak langsung kepada peserta didik dengan guru.

## **b. Model Pembelajaran**

### **1) Definisi Model Pembelajaran**

Untuk mencapai tujuan pembelajaran, model pembelajaran merupakan komponen penting dalam kegiatan belajar mengajar. Guru menciptakan pelajaran di kelas dengan menggunakan model pembelajaran sebagai panduan. Joyce & Weil (dalam Rusman, 2012, p. 133) berpendapat bahwa model pembelajaran adalah suatu kerangka atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk materi pembelajaran, mengembangkan kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), dan mengarahkan pembelajaran di kelas atau yang lain. Berdasarkan pendapat Adi (dalam Suprihatiningrum, 2013, p. 142) memberikan definisi model pembelajaran

adalah kerangka kerja konseptual yang menguraikan langkah-langkah yang terlibat dalam mengatur aktivitas pendidikan untuk memenuhi tujuan pembelajaran. Seorang guru dapat menggunakan model pembelajaran sebagai pedoman dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas pembelajaran. Trianto dalam (Afandi *et al.*, 2013) Model pembelajaran adalah suatu strategi atau kerangka kerja yang berfungsi sebagai peta jalan untuk mengatur pelajaran di kelas atau tutorial. Tujuan-tujuan pembelajaran, tahap-tahap dalam kegiatan pembelajaran, lingkungan pembelajaran, dan pengelolaan kelas, semuanya termasuk dalam model pembelajaran, yang merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan teknik pembelajaran yang akan digunakan. Model pembelajaran adalah suatu proses atau pola metadis yang berfungsi sebagai peta jalan untuk mencapai tujuan pembelajaran dan termasuk di dalamnya media, sumber daya, strategi, pendekatan, dan metodologi.

Dari beberapa definisi di atas, guru dapat menggunakan model pembelajaran sebagai pedoman untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan relevan dengan hasil pembelajaran yang diinginkan. Proses perencanaan aktivitas pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu dikenal dengan istilah model pembelajaran. Model pembelajaran berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan dan melaksanakan proses belajar mengajar.

## **2) Unsur-unsur model pembelajaran**

Rahyubi (2014, p. 251) berpendapat, lima komponen fundamental harus membentuk model pembelajaran: (1) sintaks, yang mengacu pada fase operasional

dalam pembelajaran; (2) sistem sosial, yang mengacu pada lingkungan dan standar yang mengatur pembelajaran; (3) aturan reaksi, yang menggambarkan bagaimana pendidik harus memahami, berinteraksi dengan, dan bereaksi terhadap peserta didik; (4) sistem pendukung, yang mencakup semua sumber daya, peralatan, bahan, dan lingkungan belajar yang memfasilitasi pembelajaran; (5) dampak instruksional dan pengasuhan, yang mencakup hasil belajar yang dicapai secara langsung sesuai dengan tujuan yang diinginkan (efek instruksional). Suherman et al., (2015, p. 52) mengungkapkan Unsur-unsur model pembelajaran adalah sebagai berikut: (1) konsep, (2) tujuan pembelajaran, (3) pengetahuan dan keterampilan dasar yang harus dimiliki, dan (4) sintaksis atau tahapan pembelajaran. (5) Aktivitas bagi peserta didik dan guru, (6) Evaluasi tujuan pembelajaran.

### **3) Fungsi Model Pembelajaran**

Trianto (2010, p. 53) menjelaskan bahwa model pembelajaran berfungsi sebagai pedoman bagi guru dan perancang pembelajaran saat melaksanakan pembelajaran, dan jenis materi yang akan diajarkan, tujuan pembelajaran, dan tingkat kemampuan peserta didik semuanya memiliki dampak yang signifikan terhadap pilihan model pembelajaran. Efisiensi sosial, keterampilan pribadi, kapasitas kognitif, dan sifat perilaku peserta didik semuanya dapat ditingkatkan dengan penggunaan model pembelajaran. Model pembelajaran membantu dalam memilih dan memotivasi keadaan yang menghasilkan peningkatan yang diinginkan pada peserta didik. (Thiyagu 2015, p. 109). Suyanto & Jihad (2013, p. 137) menjelaskan bahwa model pembelajaran mengandung sejumlah fitur penting yang perlu diketahui konsumen. Berikut ini adalah beberapa peran yang dimainkan oleh

model pembelajaran: 1) Model pembelajaran dapat berfungsi sebagai pedoman yang memperjelas perilaku pendidik yang tepat. Akibatnya, instruksi menjadi ilmiah, terstruktur, dan berorientasi pada tujuan. 2) Kurikulum untuk setiap kelas atau jenjang pendidikan kemudian dapat dikembangkan dengan bantuan model pembelajaran. 3) Model pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik sekaligus meningkatkan aktivitas proses belajar mengajar. Lebih jauh, model pembelajaran berpotensi meningkatkan efikasi pembelajaran. Berdasarkan beberapa argumen tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berfungsi sebagai panduan bagi guru, membuat proses pengajaran lebih mudah dan meningkatkan efektivitas pembelajaran sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

### **c. Hasil Belajar**

Dirman & Juarsih (2014) menjelaskan bahwa belajar adalah proses dimana setiap orang memproses materi pembelajaran untuk memperoleh pengetahuan, perilaku, dan kemampuan. Belajar adalah proses mengubah perilaku melalui instruksi. Ini menunjukkan bahwa tujuan kegiatan adalah mengubah perilaku di semua bidang organisme atau orang, termasuk pengetahuan, kemampuan, dan sikap. (Zain, 2020).

Pembelajaran, berdasarkan penelitian sudut pandang para ahli di atas, merupakan proses yang umumnya permanen untuk mengubah perilaku seseorang melalui kontak dengan lingkungan. Proses ini dapat menghasilkan perilaku positif, tetapi juga berpotensi menghasilkan perilaku negatif.

Tujuan utama peserta didik adalah belajar, dan kegiatan belajar akan menghasilkan hasil belajar. Secara umum, hasil belajar selalu dianggap sebagai manifestasi nilai-nilai yang diperoleh peserta didik selama proses pendidikan.

Amir (2015, pp. 5-6) keterampilan yang diperoleh anak dari berpartisipasi dalam kegiatan belajar dikenal sebagai hasil belajar. Suprijono (2015) "Pola perilaku, nilai, pemahaman, sikap, penghargaan, dan kemampuan" merupakan hasil pembelajaran. Berdasarkan penelitian teori Gagne, tujuan pembelajaran adalah :

- a. Kemampuan untuk berkomunikasi secara verbal, baik lisan maupun tertulis, dikenal sebagai informasi verbal. Kapasitas untuk bereaksi terhadap rangsangan tertentu dengan cara tertentu. Menerapkan aturan, memecahkan masalah, atau memanipulasi simbol tidak diperlukan untuk kompetensi ini.
- b. Kemampuan untuk mengomunikasikan ide dan simbol merupakan tanda kompetensi intelektual. Kemampuan untuk mengklasifikasikan, menganalisis, mensintesis, dan menetapkan prinsip-prinsip ilmiah merupakan contoh bakat intelektual. Kemampuan untuk melaksanakan tugas-tugas kognitif tertentu dikenal sebagai keterampilan intelektual.
- c. Kemampuan untuk memfokuskan dan mengarahkan proses kognitif seseorang dikenal sebagai strategi kognitif. Menggunakan konsep dan aturan untuk memecahkan masalah merupakan bagian dari keterampilan ini.
- d. Kemampuan untuk mengoordinasikan serangkaian tindakan fisik untuk menghasilkan gerakan otomatis dikenal sebagai keterampilan motorik.
- e. Kemampuan untuk menerima atau menolak sesuatu berdasarkan penilaian seseorang terhadapnya dikenal sebagai sikap. Kemampuan untuk

menginternalisasi dan mengeksternalisasi nilai-nilai dikenal sebagai sikap. Kemampuan untuk menetapkan nilai-nilai sebagai tolak ukur perilaku dikenal sebagai sikap.

Tingkat informasi yang diperoleh peserta didik tentang konten yang mereka peroleh melalui partisipasi dan penyelesaian tugas serta kegiatan pembelajaran dikenal sebagai hasil pembelajaran. (Ifa, 2013). Bakat yang diperoleh seseorang setelah proses pembelajaran selesai dikenal sebagai hasil pembelajaran, dan bakat tersebut dapat membantu peserta didik meningkatkan perilaku, pengetahuan, pemahaman, sikap, dan keterampilannya. (Sjukur, 2012).

Tiga kategori domain taksonomi sikap, pengetahuan, dan keterampilan digunakan untuk menentukan tujuan pembelajaran. Untuk mencapai hasil belajar yang ditentukan dalam bagian perilaku dari tujuan pembelajaran, pembagian taksonomi hasil belajar digunakan untuk memantau perubahan perilaku peserta didik selama proses pembelajaran. Taksonomi Bloom dari Kurikulum 2013, yang disempurnakan oleh Anderson dan Krathwohl dengan mengklasifikasikan perilaku, emosi, dan sikap (afektif) ke dalam sikap dan perasaan, menjadi dasar umum untuk klasifikasi hasil belajar. Pengetahuan kognitif adalah kapasitas intelektual yang dimanifestasikan sebagai pemikiran atau pengetahuan. Keterampilan psikomotorik adalah keterampilan motorik atau keterampilan manual yang digunakan dalam tindakan. Berikut ini adalah penjelasan dari ketiga ranah tersebut :

- 1) Dalam hal pengembangan kompetensi lulusan, Kurikulum 2013 menempatkan domain sikap terlebih dahulu, baru kemudian domain pengetahuan dan keterampilan. Berdasarkan pengolahan Krathwohl, Ranah sikap Kurikulum

2013 menggunakan struktur hirarkis untuk membentuk sikap peserta didik, dimulai dari menerima (*accepting*), menanggapi (*responding*), menghargai (*valuing*), menghayati (*organizing/internalizing*), dan mengamalkan (*characterizing/actualizing*).

- 2) Ranah pengetahuan dalam Kurikulum 2013 didasarkan pada taksonomi Bloom yang diolah Anderson, dan dimulai dengan C1, yang berarti mengingat. Peserta didik menggunakan ingatan mereka untuk mengingat kembali informasi. C2, atau pemahaman (*comprehension*), adalah kemampuan untuk memperoleh makna dari informasi yang disajikan secara lisan, tertulis, dan grafis. C3, atau menerapkan (*apply*), mengacu pada penerapan prosedur dalam situasi yang telah ditentukan atau situasi baru. C4, atau menganalisis (*analyze*), adalah proses memecah suatu substansi ke dalam bagian-bagian komponennya dan menentukan bagaimana bagian-bagian tersebut berhubungan satu sama lain dalam struktur keseluruhan. C5 adalah singkatan dari evaluate (mengevaluasi), yaitu kapasitas untuk membuat pilihan berdasarkan standar dan kriteria, dan C6 adalah arti dari membuat (*create*), yaitu kapasitas untuk menyusun komponen-komponen dalam suatu pola baru (struktur baru) atau menggabungkannya ke dalam suatu bentuk yang berubah.
- 3) Ranah keterampilan dalam Kurikulum 2013 yang menggunakan gradasi *Dyers* untuk menciptakan keterampilan abstrak disusun sebagai berikut, yaitu mengamati (*observing*), menanya (*questioning*), mencoba (*experimenting*), menalar (*associating*), menyaji (*communicating*), dan mencipta (*creating*).

Dimiyati & Mudjiono (2013) “dampak pengajaran dan dampak pengiring adalah dua kategori yang dapat dipisahkan dari hasil pembelajaran. Hasil yang dapat diukur, seperti angka-angka di rapor atau ijazah, adalah dampak pengajaran. Penerapan pengetahuan di ranah lain, atau transfer pembelajaran, adalah dampak pengiring.”.

Melakukan tes hasil belajar adalah salah satu metode untuk mengukur hasil belajar peserta didik. Tujuan dari tes hasil belajar ini adalah untuk menilai seberapa baik peserta didik memahami pelajaran. Hasil belajar secara tersirat adalah program atau objek yang menjadi subjek penelitian ketika dinilai. Pada intinya, hasil belajar digunakan untuk mengevaluasi seberapa baik peserta didik telah menguasai tujuan pendidikan. (Sudjana, 2011).

Berdasarkan pendapat di atas, hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh peserta didik setelah mengikuti kegiatan belajar, dinyatakan dengan angka atau skor dari ujian atau penilaian yang dilakukan secara terus menerus.

Faktor yang mempengaruhi hasil belajar berdasarkan penelitian Slameto (2015, p. 54) bahwa faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat digolongkan menjadi 2 yaitu:

1. Faktor Internal
  - a. Faktor fisik seperti masalah kesehatan dan kekurangan fisik
  - b. Faktor Psikologis, terdiri dari kematangan, kesiapan, bakat, motivasi, minat, kecerdasan, dan perhatian.
  - c. Faktor Kelelahan, belajar dipengaruhi oleh kelelahan. Peserta didik harus menghindari kelelahan belajar jika mereka ingin belajar secara efektif. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengupayakan kondisi bebas dari kelelahan.
2. Faktor eksternal

- a. Faktor Keluarga, metode pendidikan orang tua, dinamika keluarga, lingkungan rumah, keadaan keuangan, pemahaman orang tua, dan latar belakang budaya adalah contoh bagaimana keluarga mempengaruhi pendidikan anak-anak mereka.
- b. Faktor-faktor yang berhubungan dengan sekolah yang berdampak pada pembelajaran meliputi kurikulum, strategi pembelajaran, hubungan guru dan peserta didik, disiplin sekolah, sumber daya dan waktu belajar, standar pelajaran, kondisi gedung, strategi pengajaran, dan pekerjaan rumah.
- c. Pembelajaran peserta didik juga dipengaruhi oleh faktor masyarakat. Keberadaan peserta didik dalam masyarakat menjadi alasan adanya pengaruh ini. Tindakan peserta didik dalam masyarakat, media, teman bergaul, dan aspek lain dari kehidupan masyarakat semuanya memiliki dampak.

Berdasarkan penjelasan di atas, berbagai pihak harus berperan dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik, dan gaya mengajar guru merupakan salah satu elemen yang mempengaruhi hasil tersebut. Guru harus mengembangkan strategi pembelajaran yang memanfaatkan berbagai paradigma pembelajaran berbasis masalah. Dalam rangka meningkatkan hasil belajar peserta didik, peneliti menggunakan model tersebut dalam penelitian ini.

#### **d. Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL)**

##### **1) Pengertian Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL)**

Salah satu model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik yang telah menghadapi berbagai tantangan dalam hidup mereka disebut *problem based Learning*, atau disingkat PBL. Peserta didik yang menggunakan metodologi

pembelajaran ini telah dihadapkan pada berbagai masalah kehidupan sejak awal yang mungkin akan mereka hadapi setelah mereka lulus. (Wardani 2018, p. 17)

Metode penyajian bahan pelajaran dengan menjadikan masalah sebagai titik tolak pembicaraan untuk dikaji dan disintesis dalam upaya mencari solusi atau jawaban oleh peserta didik adalah definisi dari model pembelajaran berbasis masalah. (Wardani, 2018, pp. 17-18). Pandangan Arends tentang esensi pembelajaran berbasis masalah :

“Model pembelajaran yang berlandaskan konstruktivisme dan mengakomodasi keterlibatan peserta didik dalam belajar dan terlibat dalam pemecahan masalah kontekstual didasarkan pada banyak masalah yang membutuhkan penyelidikan autentik, yaitu penyelidikan yang membutuhkan solusi nyata untuk masalah nyata,”

Peserta didik belajar dengan dihadapkan pada isu-isu di bawah pendekatan pembelajaran berbasis masalah (PBL). Inovasi pendidikan yang paling penting adalah pembelajaran berbasis masalah. Peserta didik yang mengikuti program pembelajaran berbasis masalah (PBL) diharapkan dapat menerapkan kemampuan kognitif mereka untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar mereka. Diharapkan bahwa partisipasi aktif dari peserta didik akan meningkatkan hasil belajar mereka. PBL membekali peserta didik dengan kemampuan pemecahan masalah yang dapat mereka gunakan ketika dihadapkan pada masalah-masalah sosial yang aktual. (Wardani 2018, p. 18).

Terkait dengan ide dan penerapannya di kelas, pembelajaran berbasis masalah (PBL) memiliki ciri-ciri yang unik. Berikut ini adalah ciri-ciri pembelajaran berbasis masalah atau PBL. (Wardani 2018, p.19) :

1. Masalah berfungsi sebagai dasar pembelajaran.
2. Masalah yang diangkat adalah masalah tidak terstruktur yang muncul di dunia nyata.
3. Berbagai sudut pandang diperlukan untuk memecahkan masalah.
4. Pengetahuan, sikap, dan kompetensi peserta didik ditantang oleh masalah, yang mengharuskan identifikasi persyaratan pembelajaran dan domain pembelajaran baru.
5. Belajar sendiri lebih diutamakan.
6. Menggunakan dan menilai sumber informasi, serta memanfaatkan berbagai sumber pengetahuan, merupakan prosedur PBL yang penting.
7. Pembelajaran melibatkan kerja sama, komunikasi, dan kerja tim.
8. Untuk memecahkan masalah, mengembangkan keterampilan bertanya dan memecahkan masalah sama pentingnya dengan memahami materi pelajaran.
9. Sintesis dan integrasi proses pembelajaran merupakan bagian dari keterbukaan metode PBL.
10. PBL memerlukan peninjauan dan penilaian proses dan pengalaman pembelajaran peserta didik.

Adapun keunggulan model pembelajaran *problem based learning* adalah sebagai berikut.

1. Peserta didik akan terbiasa mengajukan masalah dan merasa tertantang untuk menemukan solusi atas masalah yang berkaitan dengan pengajaran di kelas dan situasi dunia nyata.

2. Mempromosikan kesatuan sosial melalui penyesuaian diri untuk terlibat dalam diskusi kelompok, diikuti dengan diskusi dengan teman sebaya.
3. Menggunakan pendekatan pembelajaran yang direncanakan secara metodis untuk meningkatkan keakraban guru dengan peserta didik.
4. Peserta didik juga akan terbiasa melakukan eksperimen dalam proses pembelajaran karena mereka mungkin perlu memanfaatkannya untuk memecahkan masalah.

Adapun kelemahan model pembelajaran *problem based learning* adalah sebagai berikut.

1. Sedikitnya pendidik yang mampu membantu peserta didik memecahkan masalah.
2. Sering kali memerlukan waktu yang lama dan biaya yang besar.
3. Sulit bagi guru untuk mengawasi kegiatan peserta didik yang berlangsung setelah jam sekolah.

## 2) Sintak Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Tabel 1. Sintak Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) (Agustina, 2020)

Fase	Indikator	Tingkah Laku Peneliti
Fase 1	Mengorientasikan peserta didik pada masalah	Guru mengajukan masalah, membahas tujuan pembelajaran, menguraikan hal-hal praktis yang diperlukan, dan mendorong peserta didik untuk berpartisipasi dalam latihan pemecahan masalah yang mereka pilih.
Fase 2	Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar	Guru membantu peserta didik dalam mendefinisikan dan merencanakan kegiatan pembelajaran terkait masalah.
Fase 3	Membimbing penyelidikan individual maupun kelompok	Guru mendesak peserta didik untuk mengumpulkan data yang relevan, melakukan eksperimen, dan menemukan jawaban atas kesulitan.
Fase 4	Mengembangkan dan menyajikan hasil belajar	Selain membantu peserta didik berbagi tugas dengan kelompoknya, guru juga membantu peserta didik merencanakan dan menyiapkan hasil pembelajaran yang dapat diterima, seperti laporan, film, dan model.
Fase 5	Memeriksa dan menilai proses pemecahan masalah.	Guru membantu peserta didik dalam memikirkan kembali atau menilai penelitian mereka menggunakan metode yang mereka gunakan.

### e. Senam Lantai

Salah satu aktivitas fisik terbaik untuk memaksimalkan perkembangan anak adalah senam. Latihan senam sangat ideal untuk kelas pendidikan jasmani karena dapat membantu peserta didik mempelajari keterampilan gerak dasar dan mendorong perkembangan komponen kebugaran fisik seperti daya tahan dan kekuatan otot di semua area tubuh. Senam adalah aktivitas fisik yang disengaja, terencana, dan terstruktur yang diatur secara metodis dengan tujuan untuk meningkatkan nilai-nilai mental, pengembangan keterampilan, dan kebugaran fisik.

Salah satu bagian dari senam disebut "senam lantai," atau "latihan lantai," di mana latihan dilakukan di atas karpet atau matras. Karena pesenam hanya menggunakan lantai (matras), yang berukuran 12 x 12 meter, atau matras yang lebarnya satu meter dan sepanjang yang diperlukan untuk memastikan keamanan, senam ini juga dikenal sebagai senam bebas. Jenis senam ketangkasan yang dilakukan di atas matras tanpa memerlukan peralatan khusus disebut senam lantai. (Panuntun 2020, p. 16).

Peserta didik dapat memperoleh manfaat besar dari berpartisipasi dalam senam lantai untuk meningkatkan kesehatan mereka secara keseluruhan dan tingkat kebugaran fisik (Yusuf, 2018). Sikap *candle*, *handstand*, *headstand*, *front guling*, *back guling*, *elastic guling*, *kayaking*, *cartwheels*, dan *tiger jump* adalah contoh gerakan senam lantai yang telah dipraktikkan sebagai bagian dari pembelajaran PJOK di semua tingkatan. Senam lantai terdiri dari sejumlah gerakan yang berbeda. Untuk materi senam lantai yang di bahas dalam penelitian ini adalah guling depan.

Guling depan atau *forward roll* adalah komponen pertama dari senam lantai, dan merupakan komponen senam lantai yang bertumpu pada kekuatan tubuh bagian atas dan belakang, seperti leher, punggung, pinggang, dan punggung panggul. Selain itu, gerakan guling ke depan adalah komponen senam lantai yang terkandung di dalam senam lantai. Tindakan yang terdiri dari menggelindingkan atau menggelindingkan tubuh ke depan dalam bentuk bulat seperti roda disebut dengan *forward roll*. Nama lain dari gerakan ini adalah guling ke depan. Salah satu latihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kelincahan tanpa menggunakan instrumen adalah *forward roll*. Latihan lantai adalah istilah umum yang mengacu

pada senam ketangkasan yang tidak termasuk penggunaan peralatan apa pun.

Gerakan guling depan merupakan salah satu materi senam yang menuntut penguasaan rangkaian keterampilan gerak yang dilakukan secara berurutan. Keterampilan tersebut antara lain memulai dengan sikap jongkok awal yang seimbang, menggunakan tengkuk sebagai penopang saat berguling, berguling dengan tangan memeluk kedua kaki, dan diakhiri dengan sikap jongkok awal yang seimbang. Sikap tumpuan dan guling adalah komponen fundamental dari guling depan dan dari situlah guling depan mendapatkan namanya. Berdasarkan penelitian Sumarni (2017, p. 42) agar peserta didik dapat mengembangkan kemampuannya melakukan guling depan yang berhasil, maka peserta didik harus terlebih dahulu meningkatkan tingkat keberaniannya kemudian meningkatkan koordinasi energi yang berasal dari setiap area tubuhnya. Langkah-langkah melakukan guling depan adalah sebagai berikut:

a. Sikap awal:

- 1) Posisi diawali dengan jongkok.
- 2) Dengan tumit terangkat dan kedua kaki rapat.
- 3) Pandangan tetap ke depan, menunjuk ke arah gerakan.
- 4) Kedua telapak tangan harus bertumpu pada matras.
- 5) Kedua lengan lurus dan sejajar dengan bahu, dengan jari-jari menghadap ke depan.

b. Sikap pelaksanaan:

- 1) Angkat kedua pinggul sehingga beban berada di kedua tangan dan kedua lutut lurus.

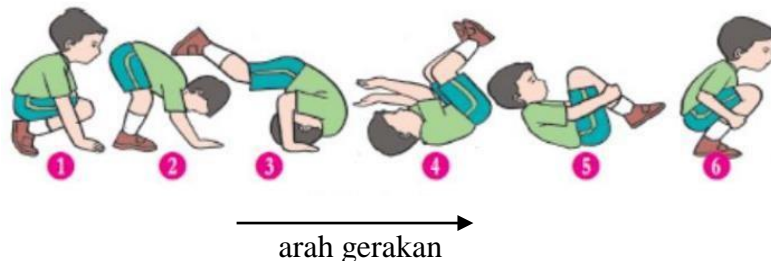
- 2) Tekuk siku, masukkan di antara kedua tangan, dan turunkan kepala dengan dagu menempel di dada.
- 3) Letakkan tengkuk, atau bagian belakang kepala, di atas matras hingga seluruh bahu menyentuhnya.
- 4) Dimulai dengan punggung, pinggang, dan panggul belakang menyentuh matras, gulingkan tubuh ke depan.
- 5) Segera tekuk kedua lutut dengan kedua tangan memeluk lutut begitu punggung menyentuh matras.

c. Sikap akhir:

- 1) Kedua kaki menyentuh matras pada saat yang bersamaan.
- 2) Kembali pada posisi jongkok.
- 3) Pada kedua lengan lurus ke depan.
- 4) Telapak tangan menghadap ke bawah.
- 5) Pandangan fokus ke depan.

Adapun langkah-langkah melakukan guling depan dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 1. Guling ke Depan (*Forward Roll*)



(Sumber : Buku PJOK Kelas VI Revisi 2019)

## **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Berikut akan diuraikan beberapa hasil penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan yaitu sebagai berikut:

Setyoko (2021). Melaksanakan penelitian dengan judul “Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Terhadap Hasil Belajar Materi *Dribble* Bola Basket Peserta didik Kelas VII SMP N 2 Baturraden”. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dari proses pembelajaran menggunakan model *Problem Based Learning* (PBL). Pentingnya penelitian ini dilakukan adalah meningkatkan hasil belajar dari peserta didik melalui metode *Problem Based Learning* dan menambah variasi dari proses belajar mengajar. Hasil penelitian ini berkontribusi dalam penambahan konsep bahwa model *Problem Based Learning* (PBL) mampu meningkatkan hasil belajar peserta didik Materi *Dribble* Bola Basket.

Kurniawan *et al.*, (2021) Melaksanakan penelitian berjudul “Pengembangan Permainan Bola Besar (Bola voli) Berbasis *Problem Based Learning* Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Putri”. Hasil pengembangan permainan bola besar berbasis *Problem Based Learning* berbasis untuk meningkatkan minat belajar peserta didik putri adalah sebagai berikut pelaksanaan pembelajaran terlaksana baik dengan nilai 80,4%, respon guru sangat baik dan pendapat sangat mendukung, keterampilan passing bawah bolavoli peserta didik kuat mencapai 78,6% dan minat belajar kuat dengan nilai 75,05%. Produk pengembangan permainan bola besar (bolavoli) berbasis *Problem Based Learning* sangat baik bagi peserta didik putri untuk meningkatkan minat belajar. Hasil

penelitian ini berkontribusi dalam penambahan konsep bahwa pengembangan permainan bola besar berbasis *Problem Based Learning* berbasis untuk meningkatkan minat belajar.

Hasmyati (2017) juga melaksanakan penelitian yang berjudul “Penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Materi Bola Basket Peserta didik Kelas VIII-6 SMP Negeri 24 Makassar”. Hasil penelitian menyatakan perbandingan hasil belajar antara siklus I yang belum mencapai indikator keberhasilan mengalami peningkatan hasil belajar pada siklus II dimana pada siklus II ini indikator keberhasilan telah tercapai, kategori rendah masih ada pada siklus I dengan persentase 27,27% dan selanjutnya mengalami peningkatan pada siklus II yang terlihat dengan persentase 0% atau tidak ada peserta didik dalam kategori rendah. Di kategori tinggi pada siklus I dengan persentase 30,30% meningkat pada siklus II dengan persentase 9% dimana peserta didik pada kategori sedang berkurang. dan peserta didik mengalami peningkatan di kategori tinggi dari 42,42% pada siklus I meningkat dengan persentase 91%. Hasil penelitian ini berkontribusi dalam pemahaman konsep bahwa pengimplementasian Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Materi Bola Basket Peserta didik.

Sugihartono (2019) melaksanakan penelitian dengan judul “Model *Problem Based Learning* Meningkatkan Keterampilan Senam Irama Pembelajaran Penjasorkes”. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan model *Problem Based Learning* untuk mengajarkan senam ritmik Poco-poco dapat secara efektif

memecahkan masalah dalam kelompok dan menawarkan stimulus yang kuat untuk belajar gerak sendiri, sehingga menghasilkan tingkat ketuntasan 87% untuk penguasaan keterampilan gerak senam poco poco. Ketika model *Problem Based Learning* digunakan, waktu efektif peserta didik dalam pembelajaran PJOK dapat ditingkatkan dengan menggunakan indikator aktif bergerak, berlatih, dan beraktivitas selama proses pembelajaran senam. Peningkatan waktu efektif ini dari 21,11% pada siklus pertama menjadi 61,1%. Setelah 70 menit pembelajaran, pada siklus kedua terjadi peningkatan dari 21,11% menjadi 61,11%. Peserta didik yang menggunakan paradigma Pembelajaran Berbasis Masalah lebih termotivasi untuk berpartisipasi di kelas, yang ditunjukkan dengan peningkatan fokus dan penggunaan waktu yang efisien. dan periode tindakan aktif yang efisien; selain itu, ada lebih sedikit waktu untuk bersantai dan bersantai. Hanya 4,12% peserta didik yang bebas dari konteks pembelajaran.

Pangga & Kuntjoro (2023) Melaksanakan penelitian dengan hasil yang menunjukkan bahwa dengan menggunakan model pembelajaran *Problem Based Learning* untuk mengajar PJOK dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik, berikut ini adalah temuan dari penelitian tindakan kelas ini: 1) Peserta didik memenuhi tujuan pembelajaran pada siklus pertama yaitu ketuntasan belajar (57%, 2). 77% peserta didik memenuhi tujuan pembelajaran pada siklus kedua yaitu ketuntasan belajar. Penerapan model pembelajaran berbasis masalah pada pembelajaran PJOK dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas III di UPT SDN 223 Gresik, sesuai dengan data hasil penelitian dan pembahasan.

Sholihah (2024) melaksanakan penelitian dengan model pembelajaran *problem based learning* dengan data dan temuan penelitian dikumpulkan dengan memeriksa hasil belajar peserta didik. Analisis data hasil belajar pra-tindakan menunjukkan bahwa nilai rata-rata hasil belajar pra-tindakan adalah 68,57, dengan persentase ketuntasan yang sangat rendah, yaitu 37,14%. Tiga belas peserta didik tuntas, sementara dua puluh dua peserta didik tidak tuntas. Nilai terendah adalah enam puluh, dan nilai tertinggi adalah tujuh puluh lima. Dengan persentase ketuntasan yang cukup rendah (37,14%) dan nilai rata-rata 68,57 untuk hasil belajar pra-siklus, nilai terendah 60 dan tertinggi 75. Setelah dilakukan peningkatan pada siklus I, dari 35 peserta didik yang memiliki nilai rata-rata hasil belajar yang rendah yaitu 70,57, nilai terendah 60 dan tertinggi 80. Persentase hasil belajar yang tuntas adalah 54,28%, dengan 19 peserta didik tuntas dan 16 peserta didik tidak tuntas. Pada siklus II, terjadi peningkatan yang mencolok setelah penerapan model pembelajaran berbasis masalah (PBL), dengan 35 peserta didik mencapai rata-rata hasil belajar yang tinggi, yaitu 81, dengan nilai terendah 75 dan nilai tertinggi 95. Persentase hasil belajar yang tuntas adalah 54,28%, dengan 19 peserta didik tuntas dan 16 peserta didik tidak tuntas. Dari jumlah peserta didik tersebut, 35 peserta didik tuntas, yang berarti ketuntasan belajar mereka 100%. 100% hasil belajar terlihat tuntas, namun nilai hasil belajar peserta didik meningkat dari siklus I dengan kriteria sedang ke siklus II dengan kriteria tinggi.

Mulyani & Deswandi (2024) juga melaksanakan penelitian dengan model pembelajaran *problem based learning* dalam pembelajaran PJOK dengan hasil penelitian distribusi data kegiatan teknik pembelajaran berbasis masalah

menghasilkan jawaban tinggi (18, atau 86%), jawaban sedang (3, atau 14,3%), dan jawaban rendah 0 (atau 0%). Terbukti bahwa kegiatan pendidikan olahraga dengan tingkat pencapaian 86% masuk dalam kategori tinggi.

Rokhman & Luthfitasari (2024) mengungkapkan pendekatan pembelajaran yang berfokus pada kebutuhan individu peserta didik tidak hanya meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap materi pelajaran, tetapi juga menumbuhkan kreativitas, pemikiran kritis, dan kolaborasi kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika metode Problem Based Learning (PBL) diterapkan dalam mata pelajaran PJOK, kreativitas dan kerja sama kelompok peserta didik mengalami peningkatan yang signifikan di SMPN 1 Dagangan Madiun. PBL diimplementasikan dengan terlebih dahulu memilih topik yang menarik dan relevan, kemudian meminta peserta didik bekerja dalam kelompok untuk menemukan solusi yang kreatif dan praktis.

Nopandri & Wathoni (2024) bermaksud untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas X IPA SMA Muhammadiyah Ponjong yang kesulitan dalam memahami teknik dasar *passing* bawah bola voli. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah metodologi yang digunakan dalam penelitian ini. Observasi dan ujian *passing* bola voli adalah alat yang digunakan untuk memperoleh data. Berdasarkan hasil penelitian siklus I, 70% dari peserta didik atau tujuh peserta didik telah tuntas belajar, sedangkan 30% atau tiga peserta didik belum tuntas belajar atau tiga orang peserta didik belum menyelesaikan pendidikannya. Berdasarkan data siklus II, 90% dari hasil belajar peserta didik telah tuntas, yang berarti bahwa 9 peserta didik telah menyelesaikan tugas-tugas mereka. Sebanyak 10% atau satu

orang peserta didik belum tuntas, sedangkan 90% peserta didik atau sembilan orang peserta didik sudah tuntas. Jumlah peserta didik yang sesuai dengan kriteria pembelajaran meningkat sebesar 20%. Di kelas X IPA SMA Muhammadiyah Ponjong, metodologi pembelajaran berbasis masalah secara signifikan meningkatkan hasil belajar.

### **C. Kerangka Berfikir**

Hasil pembelajaran masih perlu ditingkatkan, berdasarkan hasil pengamatan dan refleksi awal peneliti terhadap proses pembelajaran PJOK dengan menggunakan materi senam lantai guling depan. Hal ini dibuktikan dengan hasil pembelajaran psikomotor teknik guling depan dasar yang belum mencapai taraf ideal. Berikut ini beberapa hal yang menjadi penyebab rendahnya hasil pembelajaran peserta didik : (1) Rendahnya minat peserta didik terhadap mata pelajaran PJOK dengan materi senam lantai guling depan disebabkan oleh penerapan model pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakter peserta didik. (2) Peserta didik menjadi kurang terlibat dalam proses pembelajaran ketika praktik belajar mengajar yang melibatkan lebih banyak peserta didik tidak diterapkan misalnya, mereka kurang memperhatikan penjelasan guru di kelas. (3) Guru tidak memberikan kesempatan yang cukup kepada peserta didik untuk mempresentasikan hasil kerja mereka di depan kelas, terlepas dari apakah tugas yang mereka buat benar atau salah. Akibatnya, peserta didik tidak memahami apa yang mereka pelajari, dan mereka takut untuk bertanya bahkan ketika mereka tidak memahami tugas yang diberikan. Selain itu, peserta didik masih memiliki kecenderungan untuk menunggu guru memberikan arahan dan jawaban. (4) Beberapa peserta didik

memilih untuk tidak memperhatikan penjelasan guru tentang materi selama di kelas. (5) Antusiasme peserta didik dalam belajar juga kurang, dan mereka kurang serius dalam mengikuti kegiatan belajar. (6) Setelah menggunakan model pembelajaran berbasis masalah, guru belum mengetahui hasil evaluasi peserta didik.

Mengingat fakta ini, peran guru sebagai pendidik perlu dipertimbangkan lebih lanjut ketika menerapkan model pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik. Model pembelajaran *problem based learning* (PBL) merupakan salah satu model pembelajaran yang dipertimbangkan. Peserta didik belajar dengan memecahkan masalah sebagai bagian dari metodologi pembelajaran *problem based learning* (PBL). Inovasi pendidikan yang paling penting adalah pembelajaran berbasis masalah. Agar aktif selama proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar mereka, peserta didik yang terdaftar dalam Pembelajaran berbasis masalah diharapkan dapat menggunakan aktivitas mental mereka.

Dengan demikian maka dapat diduga bahwa implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng, sehingga hasil belajar tersebut bisa memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM).

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian Tindakan**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Dalam bidang pendidikan, penelitian diperlukan bagi semua guru dan peserta didik yang bercita-cita menjadi guru. Proyek penelitian guru menunjukkan keahlian empiris mereka dalam sains dan tanggung jawab mereka sebagai pendidik. Penelitian tindakan kelas, atau disingkat PTK, adalah salah satu dari banyak bentuk penelitian yang berkaitan dengan proses belajar mengajar. Untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan, guru dapat menggunakan PTK untuk menemukan dan menerapkan taktik atau latihan yang lebih efisien, terus memunculkan ide-ide baru, dan menyempurnakan ide-ide mereka saat ini. (Suciani *et al.*, 2023). Berdasarkan penelitian Rahman (2018) penelitian yang dilakukan oleh instruktur di kelas dengan fokus untuk memajukan atau meningkatkan prosedur dan praktik pembelajaran dikenal sebagai penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian O'Brien dikutip oleh Mulyatiningsih (2011) penelitian PTK dilakukan ketika sekelompok individu atau peserta didik ditemukan memiliki masalah, dan peneliti dalam hal ini, guru-memutuskan untuk mencari solusinya.

Dalam rangka meningkatkan kualitas hasil pembelajaran, pengembangan kemampuan guru, relevansi, efisiensi manajemen pembelajaran, dan pengembangan budaya penelitian di kalangan guru, PTK bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas praktik pembelajaran secara berkesinambungan.

Berdasarkan penelitian Susilo *et al.*, (2022) PTK mengandung sejumlah fitur. Hal ini termasuk kesulitan yang diteliti dalam bentuk masalah praktik pembelajaran sehari-hari yang dihadapi oleh para pengajar dan calon pengajar di kelas. Untuk mengatasi masalah-masalah ini dan meningkatkan standar pengajaran di kelas, langkah-langkah tertentu harus diambil.

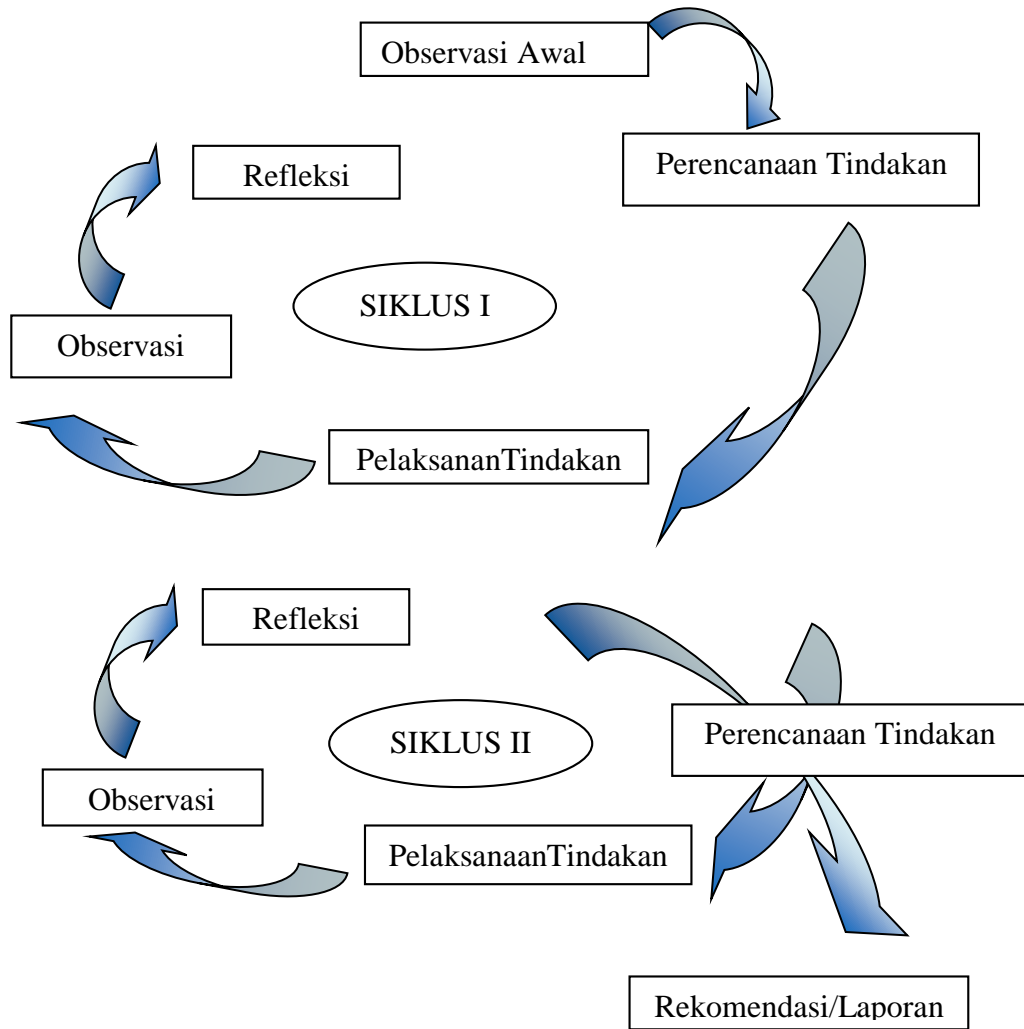
Ojan dalam Kanca (2010, p. 115) mengatakan terdapat empat bentuk PTK yaitu : (1) Guru adalah peneliti, (2) Peneliti tindakan kolaboratif, (3) Simultan terintegrasi, (4) Administrasi social eksperimental.

Penelitian tindakan kelas ini dilakukan dalam dua siklus, yang masing-masing terdiri dari dua pertemuan yang berlangsung selama tiga sampai empat puluh menit. Tujuan dari setiap siklus adalah untuk memberikan pembelajaran yang lengkap, mengamati motivasi belajar peserta didik , memberikan tindakan, dan mengevaluasi hasil belajar peserta didik .

Adapun empat tahapan dalam rancangan penelitian, yaitu :

- (1) Perencanaan Tindakan,
- (2) Pelaksanaan Tindakan,
- (3) Observasi/evaluasi, dan
- (4) Refleksi

Gambar 2. Rancangan Penelitian Tindakan Kelas



Sumber : Kanca, (2010, p. 29)

Keterangan Gambar :

 : Alur Siklus

Tahap-tahap Penelitian Tindakan Kelas adalah sebagai berikut :

a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan penelitian Kanca (2010, p. 139) dalam penelitian tindakan kelas, ada beberapa hal yang perlu di cermati antara lain :

- 1) Jumlah siklus yang perlu dilaksanakan
- 2) Tindakan yang akan dilaksanakan serta langkah-langkahnya
- 3) Teknik dan instrumen pengumpulan data
- 4) Perangkat pembelajaran yang diperlukan untuk mendukung tindakan
- 5) Teknik analisis data

b. Pelaksanaan tindakan

Berdasarkan penelitian Kanca (2010, p. 126), implementasi tindakan adalah langkah yang diambil oleh peneliti atau instruktur untuk mencoba mengubah, meningkatkan, atau memperbaiki hasil yang diinginkan.

c. Observasi/Evaluasi

Karena informasi mengenai proses pembelajaran serta hasil dari kegiatan pembelajaran diperlukan, observasi digunakan untuk mengumpulkan data. Untuk merencanakan tindakan perbaikan yang lebih efektif dan efisien, evaluasi dilakukan untuk melacak proses pembelajaran dan dampaknya. Melihat hasil atau dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap peserta didik. (Kanca, 2010, p. 126)

d. Refleksi

Tujuan dari refleksi adalah untuk mengamati, mengevaluasi, dan memperhitungkan efek dari kegiatan yang telah dilakukan. Peneliti dan pendidik dapat bekerja sama untuk mengatasi kekurangan dalam proses pembelajaran

berdasarkan temuan refleksi ini. Peneliti mengkaji, mengamati, dan menimbang efek atau hasil tindakan berdasarkan berbagai kriteria. (Kanca, 2010, p. 126).

## **B. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian tindakan kelas ini akan dilaksanakan pada sejak dikeluarkan ijin melaksanakan penelitian dalam kurun waktu kurang lebih 2 (dua) bulan pada peserta didik kelas VI SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng tahun pelajaran 2024/2025.

## **C. Deskripsi Tempat Penelitian**

SDN 2 Banyuning adalah sebuah lembaga sekolah SD Negeri yang beralamat di Jalan WR. Supratman Singaraja, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dikepalai oleh kepala sekolah bernama Desak Putu Sri Sadwity. Sekolah ini terakreditasi grade A dari BAN-S/M (Badan Akreditasi Nasional) Sekolah/Madrasah.

Peserta didik dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas VI dengan jumlah peserta didik 28 orang dalam pembelajaran materi senam lantai guling depan di lapangan sekolah.

## **D. Subjek dan Karakteristiknya**

Jumlah peserta sebanyak 28 orang, 10 orang laki-laki dan 18 orang perempuan, yang merupakan peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning, Kabupaten Buleleng.

## **E. Skenario Tindakan**

### **1. Deskripsi Skenario Tindakan**

Penelitian yang dilaksanakan merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan implementasi model pembelajaran *problem based learning* (PBL). Adapun prosedur yang harus dilalui dalam penelitian ini yaitu : observasi awal, refleksi awal, identifikasi masalah, analisis masalah, perumusan masalah, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi tindakan, dan refleksi.

#### **a. Observasi awal**

Peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning memiliki penguasaan yang sangat kurang terhadap materi gerak dasar guling depan, hal ini menandakan bahwa hasil belajar peserta didik masih belum dianggap tuntas. Jika hal ini dilakukan secara terus menerus, maka proses pembelajaran akan mengalami kegagalan dan hasil belajar tidak akan optimal, dibuktikan dengan 8 peserta didik (57%) tuntas dalam kegiatan pembelajaran teknik dasar guling depan, sedangkan 6 peserta didik (43%) tidak tuntas, berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan terhadap peserta didik kelas VI SDN 2 Banyuning yang berjumlah 28 orang.

#### **b. Refleksi awal**

Berdasarkan refleksi terhadap peserta didik kelas SDN 2 Banyuning setelah jam pelajaran selesai, adapun faktor penyebab rendahnya hasil belajar peserta didik antara lain : (1) Rendahnya minat peserta didik terhadap mata pelajaran PJOK dengan materi senam lantai guling depan disebabkan oleh penerapan model pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakter peserta didik. (2) Peserta didik menjadi kurang terlibat dalam proses pembelajaran ketika praktik belajar mengajar

yang melibatkan lebih banyak peserta didik tidak diterapkan misalnya, mereka kurang memperhatikan penjelasan guru di kelas. (3) Guru tidak memberikan kesempatan yang cukup kepada peserta didik untuk mempresentasikan hasil kerja mereka di depan kelas, terlepas dari apakah tugas yang mereka buat benar atau salah. Akibatnya, peserta didik tidak memahami apa yang mereka pelajari, dan mereka takut untuk bertanya bahkan ketika mereka tidak memahami tugas yang diberikan. Selain itu, peserta didik masih memiliki kecenderungan untuk menunggu guru memberikan arahan dan jawaban. (4) Beberapa peserta didik memilih untuk tidak memperhatikan penjelasan guru tentang materi selama di kelas. (5) Antusiasme peserta didik dalam belajar juga kurang, dan mereka kurang serius dalam mengikuti kegiatan belajar. (6) Setelah menggunakan model pembelajaran berbasis masalah, guru belum mengetahui hasil evaluasi peserta didik. (7) Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), yaitu nilai 75, belum dapat dipenuhi oleh hasil belajar PJOK peserta didik pada materi senam lantai guling depan.

#### **c. Identifikasi masalah**

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, terdapat beberapa masalah dalam pembelajaran karena guru masih menggunakan model pembelajaran umum atau konvensional, sehingga peserta didik mudah bosan dan kurang terlibat dalam proses pembelajaran. Untuk meningkatkan keterlibatan dan antusiasme peserta didik dalam proses pembelajaran dan memastikan bahwa hasil pembelajaran memenuhi kriteria ketuntasan minimum (KKM), peneliti menggunakan model pembelajaran *problem based learning*.

#### **d. Analisis Masalah**

Berdasarkan hasil observasi, peserta didik kelas VI SDN 2 Banyuning menunjukkan tingkat keaktifan dan antusiasme belajar yang rendah. Hal ini disebabkan karena guru masih menggunakan model pembelajaran yang umum atau konvensional, yang berpusat pada guru dan menyebabkan peserta didik menjadi cepat bosan. Faktor-faktor tersebut mengakibatkan peserta didik kurang memahami materi senam lantai guling depan sehingga tidak memenuhi standar ketuntasan belajar.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) sebagai upaya untuk menemukan jawaban atas permasalahan tersebut.

#### **e. Perumusan Masalah**

Guru-guru di SDN 2 Banyuning masih menggunakan model pembelajaran tradisional berbasis ceramah. Model-model ini memang efektif, tapi memiliki sejumlah kelemahan. Hal ini termasuk fokus pada guru yang menurunkan motivasi peserta didik untuk belajar, kegagalan untuk menerapkan model pembelajaran yang sesuai dengan kepribadian peserta didik, dan kegagalan untuk memasukkan teknologi ke dalam proses pembelajaran. Pengamatan peneliti membuat peneliti menyimpulkan bahwa masalah yang diteliti adalah apakah dengan menggunakan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) dengan materi senam lantai guling depan dapat meningkatkan hasil belajar PJOK pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng.

## **f. Perencanaan Tindakan**

Perencanaan merupakan salah satu kegiatan yang akan dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar peserta didik. Dalam penelitian ini, akan digunakan dua siklus, yaitu siklus I yang akan dilakukan setelah observasi dan refleksi awal, dan siklus II yang akan dilakukan setelah observasi dan refleksi siklus I. Ada beberapa langkah yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini, antara lain :

- 1) Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) berdasarkan materi senam lantai guling depan yang akan diajarkan kepada peserta didik kelas VI.
- 2) Memeriksa setiap alat dan fasilitas, seperti matras dan peluit, yang diperlukan untuk proses pembelajaran.
- 3) Menggunakan instrumen atau alat bantu lain untuk menilai hasil belajar peserta didik.

## **2. Pelaksanaan Tindakan**

### **a. Rancangan Penelitian Siklus I**

#### **1) Perencanaan siklus I**

Peneliti menggunakan pendekatan pembelajaran *problem based learning* untuk membangun strategi penyelesaian masalah alternatif berdasarkan isu-isu yang diidentifikasi selama observasi awal. Persiapan diperlukan untuk memastikan bahwa tindakan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan, Adapun hal yang perlu dipersiapkan yaitu :

- 1) Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) berdasarkan materi senam lantai guling depan yang akan diajarkan kepada peserta didik kelas VI.

- 2) Memeriksa setiap alat dan fasilitas, seperti matras dan peluit, yang diperlukan untuk proses pembelajaran.
- 3) Menggunakan instrumen atau alat bantu lain untuk menilai hasil belajar peserta didik.

## **2) Pelaksanaan Tindakan Pertemuan Pertama Siklus I**

Penyelesaian masalah yang muncul selama observasi awal ditekankan pada pembelajaran. Banyak hasil pembelajaran peserta didik yang belum tuntas, sehingga menjadi tantangan pada observasi pertama.

Pelaksanaan langkah-langkah model pembelajaran *problem based learning* yaitu :

- a. Peserta didik diperkenalkan pada masalah tersebut. Peneliti memberikan masalah, menjelaskan tujuan pembelajaran, menguraikan hal-hal praktis yang diperlukan, dan mendorong peserta didik untuk berpartisipasi dalam latihan pemecahan masalah yang mereka sukai.
- b. Menyiapkan kelas untuk pembelajaran. Peneliti membantu peserta didik dalam mendefinisikan dan merencanakan kegiatan pembelajaran yang terkait dengan masalah.
- c. Mengarahkan penelitian individu dan kolektif. Peserta didik didorong oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang relevan, melakukan eksperimen, dan menemukan jawaban atas masalah.
- d. Membuat dan menguraikan tujuan pembelajaran. Agar pekerjaan dapat dipresentasikan kepada setiap kelompok, peneliti membantu peserta didik merancang dan menyiapkan hasil pembelajaran yang relevan, seperti laporan.

- e. Memeriksa dan menilai proses penyelesaian masalah. Membantu peserta didik dalam memikirkan kembali atau menilai penelitian mereka menggunakan metode yang mereka gunakan.

### **3) Pelaksanaan Tindakan Pertemuan Kedua siklus I**

Pada pertemuan kedua ini peneliti membahas permasalahan yang muncul di pertemuan pertama dan juga memecahkan masalah pada pertemuan pertama dengan langkah-langkah model pembelajaran *problem based learning*. Adapun langkah-langkah pelaksanaan model pembelajaran *problem based learning* pada pertemuan kedua siklus I, yaitu :

- a. Peserta didik diperkenalkan pada masalah tersebut. Peneliti memberikan masalah, menjelaskan tujuan pembelajaran, menguraikan hal-hal praktis yang diperlukan, dan mendorong peserta didik untuk berpartisipasi dalam latihan pemecahan masalah yang mereka sukai.
- b. Menyiapkan kelas untuk pembelajaran. Peneliti membantu peserta didik dalam mendefinisikan dan merencanakan kegiatan pembelajaran yang terkait dengan masalah.
- c. Mengarahkan penelitian individu dan kolektif. Peserta didik didorong oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang relevan, melakukan eksperimen, dan menemukan jawaban atas masalah.
- d. Membuat dan menguraikan tujuan pembelajaran. Agar pekerjaan dapat dipresentasikan kepada setiap kelompok, peneliti membantu peserta didik merancang dan menyiapkan hasil pembelajaran yang relevan, seperti laporan.

- e. Memeriksa dan menilai proses penyelesaian masalah. Membantu peserta didik dalam memikirkan kembali atau menilai penelitian mereka menggunakan metode yang mereka gunakan.

#### **4) Observasi Hasil Tindakan**

Pada tahap ini, peneliti menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan untuk mengamati aktivitas peserta didik selama proses pembelajaran sementara tindakan dilakukan secara bersamaan. Untuk menentukan apakah peserta didik sangat aktif, aktif, cukup aktif, kurang aktif, atau sangat kurang aktif, peneliti dan guru sebagai kolaborator mengamati setiap individu selama proses pembelajaran berdasarkan kriteria aktivitas pembelajaran.

#### **5) Refleksi Hasil Tindakan**

Temuan dari hasil pengamatan atau observasi selama pelaksanaan tindakan akan dianalisis untuk mengetahui apakah hasil belajar peserta didik telah meningkat. Untuk memastikan bahwa hasil siklus II memenuhi harapan untuk menjadi lebih baik dari siklus I, analisis hasil siklus I digunakan sebagai panduan untuk merancang siklus II.

### **b. Rancangan Penelitian Siklus II**

#### **1) Perencanaan Siklus II**

Peneliti menggunakan pendekatan pembelajaran *problem based learning* untuk membangun alternatif strategi pemecahan masalah berdasarkan masalah yang ditemui selama pelaksanaan siklus I. Untuk memastikan bahwa tindakan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan maka peneliti menyusun langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) berdasarkan materi senam lantai guling depan yang akan diajarkan kepada peserta didik kelas VI.
- b. Memeriksa setiap alat dan fasilitas, seperti matras dan peluit, yang diperlukan untuk proses pembelajaran.
- c. Menggunakan instrumen atau alat bantu lain untuk menilai hasil belajar peserta didik.

### **2) Pelaksanaan Tindakan Siklus II**

Hasil refleksi pada siklus I menjadi dasar pelaksanaan tindakan pada siklus II, yang pada dasarnya sama dengan siklus I, namun lebih menekankan pada kekurangan dan tantangan yang dihadapi peserta didik pada siklus I.

### **3) Observasi Siklus II**

Setelah melakukan observasi atau evaluasi, peneliti mengkaji bagaimana langkah-langkah yang diuraikan dalam siklus II dilaksanakan. Temuan refleksi ini pada akhirnya akan dituangkan dalam sebuah laporan.

### **4) Refleksi Siklus II**

Tujuan refleksi siklus II adalah untuk menentukan apakah telah terjadi peningkatan antara hasil siklus I dan siklus II. Siklus ini dapat dihentikan jika proses dan hasil keduanya mengalami peningkatan.

## F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Penelitian

Dalam memperoleh data yang relevan dan sesuai dengan tujuan peneliti, maka instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penilaian untuk mengetahui hasil belajar peserta didik dengan materi teknik dasar senam lantai guling depan.

#### a. Instrumen penilaian Aspek Afektif Senam Lantai Guling Depan

Tabel 2. Rubrik Penilaian Aspek Sikap (Afektif) Senam Lantai Guling Depan

No	Nama	Sikap yang Diamati															Jumlah Skor	Nilai Sikap
		Percaya Diri			Kerja Sama			Tanggung Jawab			Menghargai Teman			Menjaga Keselamatan				
1		a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c		
2																		
3																		
Dst.																		

1) Keterangan :

1. Beri tanda (✓) pada kriteria terpenuhi yang berarti skor 1
2. Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan
3. Jumlah skor maksimal = 15

Rumus penilaian aspek *afektif* :

$$\bar{X} = \frac{\sum n}{SMI} \times 20\%$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : Nilai yang diperoleh peserta didik

$\sum n$  : Jumlah skor yang diperoleh

**SMI** : Jumlah skor maksimal ideal

Tabel 3. Deskriptor Penilaian Aspek Sikap (Afektif) Senam Lantai Guling Depan

No	Aspek Sikap	Deskripsi	Skor
1	Percaya Diri	a. Berani menjelaskan sesuatu kepada orang yang tidak mengerti b. Berani menyuarakan pendapat; dan c. Berani menunjukkan materi yang sedang dipelajari.	3
2	Kerjasama	a. Mampu menjaga kebersamaan dalam kelompok belajar. b. Bekerjasama dalam mencapai tujuan pembelajaran. c. Bekerjasama dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.	3
3	Tanggung Jawab	a. Mampu melaksanakan tugas yang diberikan secara efektif. b. Mampu menjamin keselamatan diri sendiri dan orang lain. c. Mematuhi pedoman yang telah ditetapkan.	3
4	Menghargai Teman	a. Menerima pemikiran dan saran teman. b. Mengizinkan teman untuk berdebat. c. Mengevaluasi teman dengan baik.	3
5	Menjaga Keselamatan	a. Hindari mengganggu pergerakan b. Menahan diri dari tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri atau orang lain c. Menumbuhkan rasa pesuli terhadap berbagai situasi yang dapat membahayakan keselamatan diri sendiri atau orang lain	3
<b>Total Skor</b>			<b>15</b>

**b. Instrumen Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai Guling Depan**

Tabel 4. Rubrik Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif) Senam Lantai Guling Depan

No	Nama	Soal 1					Soal 2					Soal 3					Jumlah
		a	b	c	d	e	a	b	c	d	e	a	b	c	d	e	
1																	
2																	
3																	
Dst.																	

Keterangan :

1. Beri tanda (√) pada kriteria terpenuhi yang berarti skor 1
2. Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan
3. Jumlah skor maksimal = 15

Rumus penilaian aspek *kognitif* :

$$\bar{X} = \frac{\sum n}{SMI} \times 30\%$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : Nilai yang diperoleh peserta didik

$\sum n$  : Jumlah skor yang diperoleh

**SMI**: Jumlah skor maksimal ideal

Tabel 5. Deskriptor Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif) Senam Lantai Guling Depan

No	Pertanyaan	Jawaban	Skor
1	Deskripsikanlah 5 indikator dalam melakukan sikap awal teknik dasar senam lantai guling depan	a. Posisi diawali dengan jongkok. b. Dengan tumit terangkat dan kedua kaki rapat. c. Pandangan tetap ke depan, menunjuk ke arah gerakan. d. Kedua telapak tangan harus bertumpu pada matras. e. Kedua lengan lurus dan sejajar dengan bahu, dengan jari-jari menghadap ke depan.	5
2	Deskripsikanlah 5 indikator dalam melakukan sikap pelaksanaan teknik dasar senam lantai guling depan	a. Angkat kedua pinggul sehingga beban berada di kedua tangan dan kedua lutut lurus. b. Tekuk siku, masukkan di antara kedua tangan, dan turunkan kepala dengan dagu menempel di dada. c. Letakkan tengkuk, atau bagian belakang kepala, di atas matras hingga seluruh bahu menyentuhnya. d. Dimulai dengan punggung, pinggang, dan panggul belakang menyentuh matras, gulingkan tubuh ke depan. e. Segera tekuk kedua lutut dengan kedua tangan memeluk lutut begitu punggung menyentuh matras.	5
3	Deskripsikanlah 5 indikator dalam melakukan sikap akhir teknik dasar senam lantai guling depan	a. Kedua kaki menyentuh matras pada saat yang bersamaan. b. Kembali pada posisi jongkok. c. Pada kedua lengan lurus ke depan. d. Telapak tangan menghadap ke bawah. e. Pandangan fokus ke depan.	5

**c. Instrumen Penilaian Aspek Psikomotor Senam Lantai Guling depan**

Tabel 6. Rubrik Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor) Senam Lantai Guling Depan

No	Nama Peserta didik	Aspek yang diamati															Skor	Nilai
		Sikap Awal					Sikap Pelaksanaan					Sikap Akhir						
		a	b	c	d	e	a	b	c	d	e	a	b	c	d	e		
1																		
2																		
Dst.																		

Keterangan :

1. Beri tanda (√) pada kriteria terpenuhi yang berarti skor 1
2. Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan
3. Jumlah skor maksimal = 15

Rumus penilaian aspek *psikomotor* :

$$\bar{X} = \frac{\sum n}{SMI} \times 50\%$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : Nilai yang diperoleh peserta didik

$\sum n$  : Jumlah skor yang diperoleh

**SMI**: Jumlah skor maksimal ideal

Tabel 7. Deskriptor Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor) Senam Lantai Guling Depan

No	Indikator	Deskriptor	Skor
1	Sikap awal teknik dasar senam lantai guling depan	a. Posisi diawali dengan jongkok.	5
		b. Dengan tumit terangkat dan kedua kaki rapat.	
		c. Pandangan tetap ke depan, menunjuk ke arah gerakan.	
		d. Kedua telapak tangan harus bertumpu pada matras.	
		e. Kedua lengan lurus dan sejajar dengan bahu, dengan jari-jari menghadap ke depan.	
2	Sikap pelaksanaan teknik dasar senam lantai guling depan	a. Angkat kedua pinggul sehingga beban berada di kedua tangan dan kedua lutut lurus.	5
		b. Tekuk siku, masukkan di antara kedua tangan, dan turunkan kepala dengan dagu menempel di dada.	
		c. Letakkan tengkuk, atau bagian belakang kepala, di atas matras hingga seluruh bahu menyentuhnya.	
		d. Dimulai dengan punggung, pinggang, dan panggul belakang menyentuh matras, gulingkan tubuh ke depan.	
		e. Segera tekuk kedua lutut dengan kedua tangan memeluk lutut begitu punggung menyentuh matras.	
3	Sikap akhir teknik dasar senam lantai guling depan	a. Kedua kaki menyentuh matras pada saat yang bersamaan.	5
		b. Kembali pada posisi jongkok.	
		c. Pada kedua lengan lurus ke depan.	
		d. Telapak tangan menghadap ke bawah.	
		e. Pandangan fokus ke depan.	

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Data harus dikumpulkan untuk memastikan apakah hasil pembelajaran yang diinginkan telah tercapai atau belum, serta sejauh mana hasil pembelajaran tersebut telah tercapai. *Assesmen* adalah salah satu metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, tujuan dari penilaian adalah untuk mengumpulkan data dan informasi dari proses dan hasil pembelajaran untuk menentukan seberapa baik peserta didik dalam kaitannya dengan hasil pembelajaran yang diinginkan.

### G. Kriteria Keberhasilan Tindakan

Pemberian skor dan penentuan standar keberhasilan belajar dilakukan untuk menilai kinerja peserta didik dalam penelitian ini. Ketentuan sekolah, yaitu ketuntasan individual minimal 75% dari tingkat penguasaan keterampilan dasar dan ketuntasan klasikal minimal 75%, menjadi dasar sistem penilaian yang digunakan dalam penelitian ini. Pencapaian ketuntasan klasikal minimal 75% menjadi tolak ukur keberhasilan penelitian. Penelitian dihentikan jika ketuntasan klasikal minimal 75% telah tercapai.

Tabel 8. Kriteria Nilai Ketuntasan

<b>Rentang Nilai</b>	<b>Nilai</b>	<b>Kategori</b>	<b>Keterangan</b>
85 - 100	A	Sangat Baik	Tuntas
75 - 84	B	Baik	Tuntas
65 - 74	C	Cukup	Tidak Tuntas
55 - 64	D	Kurang	Tidak Tuntas
0 - 54	E	Sangat Kurang	Tidak Tuntas

## H. Teknik Analisis Data

Analisis statistik deskriptif digunakan dalam prosedur analisis data penelitian ini.

- a) Teknik analisis data hasil belajar PJOK melalui materi senam lantai guling depan secara individu dilihat dari aspek sikap (*afektif*), aspek pengetahuan (*kognitif*), dan aspek keterampilan (*psikomotor*).

$$N = \frac{SHT}{SM} = NI$$

$$NA = N1 + N2 + N3$$

Keterangan :

N1	= Nilai Aspek Sikap (dengan bobot 20%)
N2	= Nilai Aspek Pengetahuan (dengan bobot 30 %)
N3	= Nilai Aspek Keterampilan (dengan bobot 50 %)
NA	= Nilai Akhir
SHT	= Skor Hasil Tes
SM	= Skor Maksimal
NI	= Nilai Ideal

- b) Tingkat ketuntasan secara klasikal

Menghitung persentase ketuntasan klasikal, ditentukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$KB = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Tuntas}}{\text{Jumlah Siswa Keseluruhan}} \times 100\%$$

Keterangan:

KB = Ketuntasan Belajar

- c) Hasil rata-rata persentase antar siklus, ditentukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{S1 + S2}{2}$$

Keterangan:

$\bar{X}$  = Rata-rata persentase

S1 = Siklus 1

S2 = Siklus 2

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Penelitian ini diklasifikasikan sebagai penelitian tindakan kelas (PTK), yaitu penelitian yang berfokus pada peningkatan prosedur dan praktik pembelajaran. Data pengamatan terhadap sejumlah hal yang berkaitan dengan pelaksanaan selama tindakan penelitian berlangsung akan menjadi data penelitian yang diberikan. Pada bagian ini akan dipaparkan hasil penelitian tentang penggunaan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik kelas VI SDN 2 Banyuning, Kabupaten Buleleng pada materi senam lantai guling depan.

#### **1. Hasil Analisis Data**

##### **a. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus I**

##### **1) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif)**

Hasil analisis data hasil belajar aspek sikap (afektif) materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 9. Analisis Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Pada Siklus I

No	Kriteria Ketuntasan Belajar	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Ketuntasan
1	85 - 100	Sangat Baik (A)	25	89,3%	28 orang (100%)
2	75 - 84	Baik (B)	3	10,7%	
3	65 - 74	Cukup (C)	0	0%	0 orang (0%)
4	55 - 64	Kurang (D)	0	0%	
5	0 - 54	Sangat Kurang (E)	0	0%	
Jumlah			28	100 %	28 orang (100%)

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa mengenai hasil belajar aspek sikap pada siklus I, diperoleh data hasil belajar dikategorikan tuntas 28 orang dan tidak ada dikategorikan tidak tuntas. Dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut: peserta didik dengan kategori sangat baik 25 orang (89,3%), kategori baik 3 orang (10,7%), kategori cukup, kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Hasil analisis data hasil belajar aspek sikap materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada diagram batang berikut.

Gambar 3. Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Sikap Siklus I



Berdasarkan diagram batang di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar aspek sikap dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut : peserta didik kategori sangat baik 25 orang (89,3%), kategori baik 3 orang (10,7%), kategori cukup, kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Selanjutnya ditentukan rata-rata persentase hasil belajar aspek sikap (*afektif*) peserta didik pada siklus I secara klasikal ( $\bar{X}$ ) dengan menjumlahkan semua hasil belajar peserta didik secara individu dan dirata-ratakan dengan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \frac{2700}{28} = 96,4$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : Rata-rata hasil belajar peserta didik secara klasikal

$\sum X$  : Jumlah seluruh persentase hasil belajar peserta didik secara individu

$N$  : Jumlah peserta didik di kelas

Dengan hasil ini, maka dapat diketahui hasil belajar aspek sikap pada siklus I yaitu 96,4 angka ini berada pada nilai kriteria ketuntasan belajar dengan kategori sangat baik.

## 2) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif)

Hasil analisis data hasil belajar aspek pengetahuan (kognitif) materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 10. Analisis Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Pada Siklus I

No	Kriteria Ketuntasan Belajar	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Ketuntasan
1	85 - 100	Sangat Baik (A)	3	10,7%	8 orang 28,6%
2	75 - 84	Baik (B)	5	17,8%	
3	65 - 74	Cukup (C)	17	50,7%	20 orang 71,4%
4	55 - 64	Kurang (D)	3	10,7%	
5	0 - 54	Sangat Kurang (E)			
Jumlah			28	100%	28 orang 100%

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa mengenai hasil belajar aspek pengetahuan pada siklus I, diperoleh data hasil belajar dikategorikan tuntas 8 orang dan dikategorikan tidak tuntas 20 orang. Dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut: peserta didik dengan kategori sangat baik 3 orang (10,7%), kategori baik 5 orang (17,8%), kategori cukup 17 orang (50,7%), kategori kurang 3 orang (10,7%), dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Hasil analisis data hasil belajar aspek pengetahuan materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada diagram batang berikut.

Gambar 4. Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus I



Berdasarkan diagram batang di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar aspek pengetahuan dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut : peserta didik dengan kategori sangat baik 3 orang (10,7%), kategori baik 5 orang (17,8%), kategori cukup 17 orang (50,7%), kategori kurang 3 orang (10,7%), dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Selanjutnya ditentukan rata-rata persentase hasil belajar aspek pengetahuan (kognitif) peserta didik pada siklus I secara klasikal ( $\bar{X}$ ) dengan menjumlahkan semua hasil belajar peserta didik secara individu dan dirata-ratakan dengan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \frac{2047}{28} = 73,1$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : Rata-rata hasil belajar peserta didik secara klasikal

$\sum X$  : Jumlah seluruh persentase hasil belajar peserta didik secara individu

$N$  : Jumlah peserta didik di kelas

Dengan hasil ini, maka dapat diketahui hasil belajar aspek pengetahuan pada siklus I yaitu 73,1 angka ini berada pada nilai kriteria ketuntasan belajar dengan kategori cukup.

### 3) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor)

Hasil analisis data hasil belajar aspek keterampilan (psikomotor) materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 11. Analisis Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (psikomotor) Pada Siklus I

No	Kriteria Ketuntasan Belajar	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Ketuntasan
1	85 - 100	Sangat Baik (A)	3	10,7%	11 orang 39,3%
2	75 - 84	Baik (B)	8	28,6%	
3	65 - 74	Cukup (C)	12	42,9%	17 orang 60,7%
4	55 - 64	Kurang (D)	5	17,9%	
5	0 - 54	Sangat Kurang (E)	0	0%	
Jumlah			28	100%	28 orang 100%

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa mengenai hasil belajar aspek keterampilan pada siklus I, diperoleh data hasil belajar dikategorikan tuntas 11 orang dan dikategorikan tidak tuntas 17 orang. Dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut: peserta didik dengan kategori sangat baik 3 orang (10,7%), kategori baik 8 orang (28,6%), kategori cukup 12 orang (42,9%), kategori kurang 5 orang (17,9%) , dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Hasil analisis data hasil belajar aspek keterampilan materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada diagram batang berikut.

Gambar 5. Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus I



Berdasarkan diagram batang di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar aspek keterampilan dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut : peserta didik dengan kategori sangat baik 3 orang (10,7%), kategori baik 8 orang

(28,6%), kategori cukup 12 orang (42,9%), kategori kurang 5 orang (17,9%) , dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Selanjutnya ditentukan rata-rata persentase hasil belajar aspek keterampilan (kognitif) peserta didik pada siklus I secara klasikal ( $\bar{X}$ ) dengan menjumlahkan semua hasil belajar peserta didik secara individu dan dirata-ratakan dengan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \frac{2033}{28} = 72,6$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : Rata-rata hasil belajar peserta didik secara klasikal

$\sum X$  : Jumlah seluruh persentase hasil belajar peserta didik secara individu

$N$  : Jumlah peserta didik di kelas

Dengan hasil ini, maka dapat diketahui hasil belajar aspek keterampilan pada siklus I yaitu 72,6 angka ini berada pada nilai kriteria ketuntasan belajar dengan kategori cukup.

## **b. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus II**

### **1) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif)**

Hasil analisis data hasil belajar aspek sikap (afektif) materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada tabel berikut.

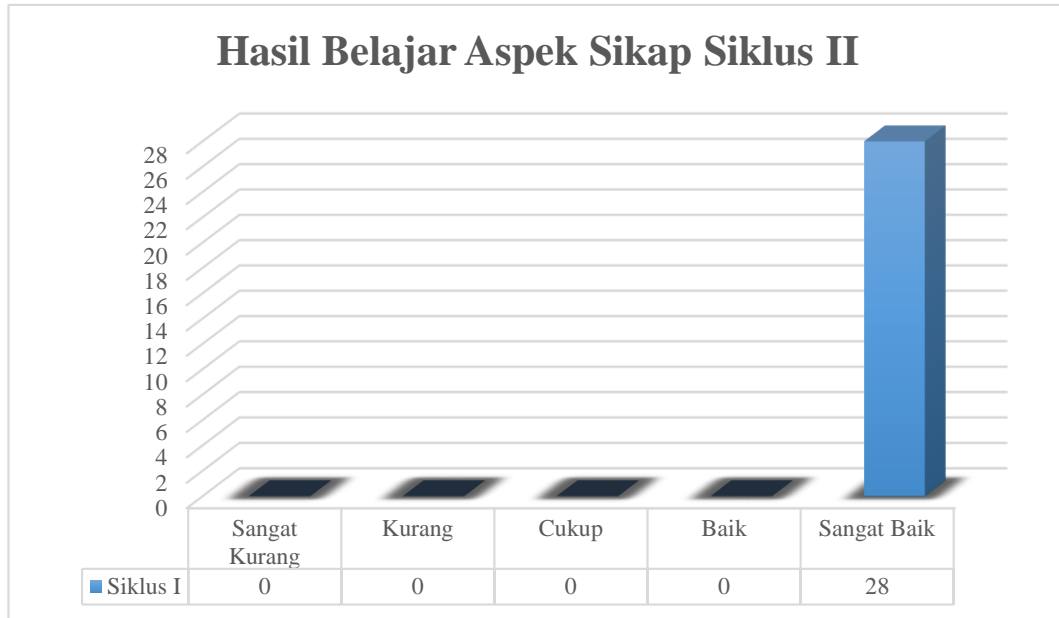
Tabel 12. Analisis Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Pada Siklus II

No	Kriteria Ketuntasan Belajar	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Ketuntasan
1	85 - 100	Sangat Baik (A)	28	100%	28 orang 100%
2	75 - 84	Baik (B)	0	0%	0 orang 0%
3	65 - 74	Cukup (C)	0	0%	
4	55 - 64	Kurang (D)	0	0%	
5	0 - 54	Sangat Kurang (E)	0	0%	
Jumlah			28	100%	100%

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa mengenai hasil belajar aspek sikap pada siklus II, diperoleh data hasil belajar dikategorikan tuntas 28 orang dan tidak ada dikategorikan tidak tuntas. Dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut: peserta didik dengan kategori sangat baik 28 orang (100%), kategori baik, kategori cukup, kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Hasil analisis data hasil belajar aspek sikap materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada diagram batang berikut.

Gambar 6. Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Siklus II



Berdasarkan diagram batang di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar aspek sikap dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut : peserta didik dengan kategori sangat baik 28 orang (100%), kategori baik, kategori cukup, kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Selanjutnya ditentukan rata-rata persentase hasil belajar aspek sikap (*afektif*) peserta didik pada siklus II secara klasikal ( $\bar{X}$ ) dengan menjumlahkan semua hasil belajar peserta didik secara individu dan dirata-ratakan dengan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \frac{2800}{28} = 100$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : Rata-rata hasil belajar peserta didik secara klasikal

$\sum X$  : Jumlah seluruh persentase hasil belajar peserta didik secara individu

$N$  : Jumlah peserta didik di kelas

Dengan hasil ini, maka dapat diketahui hasil belajar aspek sikap pada siklus II yaitu 100 angka ini berada pada nilai kriteria ketuntasan belajar dengan kategori sangat baik.

## 2) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif)

Hasil analisis data hasil belajar aspek pengetahuan (kognitif) materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 13. Analisis Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Pada Siklus II

No	Kriteria Ketuntasan Belajar	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Ketuntasan
1	85 - 100	Sangat Baik (A)	15	53,6%	26 orang 92,9%
2	75 - 84	Baik (B)	11	39,3%	
3	65 - 74	Cukup (C)	2	7,1%	2 orang 7,1%
4	55 - 64	Kurang (D)	0	0%	
5	0 - 54	Sangat Kurang (E)	0	0%	
Jumlah					

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa mengenai hasil belajar aspek pengetahuan pada siklus II, diperoleh data hasil belajar dikategorikan tuntas 26 orang dan dikategorikan tidak tuntas 2 orang. Dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut: peserta didik dengan kategori sangat baik 15 orang (53,6%), kategori baik 11 orang (39,3%), kategori cukup 2 orang (7,1%), kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Hasil analisis data hasil belajar aspek pengetahuan materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada diagram batang berikut.

Gambar 7. Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus II



Berdasarkan diagram batang di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar aspek pengetahuan dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut : peserta didik dengan kategori sangat baik 15 orang (53,6%), kategori baik 11 orang (39,3%), kategori cukup 2 orang (7,1%), kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Selanjutnya ditentukan rata-rata persentase hasil belajar aspek pengetahuan (kognitif) peserta didik pada siklus I secara klasikal ( $\bar{X}$ ) dengan menjumlahkan semua hasil belajar peserta didik secara individu dan dirata-ratakan dengan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \frac{2400}{28} = 85,7$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : Rata-rata hasil belajar peserta didik secara klasikal

$\sum X$  : Jumlah seluruh persentase hasil belajar peserta didik secara individu

$N$  : Jumlah peserta didik di kelas

Dengan hasil ini, maka dapat diketahui hasil belajar aspek pengetahuan pada siklus II yaitu 85,7 angka ini berada pada nilai kriteria ketuntasan belajar dengan kategori baik.

### 3) Hasil Penelitian Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor)

Hasil analisis data hasil belajar aspek keterampilan (psikomotor) materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 14. Analisis Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (psikomotor) Pada Siklus II

No	Kriteria Ketuntasan Belajar	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Ketuntasan
1	85 - 100	Sangat Baik (A)	17	60,7%	25 orang 89,3%
2	75 - 84	Baik (B)	8	28,6%	
3	65 - 74	Cukup (C)	3	10,7%	3 orang 10,7%
4	55 - 64	Kurang (D)	0	0%	
5	0 - 54	Sangat Kurang (E)	0	0%	
Jumlah			28	100%	28 orang 100%

Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa mengenai hasil belajar aspek keterampilan pada siklus II, diperoleh data hasil belajar dikategorikan

tuntas 25 orang dan dikategorikan tidak tuntas 3 orang. Dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut: peserta didik dengan kategori sangat baik 17 orang (60,7%), kategori baik 8 orang (28,6%), kategori cukup 3 orang (10,7%), kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Hasil analisis data hasil belajar aspek keterampilan materi senam lantai guling depan peserta didik kelas VI Di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng dapat dilihat pada diagram batang berikut.

Gambar 8. Diagram Batang Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus II



Berdasarkan diagram batang di atas, dapat dilihat bahwa hasil belajar aspek keterampilan dengan rincian nilai hasil belajar sesuai kategori sebagai berikut : peserta didik dengan kategori sangat baik 17 orang (60,7%), kategori baik 8 orang (28,6%), kategori cukup 3 orang (10,7%), kategori kurang, dan kategori sangat kurang tidak ada (0%).

Selanjutnya ditentukan rata-rata persentase hasil belajar aspek keterampilan (kognitif) peserta didik pada siklus II secara klasikal ( $\bar{X}$ ) dengan menjumlahkan semua hasil belajar peserta didik secara individu dan dirata-ratakan dengan rumus sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \frac{2360}{28} = \mathbf{84,3}$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : Rata-rata hasil belajar peserta didik secara klasikal

$\sum X$  : Jumlah seluruh persentase hasil belajar peserta didik secara individu

$N$  : Jumlah peserta didik di kelas

Dengan hasil ini, maka dapat diketahui hasil belajar aspek keterampilan pada siklus II yaitu 84,3 angka ini berada pada nilai kriteria ketuntasan belajar dengan kategori baik.

## **B. Pembahasan**

Pada pembahasan ini akan dipaparkan berdasarkan hasil penelitian penerapan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng.

Persentase hasil belajar PJOK secara klasikal pada materi senam lantai guling depan menunjukkan bahwa hasil belajar peserta didik masih rendah, sesuai dengan hasil refleksi dan observasi awal peneliti. 9 peserta didik (32,1%) tergolong tuntas, sedangkan 19 peserta didik (67,9%) tergolong tidak tuntas. Permasalahan

berikut ini telah ditemukan sebagai faktor penyebab rendahnya hasil belajar peserta didik, yaitu (1) Rendahnya minat peserta didik terhadap mata pelajaran PJOK dengan materi senam lantai guling depan disebabkan oleh penerapan model pembelajaran yang kurang sesuai dengan karakter peserta didik. (2) Peserta didik menjadi kurang terlibat dalam proses pembelajaran ketika praktik belajar mengajar yang melibatkan lebih banyak peserta didik tidak diterapkan misalnya, mereka kurang memperhatikan penjelasan guru di kelas. (3) Guru tidak memberikan kesempatan yang cukup kepada peserta didik untuk mempresentasikan hasil kerja mereka di depan kelas, terlepas dari apakah tugas yang mereka buat benar atau salah. Akibatnya, peserta didik tidak memahami apa yang mereka pelajari, dan mereka takut untuk bertanya bahkan ketika mereka tidak memahami tugas yang diberikan. Selain itu, peserta didik masih memiliki kecenderungan untuk menunggu guru memberikan arahan dan jawaban. (4) Beberapa peserta didik memilih untuk tidak memperhatikan penjelasan guru tentang materi selama di kelas. (5) Antusiasme peserta didik dalam belajar juga kurang, dan mereka kurang serius dalam mengikuti kegiatan belajar. (6) Setelah menggunakan model pembelajaran berbasis masalah, guru belum mengetahui hasil evaluasi peserta didik. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, materi PJOK dipelajari dengan menggunakan pendekatan pembelajaran *problem based learning* (PBL) pada materi senam lantai guling depan. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar para peserta didik. Temuan penelitian dari studi sebelumnya mendukung penggunaan paradigma pembelajaran ini, termasuk : Pratama *et al.*, (2023) menemukan bahwa, dibandingkan dengan menggunakan model pembelajaran konvensional,

penggunaan model pembelajaran berbasis masalah meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan passing bawah bola voli. Temuan penelitian yang secara teratur menunjukkan variasi penting dalam kapasitas *passing* bawah bola voli antara pembelajaran dengan model pembelajaran berbasis masalah dan sebelum pembelajaran dengan model pembelajaran konvensional menjadi dasar dari kesimpulan ini. Syabid *et al.*, (2023) juga melaksanakan penelitian dengan judul Upaya Peningkatan Kemampuan Hasil Belajar Passing Sepak Bola Melalui Pembelajaran Berbasis Masalah. Deskripsi hasil analisis data hasil belajar materi *passing* sepak bola pada peserta didik di SMP Negeri 4 Pontianak, dimana ketuntasan klasikal hasil belajar passing sepak bola meningkat sebesar 78,12 %. Pada Pra Siklus ketuntasan peserta didik hanya 6,25 % peserta didik yang melampaui KKM, setelah diberi perlakuan siklus I ketuntasan minimal peserta didik meningkat yaitu 15,62 %, namun hasil ini masih harus ditingkatkan lagi dan dilanjutkan ke siklus II. setelah mendapat perlakuan dalam siklus II peserta didik memiliki ketuntasan minimal yaitu 84,37 %. Dapat disimpulkan bahwa dengan Model pembelajaran *problem based learning* menunjukkan bahwa hasil belajar passing sepak bola peserta didik meningkat pada setiap siklusnya. Fadhila (2024) melaksanakan penelitian yang berjudul Penerapan Model Pembelajaran *Problem Based Learning* untuk Meningkatkan Partisipasi Peserta didik pada Pembelajaran PJOK Siang Hari di MAN 2 Kota Madiun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan seberapa besar penggunaan model pembelajaran *problem based learning* terhadap partisipasi peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen. Desain dalam penelitian ini

menggunakan *one group pretest posttest design* dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel yang digunakan 27 peserta didik kelas eksperimen dengan tes pengetahuan peserta didik dan keterampilan gerak dalam pembelajaran PJOK di siang hari. Analisis data menggunakan statistic deskriptif. Pada tes pengetahuan, mean nilai peserta didik meningkat dari 82,77 menjadi 97,03. Sedangkan tes keterampilan meningkat dari 78,51 menjadi 91,11. Data penelitian ini sudah melalui uji normalitas dan menunjukkan hasil yang tidak terdistribusi normal. Maka dari itu dilakukan dengan uji *Wilcoxon* dan menghasilkan nilai Sig. sebesar 0,000 untuk tes kognitif dan keterampilan. Dengan nilai signifikan  $>0,05$ , dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari penerapan model PBL terhadap partisipasi peserta didik pada pembelajaran PJOK siang hari. Dari beberapa penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *problem based learning* memberikan pengaruh positif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Hasil belajar peserta didik secara klasikal lebih banyak yang tuntas setelah mendapatkan tindakan pada siklus I, yaitu 32,1%, dibandingkan dengan observasi awal. Pada siklus I, hasil belajar peserta didik meningkat secara signifikan menjadi 56%, karena pada siklus I belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal hasil belajar. Oleh karena itu, diberikan tindakan pada siklus II. Hasil belajar peserta didik mengalami peningkatan pada siklus II. Berdasarkan analisis data, ketuntasan hasil belajar peserta didik secara klasikal siklus II meningkat dari siklus I yang hanya 56% menjadi 94%. Hal ini terjadi sebagai hasil dari kemampuan model pembelajaran *problem based learning* untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif peserta didik serta kemampuan mereka untuk menerapkan

pengetahuan ke dalam situasi untuk mengadaptasikannya ke dalam situasi dunia nyata. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Febrianto et al., (2023) yang berjudul Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Melempar Menggunakan *Model Problem Based Learning* Peserta didik Kelas II. Hasil yang diperoleh menunjukkan pada siklus I menunjukkan bahwa ketuntasan ketercapaian gerak dasar manipulatif melempar menggunakan model pembelajaran *problem based learning* sebesar 21% pada keseluruhan indikator. Pada siklus II diperoleh hasil yang cukup signifikan dalam ketuntasan ketercapaian gerak dasar manipulatif melempar menggunakan model pembelajaran *problem based learning* sebesar 76%. Pada siklus III diperoleh ketuntasan ketercapaian gerak dasar manipulatif melempar menggunakan model pembelajaran *problem based learning* sebesar 97 % pada keseluruhan indikator. Zulheri, Is (2024) juga melaksanakan penelitian yang berjudul *Application Of Problem-Based Learning Model (PBL) In PJOK Lessons To Improve Critical Thinking Skills In The Era Of Digitalization*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran *problem based learning* mampu meningkatkan kemampuan berpikir kritis peserta didik dengan baik dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini dapat dilihat pada statistik deskriptif nilai rata-rata model *problem based learning* sebesar 0.91, sedangkan pada pembelajaran konvensional sebesar 0.86, artinya model *problem based learning* lebih baik dari pada pembelajaran konvensional dalam hal meningkatkan keterampilan berpikir kritis peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Ketuntasan belajar peserta didik secara klasikal mengalami peningkatan dan memenuhi kriteria ketuntasan minimal pada siklus II, sedangkan pada siklus I

terjadi peningkatan yang cukup signifikan, namun masih belum mencapai hasil yang optimal atau memenuhi kriteria ketuntasan minimal yaitu 75%. Hal ini disebabkan oleh peserta didik yang masih bergurau saat penyampaian materi pembelajaran, kurang serius saat mempraktekkan gerakan, dan kurang percaya diri saat proses pembelajaran berlangsung.

Penerapan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng, sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan dan uraian yang telah dipaparkan di atas.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Meskipun penelitian ini telah diupayakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun tetap memiliki keterbatasan, yaitu :

1. Akibat pendeknya minggu efektif kelas VI dan pelaksanaan penelitian yang berdekatan dengan Penilaian Akhir Semester 2, maka pertemuan hanya dilaksanakan dalam dua siklus yang berjumlah dua kali pertemuan. Hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa data yang dikumpulkan oleh peneliti kurang memadai. Terlepas dari hal tersebut, implementasi model pembelajaran *problem based learning* berhasil diterapkan.
2. Karena peserta didik terbiasa dengan pembelajaran yang berpusat pada guru, kondisi kelas menjadi kurang kondusif ketika pembelajaran dilakukan dengan menggunakan berbagai model dan media yang menuntut peserta didik untuk berpartisipasi aktif. Namun, hal ini dapat dihindari dengan menerapkan strategi yang memperhatikan kepribadian peserta didik.

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Simpulan

Implementasi model pembelajaran *problem based learning* dapat meningkatkan hasil belajar PJOK materi senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VI di SDN 2 Banyuning Kabupaten Buleleng sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan ketuntasan hasil belajar peserta didik secara klasikal dari observasi awal yaitu 32,1% dan pada siklus I terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik secara signifikan menjadi 56%, dan pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 38%, dari siklus I sebesar 56% dan pada siklus II menjadi 94%.

#### B. Implikasi

Berdasarkan dari kesimpulan di atas, maka penelitian ini berimplikasi bahwa implementasi model pembelajaran *problem based learning* mampu mempengaruhi hasil serta prestasi belajar peserta didik. Selain itu, dengan model pembelajaran ini memberikan kesempatan peserta didik berperan aktif selama proses pembelajaran berlangsung dan mampu meningkatkan kemampuan dalam mengaplikasikan pengetahuan ke dalam masalah yang diberikan ke dalam kehidupan nyata.

#### C. Saran

Berdasarkan simpulan di atas maka saran yang diberikan peneliti adalah :

1. Dapat membantu guru menciptakan model pembelajaran *problem based learning* (PBL), khususnya yang berkaitan dengan materi senam lantai guling

depan, yang lebih menarik, kreatif, dan berguna ketika digunakan di kelas untuk meningkatkan hasil belajar terbaik bagi peserta didik.

2. Diharapkan peserta didik lebih bersemangat dan terlibat dalam mengikuti pembelajaran PJOK setelah memahami isi materi senam lantai guling depan melalui penggunaan model pembelajaran *problem based learning*.
3. Penggunaan model pembelajaran *problem based learning* dalam proses pendidikan harus dipantau oleh sekolah. Mempromosikan dan mengimplementasikan pembelajaran *problem based learning* dalam kegiatan pembelajaran. Agar instruktur dapat melakukan pengajaran yang efektif, perhatikan sarana dan prasarana yang digunakan dalam setiap pembelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, M., Chamalah, E., Wardani, O. P., & Gunarto, H. (2013). Model dan metode pembelajaran. *Semarang: Unissula*.
- Ahmad, P. (2012). Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Jakarta. *Rineka Cipta*.
- Amir, Z. (2015). Risnawati.(2015). Psikologi Pembelajaran Matematika. *Aswaja Pressindo*.
- Arends, R. I. (2008). Learning to teach: Belajar untuk mengajar. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Dimiyati & Mudjiono. (2013). Belajar dan pembelajaran. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Dirman, C. J., & Juarsih, C. (2014). Teori belajar dan Prinsip-prinsip Pembelajaran yang Mendidik. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Eggen, P., & Kauchak, D. (2012). Strategi dan model pembelajaran. *Jakarta: Indeks*.
- Fadhila, S. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa pada Pembelajaran PJOK Siang Hari di MAN 2 Kota Madiun. 8, 15680–15688.
- Febrianto, A., Muhammad, H. N., & Dhamayanti. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Melempar Menggunakan Model Problem Basic Learning Siswa Kelas II. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 5612–5619.
- Hanafy, M. S. (2014). Konsep Belajar Dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 17(1), 66–79. <https://doi.org/10.24252/lp.2014v17n1a5>
- Hasmyati. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning ( PBL ) dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Materi Bola Basket Siswa Kelas VIII-6 SMP Negeri 24 Makassar. *Proceeding of National Seminar Research and Community Service Institute Universitas Negeri Makassar*, 428–432. <https://ojs.unm.ac.id/semnaslemlit/article/view/4057/2418>
- Hernawan, A. H., Susilana, R., & Julaeha, S. (2014). Pengembangan Kurikulum dan pembelajaran di SD. *Universitas Terbuka*, 1–40.
- Hosnan, M. (2014). *Pendekatan saintifik dan kontekstual dalam pembelajaran abad 21: Kunci sukses implementasi kurikulum 2013*. Ghalia Indonesia.
- Ifa, M. (2013). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas X SMK Negeri 3 Boyolangu pada standar kompetensi menerapkan keselamatan dan kesehatan kerja (k3). *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro*, 2(2).

- Is, Z. (2024). *SPJ: Application Of Problem-Based Learning Model ( PBL ) In PJOK Lessons To Improve Critical Thinking Skills In The Era Of Digitalization*. 13(1), 17–23.
- Jamil, S. (2014). *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Kanca, I. N. (2010). *Metode Penelitian Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Komarudin, P. H. B. P. J. (2016). *Olahraga*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, S. K., Rachman, A., & Indahwati, N. (2021). Pengembangan Permainan Bola Besar (Bolavoli) Berbasis Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Putri. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(1), 49–56. <https://doi.org/10.58258/jime.v7i1.1692>
- Mulyani, W. S., & Deswandi, D. (2024). PENERAPAN METODE PROBLEM BASED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SMPN 8 SIJUNG. *Jurnal JPDO*, 7(12), 277–2684.
- Mulyatiningsih, E. (2011). *Riset terapan bidang pendidikan dan teknik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia abad 21. *Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA)*, 3(2), 422–438.
- Nopandri, R. A., & Wathoni, M. (2024). Efektivitas Model Pembelajaran Problem Based Learning terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Kelas X IPA SMA Muhammadiyah Ponjong. *SEMNASFIP*.
- Pangga, D., & Kuntjoro, B. F. T. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Pada Siswa Kelas III UPT SDN 223 Gresik. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(1), 1–13. <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JGE/article/view/409>
- Panuntun, S. (2020). Besarnya penghambat pembelajaran senam lantai kelas XI SMA Negeri 2 Klaten. *Journal Universitas Negeri Yogyakarta*, 1–68. <https://eprints.uny.ac.id/69427/>
- Pratama, B. Y., Utomo, A. W. B., & Wahyudi, A. N. (2023). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas V MI Islamiyah Kedungwaru. *Global Education Journal*, 1(1), 263–276. <https://doi.org/10.59525/gej.v1i1.246>
- Rahayu, E. T. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani: implementasi pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*.
- Rahman, T. (2018). *Aplikasi model-model pembelajaran dalam penelitian tindakan kelas*. CV. Pilar Nusantara.
- Rahyubi, H. (2014). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik*.

*Bandung: Nusa Media.*

- Rocha, R. F., & Clemente, F. M. (2012). Expertise in sport and physical education: review through essential factors. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(4), 557.
- Rokhman, M. T., & Luthfitasari, D. (2024). Penerapan Metode Pembelajaran Problem-Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Kreativitas Dan Kolaborasi Siswa Dalam Mata Pelajaran PJOK DI SMPN 1 Dagangan, Madiun. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(2), 5038–5045.
- Rosdiani, D. (2019). Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan. *Bandung: Alfabeta.*
- Rusman, M.-M. P. (2012). Mengembangkan Profesional Guru, Jakarta: PT. *Raja Grafindo Persada.*
- Setyoko, A. (2021). *Implementasi Model Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Hasil Belajar Materi Dribble Bola Basket Siswa Kelas VII SMP N 2 Baturraden.* <https://repository.unsoed.ac.id/10954/>
- Sherly, S., Dharma, E., & Sihombing, H. B. (2021). Merdeka belajar: kajian literatur. *UrbanGreen Conference Proceeding Library*, 183–190.
- Sholihah, M. (2024). PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI AKTIVITAS SENAM PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 TANJUNG JABUNG TIMUR. *PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI AKTIVITAS SENAM PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 TANJUNG JABUNG TIMUR.*
- Sinabang, K. A. P. (2014). *UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAHBOLA VOLI MELALUI PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN INKUIRI PADA SISWA KELAS XSMA BUDI MURNI 3 MEDAN TAHUN AJARAN 2013/2014.* UNIMED.
- Sjukur, S. B. (2012). Pengaruh blended learning terhadap motivasi belajar dan hasil belajar siswa di tingkat SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 2(3).
- Slameto. (2015). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.* Bina Aksara.
- Suciani, R. N., Azizah, N. L., Gusmaningsih, I. O., & Fajrin, R. A. (2023). Strategi Refleksi dan Evaluasi Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 114–123.
- Sudjana, N. (2011). Hasil Proses Belajar Mengajar. *Bandung: Remaja Rosdakarya.* Sugiyono.(2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D.* *Bandung: Alfabeta.* Sugiyono.
- Sugihartono, T. (2019). Model problem based learning meningkatkan keterampilan senam irama pada pembelajaran penjasorkes. *Jurnal Ilmu Olahraga Dan*

*Kesehatan*, 8(1).

- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Suherman, W. S., Nopembri, S., & Muktiani, N. R. (2015). Model aktivitas jasmani yang edukatif dan atraktif berbasis dolanan anak. *Jurnal Kependidikan*, 45(2), 115–122.
- Sumarni, T. (2017). PENINGKATAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING DEPAN MELALUI PERMAINAN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 18 KOTA PEKANBARU Titin Sumarni Guru SD Negeri 18 Pekanbaru. *Jurnal Pigur*, 01(2), 40–48. <https://pigur.ejournal.unri.ac.id/index.php/pigur/article/view/5472/0>
- Suprihatiningrum, J. (2013). Strategi pembelajaran teori dan aplikasi. *Yogyakarta: Ar-Ruzz Media*.
- Suprijono, A. (2015). *Cooperative learning: teori & aplikasi PAIKEM*. Pustaka Pelajar.
- Susilo, H., Chotimah, H., & Sari, Y. D. (2022). *Penelitian Tindakan Kelas*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Suyanto &, & Jihad. (2013). *Menjadi guru profesional: Strategi meningkatkan kualifikasi dan kualitas guru di era global*. Penerbit Erlangga.
- Syabid, A., Hidasari, F. P., Bafaddal, M. F., Ati, A., & ... (2023). Upaya Peningkatan Kemampuan Hasil Belajar Passing Sepak Bola Melalui Pembelajaran Berbasis Masalah. *Innovative: Journal Of ...*, 3, 11341–11350. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1736%0Ahttp://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/1736/1280>
- Syahrin, A., Amiruddin, A., & Bustamam, B. (2017). Peran guru pendidikan jasmani dalam membentuk karakter siswa pada MTs Se-Banda Aceh tahun pelajaran 2016/2017. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 3(2).
- Tapo, Y. B. O. (2019). Pengembangan model latihan sirkuit pasing bawah T-Desain (SPBT-Desain) bola voli sebagai bentuk aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran PJOK untuk tingkat sekolah menengah. *Jurnal Imedtech-Instructional Media, Design and Technology*, 3(2), 18–34.
- Thiyagu, K. (2015). Models of teaching in educational technology. *Thammishetty, M, Educational Technology. Solapur, Maharashtra, India: Laxmi Book Publication*.
- Trianto, M.-P. (2010). Mendesain model pembelajaran inovatif-progresif: Konsep, landasan dan implementasinya pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). *Jakarta: Kencana*, 376, 2010.
- UU Nomor 20 Tahun 2003. (2003). *UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 20 TAHUN 2003 TENTANG SISTEM PENDIDIKAN NASIONAL*.

- Wardani, W. F. (2018). *Penerapan Model Problem Based Learning (PBL) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran IPS Kelas IV MI Islamiyah Sumberrejo Batanghari Tahun Pelajaran 2017/2018*. IAIN Metro.
- Yusuf, Y. (2018). Peningkatan ketrampilan senam lantai siswa kelas VI SDN Dempelan 01 melalui pembelajaran langsung dengan metode JIGSAW. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 8(1), 54–59. <https://doi.org/10.25273/pe.v8i1.2366>
- Zain, A. (2020). *Strategi belajar mengajar*.

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1549/UN34.16/PT.01.04/2024  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

25 Oktober 2024

Yth . **Kepala Sekolah SDN 2 Banyuning**  
**Jalan WR. Supratman Singaraja, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali**

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : I Nyoman Tri Yudana  
NIM : 23060840013  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S2  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis  
Judul Tugas Akhir : IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI SENAM LANTAI ROLL DEPAN PESERTA DIDIK KELAS VI DI SDN 2 BANYUNING KABUPATEN BULELENG  
Waktu Penelitian : 28 Oktober - 30 November 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP 19770218 200801 1 002

## Lampiran 2. Surat Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BULELENG**  
**DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA**  
**SEKOLAH DASAR NEGERI 2 BANYUNING**  
*Jln. Wr. Supratman No 8 Singaraja*



---

---

**SURAT KETERANGAN**  
**NOMOR: 045.2/070/TU/2024**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Desak Putu Sri Sadwity, S.Pd.  
NIP : 19801222 200604 2 021  
Jabatan : Plt. Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Negeri 2 Banyuning

Menerangkan bahwa mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta di bawah ini.

Nama : I Nyoman Tri Yudana  
NIM : 23060840013  
Jurusan/Fakultas : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar S2

Memang benar yang bersangkutan di atas telah melakukan penelitian dan pengumpulan data guna melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Tesis Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 6 Desember 2024

Plt. Kepala SDN 2 Banyuning



*[Handwritten Signature]*  
Desak Putu Sri Sadwity, S.Pd.  
NIP. 19801222 200604 2 021

### Lampiran 3. Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran

#### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Nama satuan Pendidikan** : SDN 2 Banyuning  
**Mata pelajaran** : PJOK  
**Kelas / Semester** : VI / II (Genap)  
**Materi** : Kombinasi pola gerak dominan dalam senam lantai  
**Sub materi** : Guling Depan  
**Alokasi waktu** : 4 JP (1 pertemuan)

#### A. KOMPETENSI INTI (KI)

KI. 1 = Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.

KI. 2 = Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga.

KI. 3 = Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.

KI. 4 = Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

#### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)
3.6 Memahami kombinasi tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/loko-motor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.	3.6.1. <b>Mengidentifikasi</b> kombinasi pola gerak dominan gerak senam lantai. 3.6.2. <b>Menjelaskan</b> gerak kombinasi pola gerak dominan senam lantai guling depan. 3.6.3. <b>Menganalisis</b> kombinasi pola gerak dominan gerakan Awal guling depan dari sikap jongkok dan dari sikap berdiri.

<p>4.6 Mempraktikkan kombinasi tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.</p>	<p>4.6.1 <b>Melakukan</b> kombinasi pola gerak dominan guling depan dari sikap jongkok dan sikap berdiri.</p>
--	---

### C. Tujuan Pembelajaran

1. Melalui kegiatan pembelajaran Peserta didik dapat mengidentifikasi berbagai kombinasi pola gerak dominan senam lantai guling depan dari sikap jongkok dan sikap berdiri dengan baik dan benar.
2. Melalui kegiatan pembelajaran Peserta didik dapat Menjelaskan berbagai kombinasi pola gerak dominan senam lantai guling depan dari sikap jongkok dan sikap berdiri dengan baik dan benar.
3. Melalui kegiatan pembelajaran Peserta didik dapat Menganalisis berbagai kombinasi pola gerak dominan senam lantai guling depan dari sikap jongkok dan sikap berdiri dengan baik dan benar.
4. Melalui kegiatan pembelajaran Peserta didik dapat melakukan berbagai kombinasi pola gerak dominan senam lantai guling depan dari sikap jongkok dan sikap berdiri dengan baik dan benar.

### D. Nilai Karakter

- Percaya diri
- Kerjasama
- Tanggung jawab
- Menghargai teman
- Menjaga keselamatan

### E. Materi Pembelajaran

Gerakan guling depan merupakan salah satu materi senam yang menuntut penguasaan rangkaian keterampilan gerak yang dilakukan secara berurutan. Keterampilan tersebut antara lain memulai dengan sikap jongkok awal yang seimbang, menggunakan tengkuk sebagai penopang saat berguling, berguling dengan tangan memeluk kedua kaki, dan diakhiri dengan sikap jongkok awal yang seimbang. Sikap tumpuan dan guling adalah komponen fundamental dari guling depan dan dari situlah guling depan mendapatkan namanya. Berdasarkan penelitian Sumarni (2017, p. 42) agar peserta didik dapat mengembangkan kemampuannya melakukan guling depan yang berhasil, maka peserta didik harus terlebih dahulu meningkatkan tingkat keberaniannya kemudian meningkatkan koordinasi energi yang berasal dari setiap area tubuhnya. Langkah-langkah melakukan *guling* depan

adalah sebagai berikut:

- a. Sikap awal:
  - 1) Posisi jongkok.
  - 2) Kedua kaki rapat dan tumit diangkat.
  - 3) Pandangan ke depan menghadap ke arah gerakan.
  - 4) Kedua telapak tangan menumpu pada matras.
  - 5) Jari-jari tangan menghadap ke depan dengan kedua lengan lurus sejajar bahu.
- b. Sikap pelaksanaan:
  - 1) Kedua pinggul ke atas sehingga kedua lutut lurus dan berat badan berada padakedua tangan.
  - 2) Tundukkan kepala, dagu menempel ke dada, dan dengan memasukkan di antara kedua tangan sambil menekuk siku.
  - 3) Kepala bagian belakang (tengkuk) diletakkan di atas matras sampai seluruh pundak menyentuh matras.
  - 4) Gulingkan badan ke depan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang menyentuh matras.
  - 5) Saat punggung menyentuh matras segera kedua lutut dilipat dengan kedua tangan memeluk lutut.
- c. Sikap akhir:
  - 1) Kedua kaki mendarat bersama.
  - 2) Posisi jongkok kembali.
  - 3) Kedua lengan lurus ke depan.
  - 4) Telapak tangan menghadap ke bawah.
  - 5) Pandangan ke depan.

## **F. Pendekatan & Metode**

Pendekatan : *Scientific*

Model : *Problem Based Learning*

## **G. Media Pembelajaran**

Media :

- Video dengan judul: Gerak Dasar senam lantai guling depan Link Youtube: [\(6\) Senam Lantai - Guling Depan - YouTube](#)
- Buku Guru & Peserta didik Aktif Berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) Terlampir.
- Bahan ajar (terlampir). Lembar Kerja dan Penilaian gerak dasar guling depan senam lantai

Alat :

- Matras
- Peluit

## H. Sumber Belajar

- Buku Guru & Peserta didik Aktif Berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas VI. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sumber dari internet. [\(507\) Guling Depan - Senam Lantai DBL - YouTube](#)
- Modul yang relevan

## I. Kegiatan Pembelajaran

	Persiapan Guru sebelum melakukan pembelajaran PJOK, yaitu: 1. Menyiapkan perangkat pembelajaran (Silabus, RPP, lembar presensi, lembar pengamatan, dan instrumen penilaian)		
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>			
	1) Membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam dan mengajak peserta didik untuk berdoa Bersama. 2) Melakukan presensi, dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum serta kesiapan dalam mengikuti pembelajaran hari ini 3) Mengaitkan materi pembelajaran dengan pengalaman peserta didik serta mengajukan pertanyaan untuk mengingat materi yang telah dibagikan 4) Menyampaikan motivasi dan arahan tentang manfaat dan tujuan mempelajari materi senam lantai guling depan 5) Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta model pembelajaran yang akan digunakan.		15 Menit
<b>Kegiatan Inti</b>			
	1. Orientasi peserta didik pada masalah  2. Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar  3. Membimbing penyelesaian individual	Guru menjelaskan tujuan pembelajaran, menjelaskan logistik yang di perlukan, pengajuan masalah, memotivasi peserta didik terlibat dalam aktivitas pemecahan masalah yang dipilihnya  Guru membantu peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan tugas belajar yang berhubungan dengan masalah tersebut.  Guru mendorong peserta didik untuk mengumpulkan informasi yang sesuai, melaksanakan eksperimen, untuk mendapatkan penjelasan	85 Menit

	<p>maupun kelompok</p> <p>4. Mengembangkan dan menyajikan hasil belajar</p> <p>5. Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</p>	<p>pemecahan masalah.</p> <p>Guru membantu peserta didik dalam merencanakan dan menyiapkan hasil belajar yang sesuai seperti laporan, video, model dan membantu mereka untuk berbagi tugas dengan kelompoknya.</p> <p>Guru membantu peserta didik melakukan refleksi atau evaluasi terhadap penyelidikan mereka dalam proses-proses yang mereka gunakan.</p>	
<b>Kegiatan Penutup</b>			
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Melakukan gerakan pendinginan sederhana.</li> <li>2) Membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.</li> <li>3) Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.</li> <li>4) Memeriksa pekerjaan peserta didik yang selesai langsung diperiksa.</li> <li>5) Memberikan penghargaan berupa pujian kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik</li> <li>6) Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya</li> <li>7) Mengakhiri kegiatan dengan meminta salah satu peserta didik memimpin Berdoa.</li> </ol>		20 Menit
Jumlah			120 Menit

## J. Penilaian Hasil Belajar

### Instrumen penilaian Aspek Afektif Senam Lantai Guling Depan

Rubrik Penilaian Aspek Sikap (Afektif) Senam Lantai Guling Depan

No	Nama	Sikap yang diamati															Jumlah Skor	Nilai Sikap
		Percaya Diri			Kerja Sama			Tanggung Jawab			Menghargai Teman			Menjaga Keselamatan				
		a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c		
1																		
2																		
3																		
Dst																		

Keterangan :

- Beri tanda (√) pada kriteria terpenuhi yang berarti skor 1
- Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan
- Jumlah skor maksimal = 15

Rumus penilaian aspek *afektif* :

$$\bar{X} = \frac{\sum n}{SMI} \times 20\%$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : Nilai yang diperoleh peserta didik

$\sum n$  : Jumlah skor yang diperoleh

**SMI** : Jumlah skor maksimal ideal

### Instrumen Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai Guling Depan

Rubrik Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif) Senam Lantai Guling Depan

No	Nama	Soal 1					Soal 2					Soal 3					Jumlah
		a	b	c	d	e	a	b	c	d	e	a	b	c	d	e	
1																	
2																	
3																	
Dst.																	

Keterangan :

- Beri tanda (√) pada kriteria terpenuhi yang berarti skor 1
- Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan
- Jumlah skor maksimal = 15

Rumus penilaian aspek *kognitif* :

$$\bar{X} = \frac{\sum n}{SMI} \times 30\%$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : Nilai yang diperoleh peserta didik

$\sum n$  : Jumlah skor yang diperoleh

**SMI** : Jumlah skor maksimal ideal

## Instrumen Penilaian Aspek Psikomotor Senam Lantai Guling depan

Rubrik Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor) Senam Lantai Guling Depan

No	Nama Peserta didik	Aspek yang diamati															Skor	Nilai
		Sikap Awal					Sikap Pelaksanaan					Sikap Akhir						
		a	b	c	d	e	a	b	c	d	e	a	b	c	d	e		
1																		
2																		
Dst.																		

Keterangan :

4. Beri tanda (✓) pada kriteria terpenuhi yang berarti skor 1
5. Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan
6. Jumlah skor maksimal = 15

Rumus penilaian aspek *psikomotor* :

$$\bar{X} = \frac{\sum n}{SMI} \times 50\%$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : Nilai yang diperoleh peserta didik

$\sum n$  : Jumlah skor yang diperoleh

**SMI** : Jumlah skor maksimal ideal

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning

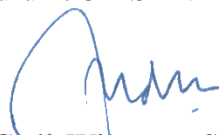


I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 4. Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Siklus I

<b>N O</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>SKOR</b>	<b>NILAI BOBOT (20%)</b>	<b>SKALA 100</b>	<b>PREDIKAT</b>	<b>KATEGORI</b>
1	Kadek Wila Andini	15	20	100	A	T
2	Ketut Eriyantini	15	20	100	A	T
3	Ketut Maha Yadnya	14	19	93	A	T
4	Ketut Ressa Dwi Putra	12	16	80	B	T
5	Ketut Reza Dharma Kencana	14	19	93	A	T
6	Komang Aditya Sedana Putra	15	20	100	A	T
7	Komang Ayu Nanda Trisnawati	15	20	100	A	T
8	Komang Erny Wirayastini	15	20	100	A	T
9	Komang Reevea Inara Putri	15	20	100	A	T
10	Komang Sugiantari Dewi	15	20	100	A	T
11	Luh Keysia Wira Sasmita	15	20	100	A	T
12	Luh Merta Sari	15	20	100	A	T
13	Luh Putu Meisya Dewi	15	20	100	A	T
14	Luh Putu Mikhaela Dinda Prananta	15	20	100	A	T
15	Luh Wahyu Juliadi Putri	14	19	93	A	T
16	Made Arya Ditha Suyasa	14	19	93	A	T
17	Made Bagus Amerta	12	16	80	B	T
18	Made Realy Guna Wijaya	15	20	100	A	T
19	Made Yoga Kurniawan	12	16	80	B	T
20	Nengah Sastra Gautama	15	20	100	A	T
21	Ngurah Arya Vedanta	15	20	100	A	T
22	Ni Kadek Aryayu Vipra Wadanti	14	19	93	A	T
23	Ni Komang Anggi Sri Widari	14	19	93	A	T
24	Ni Luh Ariska Putriama	15	20	100	A	T
25	Ni Luh Deephica Chandani	15	20	100	A	T
26	Ni Luh Putu Desfani Adinda Pratiwi	15	20	100	A	T
27	Ni Putu Linda Listiani	15	20	100	A	T
28	Ni Wayan Sukertiasi	15	20	100	A	T

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning

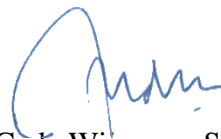


I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 5. Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Siklus I

<b>N O</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>SKOR</b>	<b>NILAI BOBOT (30%)</b>	<b>SKALA 100</b>	<b>PREDIKAT</b>	<b>KATEGORI</b>
1	Kadek Wila Andini	13	26	87	A	T
2	Ketut Eriyantini	12	24	80	B	T
3	Ketut Maha Yadnya	9	18	60	D	TT
4	Ketut Ressa Dwi Putra	12	24	80	B	T
5	Ketut Reza Dharma Kencana	11	22	73	C	TT
6	Komang Aditya Sedana Putra	13	26	87	A	T
7	Komang Ayu Nanda Trisnawati	10	20	67	C	TT
8	Komang Erny Wirayastini	9	18	60	D	TT
9	Komang Reeve Inara Putri	9	18	60	D	TT
10	Komang Sugiantari Dewi	14	28	93	A	T
11	Luh Keysia Wira Sasmita	12	24	80	B	T
12	Luh Merta Sari	10	20	67	C	TT
13	Luh Putu Meisya Dewi	10	20	67	C	TT
14	Luh Putu Mikhaela Dinda Prananta	11	22	73	C	TT
15	Luh Wahyu Juliadi Putri	11	22	73	C	TT
16	Made Arya Ditha Suyasa	10	20	67	C	TT
17	Made Bagus Amerta	11	22	73	C	TT
18	Made Realy Guna Wijaya	10	20	67	C	TT
19	Made Yoga Kurniawan	10	20	67	C	TT
20	Nengah Sastra Gautama	10	20	67	C	TT
21	Ngurah Arya Vedanta	11	22	73	C	TT
22	Ni Kadek Aryayu Vipra Wadanti	12	24	80	B	T
23	Ni Komang Anggi Sri Widari	11	22	73	C	TT
24	Ni Luh Ariska Putriama	11	22	73	C	TT
25	Ni Luh Deephica Chandani	12	24	80	B	T
26	Ni Luh Putu Desfani Adinda Pratiwi	11	22	73	C	TT
27	Ni Putu Linda Listiani	11	22	73	C	TT
28	Ni Wayan Sukertiasi	11	22	73	C	TT

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning



I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 6. Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor) Siklus I

<b>N O</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>SKOR</b>	<b>NILAI BOBOT (50%)</b>	<b>SKALA 100</b>	<b>PREDIKAT</b>	<b>KATEGORI</b>
1	Kadek Wila Andini	10	33	67	C	TT
2	Ketut Eriyantini	12	40	80	B	T
3	Ketut Maha Yadnya	11	37	73	C	TT
4	Ketut Ressa Dwi Putra	10	33	67	C	TT
5	Ketut Reza Dharma Kencana	13	43	87	A	T
6	Komang Aditya Sedana Putra	10	33	67	C	TT
7	Komang Ayu Nanda Trisnawati	11	37	73	C	TT
8	Komang Erny Wirayastini	12	40	80	B	T
9	Komang Reeve Inara Putri	9	30	60	D	TT
10	Komang Sugiantari Dewi	11	37	73	C	TT
11	Luh Keysia Wira Sasmita	10	33	67	C	TT
12	Luh Merta Sari	9	30	60	D	TT
13	Luh Putu Meisya Dewi	11	37	73	C	TT
14	Luh Putu Mikhaela Dinda Prananta	12	40	80	B	T
15	Luh Wahyu Juliadi Putri	9	30	60	D	TT
16	Made Arya Ditha Suyasa	12	40	80	B	T
17	Made Bagus Amerta	12	40	80	B	T
18	Made Realy Guna Wijaya	13	43	87	A	T
19	Made Yoga Kurniawan	11	37	73	C	TT
20	Nengah Sastra Gautama	12	40	80	B	T
21	Ngurah Arya Vedanta	13	43	87	A	T
22	Ni Kadek Aryayu Vipra Wadanti	9	30	60	D	TT
23	Ni Komang Anggi Sri Widari	10	33	67	C	TT
24	Ni Luh Ariska Putriama	10	33	67	C	TT
25	Ni Luh Deephica Chandani	12	40	80	B	T
26	Ni Luh Putu Desfani Adinda Pratiwi	10	33	67	C	TT
27	Ni Putu Linda Listiani	12	40	80	B	T
28	Ni Wayan Sukertiasi	9	30	60	D	TT

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning



I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 7. Data Hasil Belajar Aspek Sikap (Afektif) Siklus II

<b>N O</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>SKOR</b>	<b>NILAI BOBOT (20%)</b>	<b>SKALA 100</b>	<b>PREDIKAT</b>	<b>KATEGORI</b>
1	Kadek Wila Andini	15	20	100	A	T
2	Ketut Eriyantini	15	20	100	A	T
3	Ketut Maha Yadnya	15	20	100	A	T
4	Ketut Ressa Dwi Putra	15	20	100	A	T
5	Ketut Reza Dharma Kencana	15	20	100	A	T
6	Komang Aditya Sedana Putra	15	20	100	A	T
7	Komang Ayu Nanda Trisnawati	15	20	100	A	T
8	Komang Erny Wirayastini	15	20	100	A	T
9	Komang Reeve Inara Putri	15	20	100	A	T
10	Komang Sugiantari Dewi	15	20	100	A	T
11	Luh Keysia Wira Sasmita	15	20	100	A	T
12	Luh Merta Sari	15	20	100	A	T
13	Luh Putu Meisya Dewi	15	20	100	A	T
14	Luh Putu Mikhaela Dinda Prananta	15	20	100	A	T
15	Luh Wahyu Juliadi Putri	15	20	100	A	T
16	Made Arya Ditha Suyasa	15	20	100	A	T
17	Made Bagus Amerta	15	20	100	A	T
18	Made Realy Guna Wijaya	15	20	100	A	T
19	Made Yoga Kurniawan	15	20	100	A	T
20	Nengah Sastra Gautama	15	20	100	A	T
21	Ngurah Arya Vedanta	15	20	100	A	T
22	Ni Kadek Aryayu Vipra Wadanti	15	20	100	A	T
23	Ni Komang Anggi Sri Widari	15	20	100	A	T
24	Ni Luh Ariska Putriama	15	20	100	A	T
25	Ni Luh Deephica Chandani	15	20	100	A	T
26	Ni Luh Putu Desfani Adinda Pratiwi	15	20	100	A	T
27	Ni Putu Linda Listiani	15	20	100	A	T
28	Ni Wayan Sukertiasi	15	20	100	A	T

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning



I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 8. Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan (Kognitif) Siklus II

<b>N O</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>SKOR</b>	<b>NILAI BOBOT (30%)</b>	<b>SKALA 100</b>	<b>PREDIKAT</b>	<b>KATEGORI</b>
1	Kadek Wila Andini	14	28	93	A	T
2	Ketut Eriyantini	14	28	93	A	T
3	Ketut Maha Yadnya	13	26	87	A	T
4	Ketut Ressa Dwi Putra	12	24	80	B	T
5	Ketut Reza Dharma Kencana	12	24	80	B	T
6	Komang Aditya Sedana Putra	13	26	87	A	T
7	Komang Ayu Nanda Trisnawati	13	26	87	A	T
8	Komang Erny Wirayastini	12	24	80	B	T
9	Komang Reeve Inara Putri	12	24	80	B	T
10	Komang Sugiantari Dewi	14	28	93	A	T
11	Luh Keysia Wira Sasmita	12	24	80	B	T
12	Luh Merta Sari	11	22	73	C	TT
13	Luh Putu Meisya Dewi	12	24	80	B	T
14	Luh Putu Mikhaela Dinda Prananta	15	30	100	A	T
15	Luh Wahyu Juliadi Putri	12	24	80	B	T
16	Made Arya Ditha Suyasa	13	26	87	A	T
17	Made Bagus Amerta	12	24	80	B	T
18	Made Realy Guna Wijaya	15	30	100	A	T
19	Made Yoga Kurniawan	11	22	73	C	TT
20	Nengah Sastra Gautama	13	26	87	A	T
21	Ngurah Arya Vedanta	15	30	100	A	T
22	Ni Kadek Aryayu Vipra Wadanti	12	24	80	B	T
23	Ni Komang Anggi Sri Widari	13	26	87	A	T
24	Ni Luh Ariska Putriama	13	26	87	A	T
25	Ni Luh Deephica Chandani	12	24	80	B	T
26	Ni Luh Putu Desfani Adinda Pratiwi	13	26	87	A	T
27	Ni Putu Linda Listiani	12	24	80	B	T
28	Ni Wayan Sukertiasi	15	30	100	A	T

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning



I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 9. Data Hasil Belajar Aspek Keterampilan (Psikomotor) Siklus II

<b>N O</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>SKOR</b>	<b>NILAI BOBOT (50%)</b>	<b>SKALA 100</b>	<b>PREDIKAT</b>	<b>KATEGORI</b>
1	Kadek Wila Andini	13	43	87	A	T
2	Ketut Eriyantini	13	43	87	A	T
3	Ketut Maha Yadnya	14	47	93	A	T
4	Ketut Ressa Dwi Putra	13	43	87	A	T
5	Ketut Reza Dharma Kencana	14	47	93	A	T
6	Komang Aditya Sedana Putra	14	47	93	A	T
7	Komang Ayu Nanda Trisnawati	13	43	87	A	T
8	Komang Erny Wirayastini	12	40	80	B	T
9	Komang Reeve Inara Putri	12	40	80	B	T
10	Komang Sugiantari Dewi	11	37	73	C	TT
11	Luh Keysia Wira Sasmita	12	40	80	B	T
12	Luh Merta Sari	13	43	87	A	T
13	Luh Putu Meisya Dewi	11	37	73	C	TT
14	Luh Putu Mikhaela Dinda Prananta	12	40	80	B	T
15	Luh Wahyu Juliadi Putri	13	43	87	A	T
16	Made Arya Ditha Suyasa	13	43	87	A	T
17	Made Bagus Amerta	12	40	80	B	T
18	Made Realy Guna Wijaya	13	43	87	A	T
19	Made Yoga Kurniawan	14	47	93	A	T
20	Nengah Sastra Gautama	12	40	80	B	T
21	Ngurah Arya Vedanta	13	43	87	A	T
22	Ni Kadek Aryayu Vipra Wadanti	11	37	73	C	TT
23	Ni Komang Anggi Sri Widari	13	43	87	A	T
24	Ni Luh Ariska Putriama	12	40	80	B	T
25	Ni Luh Deephica Chandani	12	40	80	B	T
26	Ni Luh Putu Desfani Adinda Pratiwi	13	43	87	A	T
27	Ni Putu Linda Listiani	13	43	87	A	T
28	Ni Wayan Sukertiasi	13	43	87	A	T

Singaraja, Desember 2024  
Guru PJOK SDN 2 Banyuning



I Gede Wijayasa, S.Pd.  
NIP. 197207172006041023

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian







