



## **Problem Based Learning (PBL): Bagaimana penerapannya dalam pembelajaran teknik *passing* bolavoli?**

### **Problem Based Learning (PBL): How to apply it in learning volleyball passing techniques?**

**Muhammad Fahmi Prayoga**

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi , Universitas PGRI Semarang , Semarang, Indonesia

Received: 27 November 2020; Accepted 12 April 2021; Published 17 April 2021



ABSTRAK	ABSTRACT
<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran <i>problem based learning</i> terhadap hasil pembelajaran teknik <i>passing</i> bolavoli siswa kelas XI IPA 3 dan 4 SMAN 15 Semarang. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif dengan jenis model penelitian <i>Quasi Eksperimen</i>. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA 3 dan 4 SMAN 15 Semarang menggunakan teknik sampel <i>Purposive Sampling</i>. Metode analisis data menggunakan uji <i>paired sample-t-test</i> dengan taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian dari 20 siswa kelas XI IPA 3 (<i>passing</i> bawah) dan 20 siswa kelas XI IPA 4 (<i>passing</i> atas) diketahui bahwa adanya peningkatan hasil belajar <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah melalui penerapan model pembelajaran <i>Problem Based Learning</i>. Kenaikan kelas <i>passing</i> atas sebesar 16%. Kenaikan Kelas <i>passing</i> bawah sebesar 17%. Simpulan penelitian ini adalah ada peningkatan hasil belajar <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah melalui model pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> di SMAN 15 Semarang dikarenakan dalam penggunaan model pembelajaran ini siswa diberi kebebasan dalam belajar.</p> <p><b>Kata Kunci:</b> Model pembelajaran; <i>problem based learning</i>; hasil belajar; bolavoli</p>	<p>This study aims to determine the effect of the problem based learning model on the learning outcomes of volleyball passing technique students of class XI IPA 3 and 4 at SMAN 15 Semarang. The research method used is quantitative research methods with the type of Quasi Experimental research model. The sample of this research was students of class XI IPA 3 and 4 of SMAN 15 Semarang using purposive sampling technique. Methods of data analysis using paired sample-t-test with a significant level of 5%. The results of the research of 20 students of class XI IPA 3 (<i>passing</i> under) and 20 students of class XI IPA 4 (<i>passing</i> over) showed that there was an increase in the learning outcomes of over and under passing through the application of the Problem Based Learning model. Increase in upper passing class by 16%. Increase in Underpass Class by 17%. The conclusion of this research is that there is an increase in the results of learning over and under passing through the Problem Based Learning learning model at SMAN 15 Semarang because in the use of this learning model students are given freedom in learning.</p> <p><b>Keywords:</b> Learning model; problem based learning; learning outcomes; volleyball</p>
<p><b>*Corresponding Author</b> Email: <a href="mailto:fahmiprayoga24@gmail.com">fahmiprayoga24@gmail.com</a></p>	<p> <a href="https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(1).5920">https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(1).5920</a></p>

Copyright © 2021 Muhammad Fahmi Prayoga

**How to Cite:** Prayoga, M. F. (2021). Problem Based Learning (PBL): Bagaimana penerapannya dalam pembelajaran teknik *passing* bolavoli?. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 2(1), 21-26. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2\(1\).5920](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(1).5920)



## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani seyogyanya dimaknai sebagai bentuk pendidikan melalui aktivitas jasmani dalam arti menyeluruh, yaitu memanusiaikan manusia secara utuh (Noprian, Zulrafi, & Kamarudin, 2020). Suatu proses mendidik melalui media aktivitas jasmani, yakni suatu upaya membentuk sehat jasmani yang berdampak pada sehat rohani, sehat mental, sehat sosial, dan bahkan sehat spiritual (Abduljabar, 2014). Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki dua keuntungan utama yaitu keuntungan

fisik dan edukasi (Widiyatmoko & Hudah, 2017). Pendidikan jasmani merupakan program dari bagian pendidikan umum yang memberi kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh yaitu fisik, gerak, mental, dan sosial (Haris, 2018).

Model pembelajaran *problem based learning* merupakan suatu model pembelajaran yang didasarkan berdasarkan pada banyaknya permasalahan yang membutuhkan penyelidikan autentik yakni penyelidikan yang membutuhkan penyelesaian nyata dari permasalahan yang nyata (Trianto, 2011). Selanjutnya pembelajaran *problem based learning* (PBL) adalah suatu pembelajaran yang mana sejak awal siswa dihadapkan pada suatu masalah, kemudian diikuti oleh proses pencarian informasi yang bersifat student centered. PBL bertujuan agar siswa mampu memperoleh dan membentuk pengetahuannya secara efisien, kontekstual, dan terintegrasi (Suprihatiningrum, 2014). Model pembelajaran *problem based learning* adalah suatu model pembelajaran yang melibatkan peserta didik untuk memecahkan suatu masalah melalui tahapan metode ilmiah sehingga peserta didik dapat mempelajari pengetahuan yang berhubungan dengan masalah dan peserta didik dapat memiliki keterampilan untuk memecahkan sebuah masalah (Faturrohman, 2017). *Problem based learning* adalah seperangkat model pengajaran yang menggunakan masalah sebagai fokus untuk mengembangkan keterampilan pemecahan masalah, materi dan pengaturan diri.

Menurut Dewey Jhon dalam Trianto (2011) model pembelajaran ini juga memiliki beberapa kelebihan: (1) menantang kemampuan siswa serta memberikan kepuasan untuk menemukan pengetahuan baru bagi siswa, (2) meningkatkan motivasi dan aktivitas pembelajaran siswa, (3) membantu siswa dalam mentransfer pengetahuan siswa untuk memahami masalah dunia nyata, (4) membantu siswa untuk mengembangkan pengetahuan barunya dan bertanggung jawab dalam pembelajaran yang mereka lakukan, (5) mengembangkan kemampuan siswa untuk berpikir kritis dan mengembangkan kemampuan mereka untuk menyesuaikan dengan pengetahuan baru, (6) memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan yang mereka miliki dalam dunia nyata, (7) mengembangkan minat siswa untuk secara terus menerus belajar sekalipun belajar pada pendidikan formal telah berakhir, (8) Memudahkan siswa dalam menguasai konsep-konsep yang dipelajari guna memecahkan masalah dunia nyata.

Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang memasyarakat di Indonesia (Ismoko & Sukoco, 2013). Bolavoli merupakan cabang olahraga yang cara bermainnya dengan melewatkan bola di atas net, dengan maksud dan tujuannya dapat menjatuhkan bola ke dalam petak lapangan lawan dan untuk mencari kemenangan dalam bermain (Hanggara & Ilahi, 2018). Permainan ini diciptakan oleh William G. Morgan pada 1895 di Kota Holyoke, Amerika Serikat, awalnya permainan ini bernama mintonette, kemudian diubah menjadi volley ball (Irwansyah & K.A., 2017).

Dari data hasil observasi yang dilakukan dengan sample kelas XI-IPA 4 di SMAN 15 Semarang menunjukkan nilai rata-rata kelas hasil belajar *passing* bolavoli mengalami penurunan atau dibawah nilai ketuntasan yaitu 73 dengan minimal ketuntasan nilai 75 dengan hasil: Siswa yang berhasil mendapatkan nilai di atas 75 sebanyak 18 siswa dengan masing-masing perolehan 11 siswa dengan nilai 75 dan 7 siswa mendapatkan nilai 80, sedangkan siswa yang mendapatkan nilai dibawah 75 sebanyak 18 siswa dengan perolehan 4 siswa mendapat nilai 72 dan 14 siswa mendapat nilai 70.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh model *pembelajaran problem based learning* terhadap hasil pembelajaran teknik *passing* bolavoli siswa kelas XI IPA 3 dan 4 SMAN 15 Semarang. Sehingga hal ini yang menjadi dasar penulis melakukan

penelitian mengenai pembelajaran bolavoli dengan model *problem based learning* untuk mengetahui apakah model pembelajaran yang diterapkan oleh penulis dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar *passing* atas dan bawah bolavoli di SMAN 15 Semarang.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan *One-Grup Pretest-Posttest Design* dengan metode penelitian *Quasi Eksperimen* menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pretest posttest* yang memiliki hasil lebih akurat karena membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

01 X 02

- O1 : Nilai *Pretest* (sebelum diberi perlakuan)  
 O2 : Nilai *Posttest* (setelah diberi perlakuan)  
 X : Pemberian perlakuan (Sugiyono, 2014)

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *problem based learning* terhadap hasil belajar *passing* atas dan *passing* bawah bolavoli siswa kelas X IPA di SMAN 15 Semarang. jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi eksperimen* menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pretest posttest* yang memiliki hasil lebih akurat karena membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan, untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan atau tidak. Populasi juga sebagai bagian penting dari sebuah penelitian yang dilakukan sehingga populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 15 Semarang dengan jumlah 216 siswa yang terbagi dari 6 kelas dengan masing-masing kelas berjumlah 36 sebagai populasi. Sample dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA 3 dan 4 di SMAN 15 Semarang. dengan jumlah 40 siswa terdiri dari 20 siswa XI IPA 3 dan 20 siswa XI IPA 4 . Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan (Sugiyono, 2018): (1) terdapat mata pelajaran PJOK bolavoli, (2) kelas dengan nilai PJOK rendah, (3) bersedia mengikuti penelitian, (4) situasi di sekolah yang tidak memungkinkan menggunakan banyak sampel, (5) tidak mengganggu sistem administrasi guru.

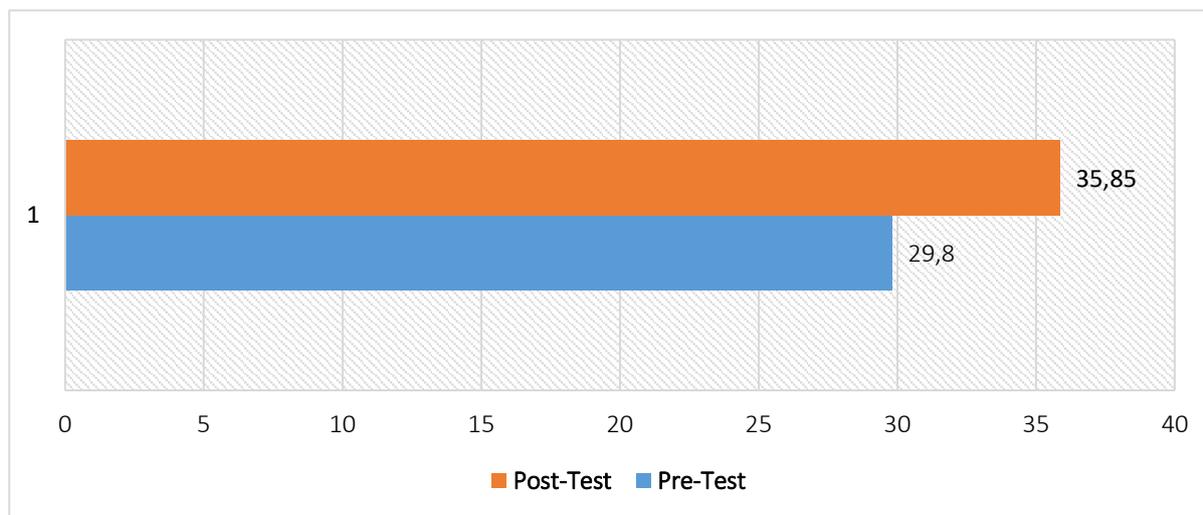
## HASIL

Sesuai dengan rumusan masalah bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *problem based learning* terhadap hasil belajar *passing* atas dan *passing* bawah bolavoli siswa kelas X IPA di SMAN 15 Semarang. Penerapan yang digunakan dalam kelas eksperimen adalah memberikan perlakuan dari awal pembelajaran hingga akhir. Data dalam penelitian ini meliputi *pretest* dan *posttest* kelas eksperimen aspek afektif, kognitif dan psikomotor, hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Data Hasil *Passing* Bawah

<i>Descriptive Statistics</i>						
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	
Pre-Test	20	23	40	29.80	4.312	
Post-Test	20	31	44	35.85	3.483	
Valid N (listwise)	20					

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai rata-rata, standar deviasi, nilai maksimum, dan nilai minimum untuk variabel *pretest* dan *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol. Berdasarkan tabel tersebut maka dapat diklasifikasikan kenaikan nilai dari *pre-test* ke *post-test* seperti pada grafik 1.



Grafik 1. Hasil Belajar Siswa *Passing Atas*

Grafik perbandingan hasil belajar *passing atas* yang meliputi rata-rata aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Berdasarkan grafik perbandingan di atas, diketahui bahwa nilai naik secara signifikan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini ada pengaruh model pembelajaran *problem based learning* terhadap hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 dan XI IPA 4 SMAN 15 Semarang, dengan masing-masing kelas menggunakan materi *passing atas* dan *passing bawah*. Adanya peningkatan hasil belajar yang signifikan. Peningkatan tersebut diketahui dari tiga pengujian yang dilakukan dengan hasil uji normalitas sig.200 atau dapat diartikan  $> 0,05$ , uji homogenitas menunjukkan bahwa variabel memiliki varian yang sama dengan hasil based on mean sig.0,20  $> 0,05$  dan uji paired sampel t test dengan hasil sig.0,00 atau  $< 0,05$ , rata-rata nilai awal *passing atas pretest* sebesar 30,50 dan nilai akhir *posttest* sebesar 36,20. Dari nilai tersebut mengalami peningkatan sebesar 16%. Dan juga peningkatan pada hasil belajar *passing bawah* diketahui dari tiga pengujian yang dilakukan dengan hasil uji normalitas sig.200 atau dapat diartikan  $> 0,05$ , uji homogenitas menunjukkan bahwa variabel memiliki varian yang sama dengan hasil based on mean sig.132  $> 0,05$  dan uji paired sampel t test dengan hasil sig.0,00 atau  $< 0,05$ , rata-rata nilai awal *passing bawah pretest* sebesar 29,80 dan nilai akhir *posttest* sebesar 35,85. Dari nilai tersebut mengalami peningkatan sebesar 17%. Berdasarkan hasil penelitian Muharram dan Kholis (2018) menyatakan bahwa model pembelajaran PBL merupakan salah satu dari banyak model pembelajaran inovatif. Model ini menyajikan suatu kondisi belajar siswa aktif serta melibatkan siswa dalam suatu pemecahan masalah melalui tahap-tahap metode ilmiah. Melalui PBL ini diharapkan siswa dapat mempelajari pengetahuan yang berhubungan dengan masalah yang disajikan serta dapat memiliki suatu keterampilan dalam memecahkan masalah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Suzianto dan Damanik (2019) menyatakan bahwasannya penerapan PBL dapat memperbaiki proses belajar *passing bawah* bolavoli.

Khususnya gerakan tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap lanjutan sehingga menjadi Salah satu faktor yang mendukung keberhasilan pembelajaran adalah penggunaan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tujuan pelajaran yang ingin dicapai. Sehingga pemilihan model yang tepat akan dapat meningkatkan minat dan perhatian yang kurang dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian Darmawan et al., (2017) menyatakan bahwa model pembelajaran berbasis masalah dalam pembelajaran *passing* bawah bolavoli berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar siswa. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa terdapat perbedaan hasil belajar *passing* bawah bolavoli antara siswa yang dibelajarkan menggunakan model pembelajaran berbasis masalah dengan siswa yang dibelajarkan dengan menggunakan model pembelajaran konvensional.

Dari hasil penelitian di atas dapat diartikan bahwa model pembelajaran *problem based learning* dapat membantu siswa mendapat hasil belajar yang maksimal karena siswa lebih dituntut untuk lebih memahami permasalahan yang terjadi dan mencari solusi bagaimana agar permasalahan dapat terselesaikan, sehingga membuat siswa lebih aktif berfikir dan lebih kritis dalam menghadapi permasalahan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka disimpulkan bahwa ada peningkatan hasil belajar yang signifikan melalui model pembelajaran *problem based learning*. Sedangkan pada pembelajaran praktik diperoleh hasil ada perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* kelas eksperimen atau dapat diartikan bahwa *treatment* efektif meningkatkan hasil belajar *passing* atas dan *passing* bawah karena ada perbedaan nilai sebelum dan sesudah diberi *treatment* yang dilakukan pada siswa kelas XI IPA 3 dan 4 SMAN 15 Semarang. Rekomendasi penelitian ke depannya, disarankan agar peneliti lain bisa melanjutkan penelitian ini ke depannya dengan jumlah sampel yang lebih besar agar mendapatkan hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2014). Memperkokoh pendidikan karakter melalui mediasi aktivitas jasmani berbasis nilai. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 2, 97-107. <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i2.2180>
- Darmawan, D., Yane, S., Rusman, Susanto, A., Suzianto, S., Damanik, S., ... Rohmansyah N.A. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4\(2\).3760](https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4(2).3760)
- Faturrohman, M. (2017). *Model-Model Pembelajaran Inovatif Alternatif Desain Pembelajaran yang Menyenangkan*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hanggara, D., & Ilahi, B. R. (2018). Implementasi Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 1, 2 dan 3 Bengkulu Tengah. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 16-22. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i1.9182>
- Haris, I. N. (2018). Model Pembelajaran Peer Teaching dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Biomatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1-10.

- Irwansyah, & K.A., N. (2017). *PJOK untuk SMA/MA/SMK/MAK kelas X*. Bandung: Gafindo Media Pratama.
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh metode latihan dan koordinasi terhadap power tungkai atlet bolavoli junior putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1-12. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2339>
- Muharram, N. A., & Kholis, M. N. (2018). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas Melalui Model Pembelajaran Problem Based Introduction Dalam Permainan Bolavoli. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 5(2), 103-107.
- Noprian, A., Zulrafi., & Kamarudin. (2020). Penggunaan metode modifikasi dalam meningkatkan kemampuan *smash* permainan bolavoli *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(2), 120-127. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(2\).5144](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(2).5144)
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suprihatiningrum, J. (2014). *Strategi Pembelajaran*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Suzianto, S., & Damanik, S. (2019). Penerapan model problem based learning dalam meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa kelas VIII-2 SMP Negeri 27 Medan Tp. 2018/2019. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 18(1), 14-24. <https://doi.org/10.24114/jik.v18i1.14302>
- Trianto. (2011). *Model-model Pembelajaran Inovatif*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Widiyatmoko., F. A., & Hudah, M. (2017). Evaluasi Implementasi Pendidikan Nilai Dalam Pembelajaran Penjas. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, 3(2), 44-60.