

Penerapan Permainan Edukatif Dengan Model **Problem Based Learning** Untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa Dalam Pembelajaran PJOK

SMK N 8 Semarang Tahun Pelajaran 2024/2025

Rukanah¹, Rina Dwi Setyawati², Tubagus Herlambang³, Dewi Trisnasari⁴

¹ PPG Calon Guru Gelombang 2, LPTK Universitas PGRI Semarang

^{2,3} Progam Studi Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Jalan Dokter Cipto No, 24, Karangtempel, Kec Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 5032

⁴ SMK Negeri 8 Semarang, Jalan Pandanaran 2 No. 12, Mugassari, Kota Semarang, Jawa Tengah 50249

Email: ¹rukanahprasetya@gmail.com

Email: ²rinadwisetyawati@upgris.ac.id

Email: ³tubagusherlambang@upgris.ac.id

Email: ⁴dewitrisnasari68@guru.smk.belajar.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada materi gaya hidup sehat melalui penerapan permainan edukatif Monopoli berbasis model *Problem Based Learning* (PBL). Latar belakang penelitian ini adalah rendahnya partisipasi siswa dalam pembelajaran teori PJOK yang disebabkan oleh metode penyampaian yang monoton dan kurang melibatkan siswa secara aktif. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus di kelas X SMK Negeri 8 Semarang tahun pelajaran 2024/2025. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus, setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Instrumen yang digunakan meliputi lembar observasi, angket, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini yaitu pada tahap pre-test sebesar 38,75%, menjadi 57,5% pada siklus I, dan meningkat signifikan menjadi 86,25% pada siklus II. Penerapan permainan edukatif Monopoli berbasis PBL terbukti efektif dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, interaktif, dan kontekstual. Dengan demikian, strategi ini direkomendasikan untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK.

Kata kunci: PJOK, Problem Based Learning, permainan edukatif, Monopoli, partisipasi siswa.

ABSTRACT

This study aims to increase student participation in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning on the topic of healthy lifestyles through the implementation of an educational Monopoly game based on the Problem-Based Learning (PBL) model. The background of this research lies in the low level of student participation in theoretical PJOK lessons, which is caused by monotonous teaching methods and a lack of active student engagement. This study is a Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles at Grade X of SMK Negeri 8 Semarang during the 2024/2025 academic year. Each cycle consists of the stages of planning, implementation, observation, and reflection. The instruments used in the study include observation sheets, questionnaires, interviews, and documentation. The findings revealed that participation levels increased from 38,75% during the pre-test phase to 57,5% in the first cycle and significantly rose to 86,25% in the second cycle. The implementation of the educational Monopoly game based on PBL proved to be effective in creating a fun, interactive, and contextual learning environment. Therefore, this strategy is recommended to enhance student engagement in PJOK learning

Keywords: PJOK, Problem Based Learning, educational game, Monopoly, student participation.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang memiliki peran strategis dalam membentuk manusia yang sehat secara fisik, mental, dan sosial. PJOK tidak hanya mengajarkan keterampilan motorik dan kebugaran jasmani, tetapi juga menanamkan nilai-nilai hidup sehat, sportivitas, kerja sama, dan disiplin. Tujuan utama dari PJOK sebagaimana dinyatakan dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 24 Tahun 2016 adalah mengembangkan potensi siswa agar memiliki gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Salah satu materi penting dalam mata pelajaran PJOK adalah gaya hidup sehat, yang mencakup pemahaman mengenai pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur, istirahat cukup, kebersihan pribadi, serta pengelolaan stres. Materi ini sangat relevan dalam konteks kehidupan moderen, di mana berbagai tantangan gaya hidup tidak sehat semakin marak, seperti konsumsi makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan komponen penting dalam kurikulum pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, sosial, dan emosional peserta didik secara terpadu. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran penting yang tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik siswa, tetapi juga untuk membentuk sikap, keterampilan hidup sehat, serta membangun karakter. Dalam praktiknya, pembelajaran PJOK tidak selalu dilakukan secara praktik fisik, tetapi juga mencakup materi teori, salah satunya adalah gaya hidup sehat.

Namun, kenyataannya menunjukkan bahwa keterlibatan siswa dalam pembelajaran teori PJOK masih tergolong rendah. Hal ini dikarenakan metode penyampaian yang kurang menarik, minimnya media pembelajaran inovatif, serta pendekatan yang tidak melibatkan siswa secara aktif. Partisipasi aktif siswa merupakan salah satu indikator keberhasilan pembelajaran. Menurut Sardiman (2012), keaktifan siswa akan meningkat apabila proses pembelajaran dilakukan melalui kegiatan yang menyenangkan, kontekstual, dan memberi ruang untuk berpikir kritis. Oleh karena itu, diperlukan strategi pembelajaran yang mampu menjawab tantangan ini. Menurut Siedentop (2011), pembelajaran PJOK yang efektif tidak hanya berfokus pada aktivitas fisik, tetapi juga pada pengembangan keterampilan hidup sehat dan nilai-nilai sosial. Salah satu materi penting dalam PJOK adalah gaya hidup sehat, yang mencakup pemahaman dan penerapan pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur, manajemen stres, dan kebiasaan hidup bersih. dan kebiasaan begadang yang berdampak negatif terhadap kesehatan remaja.

Dalam praktiknya, pembelajaran teori PJOK seperti gaya hidup sehat kerap mengalami kendala, khususnya terkait minimnya partisipasi aktif siswa. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di kelas X SMK Negeri 8 Semarang tahun pelajaran 2024/2025, ditemukan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan rendahnya minat dan keterlibatan dalam pembelajaran teori. Siswa terlihat pasif, tidak antusias dalam mengikuti diskusi, dan kurang termotivasi untuk memahami konsep-konsep yang disampaikan. Hal ini menjadi indikator bahwa model pembelajaran yang digunakan belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan dan karakteristik belajar siswa. Menurut Sardiman (2012), keaktifan siswa dalam pembelajaran sangat dipengaruhi oleh metode yang digunakan. Jika pembelajaran dilakukan dengan cara yang monoton, satu arah, dan tidak melibatkan siswa secara langsung, maka kemungkinan besar siswa akan merasa bosan dan tidak tertarik. Hal ini diperkuat oleh hasil survei awal yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengaku lebih menyukai pembelajaran yang melibatkan aktivitas langsung, permainan, atau simulasi yang kontekstual.

Dalam konteks ini, perlu dilakukan inovasi pembelajaran yang mampu mengubah suasana belajar menjadi lebih menarik, menyenangkan, serta melibatkan siswa secara aktif. Salah satu model yang dianggap efektif adalah Problem Based Learning (PBL). Model PBL menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran, di mana mereka belajar melalui penyelesaian masalah nyata yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari. Menurut Arends (2012), PBL tidak hanya meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan kemampuan pemecahan masalah, tetapi juga meningkatkan keterlibatan siswa secara emosional dan sosial.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan inovasi pembelajaran yang tidak hanya menyampaikan materi, tetapi juga mampu membangkitkan minat dan keterlibatan siswa.

Salah satu pendekatan yang dinilai efektif adalah *model Problem Based Learning (PBL)*. Menurut Arends (2012), PBL merupakan model pembelajaran yang berpusat pada siswa, di mana siswa belajar melalui keterlibatan aktif dalam memecahkan permasalahan nyata yang relevan dengan kehidupan mereka. PBL dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis, kerja sama, serta motivasi belajar siswa karena mereka merasa memiliki peran dalam proses pembelajaran. Model *Problem Based Learning* (PBL) merupakan salah satu model pembelajaran yang menekankan pada proses berpikir kritis melalui pemecahan masalah nyata. PBL memberikan ruang bagi siswa untuk terlibat secara aktif dalam diskusi kelompok, pengambilan keputusan, dan refleksi. Untuk menunjang efektivitas model ini, dibutuhkan media pembelajaran yang interaktif dan sesuai dengan karakteristik siswa.

Permainan edukatif monopoli dipilih dalam penelitian ini sebagai media untuk mengintegrasikan materi gaya hidup sehat. Permainan ini dimodifikasi dengan konten edukatif yang sesuai dengan indikator gaya hidup sehat seperti pola makan, kebersihan, olahraga, dan istirahat. Dalam proses bermain, siswa diajak untuk memecahkan masalah, berdiskusi, dan berkolaborasi, sesuai dengan prinsip dalam PBL. Lebih lanjut, penggunaan permainan sebagai media pembelajaran telah terbukti dapat meningkatkan motivasi dan antusiasme siswa. Menurut Piaget (1951), aktivitas bermain merupakan sarana penting dalam perkembangan kognitif dan sosial anak. Dalam konteks pembelajaran, bermain dapat dijadikan metode untuk menyalurkan energi, minat, dan kreativitas siswa ke dalam kegiatan yang bermakna. Pemilihan monopoli sebagai permainan edukatif bukan hanya karena popularitasnya di kalangan siswa, tetapi juga fleksibilitasnya untuk dimodifikasi sesuai kebutuhan pembelajaran.

Agar implementasi model PBL berjalan efektif, diperlukan media pembelajaran yang mampu menarik perhatian siswa dan sesuai dengan gaya belajar mereka. Dalam hal ini, permainan edukatif menjadi alternatif yang menarik. Piaget (1951) menyatakan bahwa bermain adalah sarana penting dalam perkembangan kognitif anak, dan dalam konteks pendidikan, bermain dapat menjadi jembatan antara pengalaman nyata dan pemahaman konsep. Salah satu permainan edukatif yang dapat dimanfaatkan adalah Monopoli, yang populer di kalangan siswa dan mudah dimodifikasi sesuai kebutuhan pembelajaran. Permainan edukatif Monopoli dimodifikasi dalam penelitian ini untuk memuat konten gaya hidup sehat, seperti zona pola makan seimbang, aktivitas fisik, istirahat, kebersihan, dan stres. Dalam proses bermain, siswa tidak hanya mengikuti aturan permainan, tetapi juga berdiskusi, memecahkan masalah, dan membuat keputusan berdasarkan konteks yang diberikan—selaras dengan prinsip PBL. Prastowo (2013) menekankan bahwa media pembelajaran yang variatif dan menyenangkan dapat menciptakan suasana belajar yang lebih hidup dan meningkatkan partisipasi aktif siswa.

Penelitian terdahulu mendukung pendekatan ini. Hapsari (2020) menunjukkan bahwa penggunaan permainan edukatif dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan motivasi dan pemahaman siswa terhadap materi gaya hidup sehat. Sementara itu, Wahyuni (2022) membuktikan bahwa penerapan model PBL dalam pembelajaran PJOK secara signifikan meningkatkan keterlibatan dan kemampuan berpikir kritis siswa.

Dengan mempertimbangkan latar belakang tersebut, maka penelitian tindakan kelas ini dirancang dengan judul: "Penerapan Permainan Edukatif Monopoli Berbasis Problem Based Learning (PBL) untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa dalam Pembelajaran PJOK Materi Gaya Hidup Sehat di Kelas X SMK Negeri 8 Semarang." Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah penerapan permainan edukatif Monopoli berbasis Problem Based Learning dapat meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK materi gaya hidup sehat?

Untuk mengatasi rendahnya partisipasi siswa dalam pembelajaran teori PJOK, peneliti merancang strategi pembelajaran berbasis Problem Based Learning (PBL) dengan media permainan edukatif Monopoli. Melalui pendekatan ini, siswa akan diajak untuk: Memecahkan masalah gaya hidup sehat dalam konteks bermain, Berdiskusi dan berkolaborasi secara aktif,

Mengalami pembelajaran yang lebih menyenangkan dan bermakna. Model ini dirancang untuk mengaktifkan siswa secara fisik dan kognitif, sehingga meningkatkan partisipasi mereka dalam memahami materi teori. Tujuan dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk: Mengetahui proses penerapan permainan edukatif Monopoli berbasis Problem Based Learning dalam pembelajaran PJOK materi gaya hidup sehat, Meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran teori PJOK melalui pendekatan tersebut.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi gaya hidup sehat melalui penerapan model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) yang didukung dengan media permainan edukatif Monopoli. Penelitian ini dilaksanakan di kelas X SMK Negeri 8 Semarang pada semester genap tahun pelajaran 2024/2025, dengan jumlah subjek sebanyak 32 siswa. Pemilihan kelas ini didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan rendahnya partisipasi siswa dalam pembelajaran teori PJOK. Siswa cenderung pasif, kurang antusias, serta tidak terlibat aktif dalam diskusi maupun kegiatan pembelajaran lainnya.

Menurut Arikunto (2010), Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran melalui tindakan tertentu yang dirancang secara sistematis. PTK juga bersifat reflektif, kolaboratif, dan kontekstual. Sanjaya (2010) menambahkan bahwa PTK menjadi salah satu upaya profesional guru dalam mengembangkan metode mengajar yang lebih efektif berdasarkan pada masalah nyata yang dihadapi siswa. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, di mana masing-masing siklus terdiri atas empat tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi, sebagaimana dijelaskan oleh Kemmis dan McTaggart (1988). Adapun mengenai tahapan penelitian terdapat dalam grafik tahapan sebagai berikut:



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas **Sumber :** (Indriani,2022)

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun perangkat pembelajaran berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Modul, instrumen observasi, angket, serta desain permainan Monopoli yang dimodifikasi sesuai dengan indikator materi gaya hidup sehat. Permainan

edukatif ini berisi konten tentang pola makan sehat, olahraga, kebersihan diri, istirahat cukup, dan manajemen stres, yang diintegrasikan dalam bentuk tantangan dan pertanyaan selama bermain. Pelaksanaan tindakan dilakukan dengan menerapkan model pembelajaran Problem Based Learning (PBL). Menurut Arends (2012), PBL menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran, di mana mereka dihadapkan pada masalah nyata dan diajak untuk menyelesaiakannya melalui diskusi, kolaborasi, dan refleksi. Sementara itu, Hmelo-Silver (2004) menyatakan bahwa PBL sangat efektif dalam menumbuhkan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan kerja sama tim.

Selama proses pembelajaran berlangsung, dilakukan observasi partisipasi siswa, yang mencakup keterlibatan dalam diskusi, mengajukan dan menjawab pertanyaan, antusiasme bermain, dan kerja sama kelompok. Tahap refleksi dilakukan bersama guru kolaborator untuk menilai sejauh mana tindakan telah mencapai tujuan dan menentukan perbaikan pada siklus berikutnya. Refleksi penting dilakukan untuk memahami dampak pembelajaran dan merancang strategi lanjutan yang lebih efektif (Hopkins, 2008).

Untuk teknik analisis data, digunakan pendekatan deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari observasi dan wawancara, sedangkan data kuantitatif diperoleh dari angket dan lembar penilaian partisipasi siswa. Data dianalisis dengan menghitung persentase partisipasi siswa yang aktif dalam pembelajaran berdasarkan indikator yang telah ditentukan. Menurut Sudjana (2009), analisis data kuantitatif dapat digunakan untuk melihat peningkatan hasil dari siklus ke siklus. Persentase dihitung dengan rumus:

$$\text{Presentase} = \left(\frac{\text{Jumlah siswa yang mencapai indikator}}{\text{Jumlah seluruh siswa}} \right) \times 100\%$$

Indikator keberhasilan dalam penelitian ini ditetapkan berdasarkan kriteria dari Arikunto (2010), yaitu apabila sebanyak $\geq 85\%$ siswa menunjukkan peningkatan partisipasi aktif dalam pembelajaran, maka tindakan dikatakan berhasil. Partisipasi aktif siswa dinilai melalui empat aspek utama: (1) Menjawab pertanyaan guru, (2) Terlibat dalam diskusi kelompok (3) Antusias mengikuti pembelajaran (4) Mengaitkan materi dengan kehidupan (5) Bartanya/berpendapat secara mandiri. Pendekatan ini juga diperkuat oleh pendapat Mills (2007) yang menyatakan bahwa keberhasilan dalam PTK dapat diukur dari adanya perubahan perilaku belajar siswa secara signifikan yang ditunjukkan melalui data empiris. Oleh karena itu, dengan penerapan model PBL berbasis permainan Monopoli, diharapkan tercipta proses pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan bermakna sehingga siswa dapat memahami materi gaya hidup sehat secara lebih efektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pra-Siklus

Sebelum tindakan dilakukan, peneliti melaksanakan observasi awal pada pembelajaran PJOK materi gaya hidup sehat di kelas X SMK Negeri 8 Semarang. Tujuan dari pra siklus ini adalah untuk mengetahui sejauh mana partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran teori PJOK dengan metode konvensional yang biasa digunakan guru. Berdasarkan hasil pengamatan, diketahui bahwa partisipasi siswa masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari minimnya siswa yang aktif dalam bertanya, menjawab pertanyaan, maupun terlibat dalam diskusi kelompok. Mayoritas siswa cenderung pasif, kurang antusias, dan tampak tidak terlibat secara optimal dalam kegiatan pembelajaran.

Pada tahap pra-siklus, partisipasi siswa dalam pembelajaran teori PJOK masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari sebagian besar indikator yang belum mencapai 50%. Dari 32 siswa, hanya 13 siswa (40.6%) yang aktif menjawab pertanyaan guru. Sementara itu, keterlibatan dalam diskusi kelompok baru mencapai 14 siswa (43.75%). Antusiasme siswa mengikuti pembelajaran mencapai 56.25% (18 siswa), yang menjadi indikator tertinggi pada tahap ini. Indikator mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari dicapai oleh 11 siswa (34.4%), dan indikator bertanya atau berpendapat secara mandiri hanya diikuti oleh 6 siswa (18.75%). Hasil ini menunjukkan bahwa diperlukan upaya intervensi berupa model

pembelajaran dan media yang lebih inovatif dan interaktif. Untuk lebih jelasnya pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Partisipasi Siswa Pra-Siklus

No	Indikator Partisipasi	Jumlah Siswa	Percentase
1	Menjawab pertanyaan guru	13	40.6%
2	Terlibat dalam diskusi kelompok	14	43.75%
3	Antusias mengikuti pembelajaran	18	56.25%
4	Mengaitkan materi dengan kehidupan	11	34.4%
5	Bertanya/berpendapat secara mandiri	6	18.75%

Sumber: Data peneliti

Dari data tersebut, terlihat bahwa tidak satu pun indikator yang mencapai batas keberhasilan minimal sebesar 85% sesuai dengan kriteria keberhasilan menurut Arikunto (2010). Hasil partisipasi siswa pada pra-siklus sebesar 38,75%. Rendahnya partisipasi ini diduga disebabkan oleh penggunaan metode pembelajaran yang kurang bervariasi, minimnya media pendukung, dan kurangnya aktivitas yang melibatkan siswa secara langsung dalam proses pembelajaran teori. Hal ini sejalan dengan pendapat Sardiman (2012) yang menyatakan bahwa keaktifan siswa dalam pembelajaran sangat dipengaruhi oleh strategi dan pendekatan yang digunakan guru.

Berdasarkan hasil pra siklus tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa diperlukan suatu tindakan pembelajaran yang lebih inovatif dan partisipatif untuk meningkatkan keaktifan siswa. Oleh karena itu, dilakukan perencanaan penerapan model Problem Based Learning (PBL) berbantu media permainan edukatif Monopoli pada siklus I sebagai alternatif solusi.

Siklus I

Setelah dilakukan observasi awal (pra siklus) yang menunjukkan rendahnya partisipasi siswa dalam pembelajaran teori PJOK, maka peneliti melaksanakan tindakan pada Siklus I dengan menerapkan model Problem Based Learning (PBL) berbantu media permainan edukatif Monopoli. Pelaksanaan tindakan pada Siklus I berlangsung dalam 1 kali pertemuan. Pada tahap ini, siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil dan diberikan permainan monopoli yang telah dimodifikasi dengan konten edukatif mengenai gaya hidup sehat. Dalam prosesnya, siswa dihadapkan pada situasi permainan yang menuntut mereka berdiskusi, memecahkan masalah, serta menjawab pertanyaan-pertanyaan berbasis kehidupan nyata.

Berdasarkan hasil observasi, terjadi peningkatan partisipasi siswa dibandingkan dengan pra siklus. Berikut ini adalah data partisipasi siswa pada Siklus I. Setelah dilaksanakan tindakan pada Siklus I dengan menggunakan model Problem Based Learning berbantu media permainan edukatif Monopoli, terlihat adanya peningkatan partisipasi siswa di seluruh indikator. Siswa yang aktif menjawab pertanyaan guru meningkat menjadi 18 siswa (56.25%), dan yang terlibat dalam diskusi kelompok bertambah menjadi 22 siswa (68.75%). Antusiasme siswa mencapai 26 siswa (81.25%). Peningkatan juga terjadi pada indikator mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari (50%) dan bertanya/berpendapat secara mandiri menjadi 10 siswa (31.25%). Meskipun peningkatan ini cukup signifikan yaitu sebesar 57,5% dibandingkan dengan pra-siklus, Namun terdapat indikator-indikator yang belum tercapai. Menurut Arikunto (2010), suatu tindakan dikatakan berhasil apabila sekurang-kurangnya 85% siswa mencapai indikator yang ditetapkan. Maka dari itu, tindakan perlu dilanjutkan ke Siklus II untuk mengoptimalkan partisipasi siswa dan mencapai target keberhasilan.beberapa indikator . Berikut tabel 2 partisipasi siswa pada siklus 1

Tabel 2. Partisipasi Siswa Siklus I

No	Indikator Partisipasi	Jumlah Siswa	Percentase
1	Menjawab pertanyaan guru	18	56.25%
2	Terlibat dalam diskusi kelompok	22	68.75%

3	Antusias mengikuti pembelajaran	26	81.25%
4	Mengaitkan materi dengan kehidupan	16	50.0%
5	Bertanya/berpendapat secara mandiri	10	31.25%

Sumber : Data peneliti

Siklus II

Setelah dilakukan tindakan pada Siklus I yang menunjukkan peningkatan partisipasi siswa namun belum memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan, maka dilanjutkan dengan Siklus II. Pada siklus ini, peneliti melakukan beberapa perbaikan berdasarkan hasil refleksi sebelumnya, antara lain: Memberikan pengarahan yang lebih jelas mengenai aturan permainan dan peran setiap anggota kelompok, Memberikan motivasi dan penghargaan (reward) bagi kelompok yang aktif dan kooperatif, Mendorong keterlibatan individu, terutama siswa yang sebelumnya cenderung pasif, agar berani bertanya dan mengemukakan pendapat.

Kegiatan pembelajaran masih menggunakan model Problem Based Learning (PBL) berbantu media permainan edukatif Monopoli yang telah dimodifikasi sesuai dengan indikator materi gaya hidup sehat. Permainan dikondisikan lebih dinamis, interaktif, dan disesuaikan dengan konteks nyata yang lebih dekat dengan kehidupan siswa. Hasil observasi menunjukkan bahwa partisipasi siswa meningkat secara signifikan pada semua indikator dan sebagian besar sudah melampaui batas keberhasilan pada siklus 2 sebesar 86,25%.

Pada tahap Siklus II, hasil partisipasi siswa menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan. Sebagian besar indikator telah melampaui batas keberhasilan 85% seperti yang disampaikan oleh Arikunto (2010), bahwa suatu tindakan dianggap berhasil jika mencapai lebih dari 85% ketercapaian. Siswa yang aktif menjawab pertanyaan guru meningkat menjadi 28 siswa (87.5%), dan keterlibatan dalam diskusi kelompok mencapai 30 siswa (93.75%). Antusiasme siswa bahkan mencapai angka maksimal, yaitu 32 siswa (100%). Indikator mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari meningkat menjadi 81.25% (26 siswa), dan indikator bertanya atau berpendapat secara mandiri meningkat drastis menjadi 22 siswa (68.75%). Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan PBL dengan permainan Monopoli efektif dalam meningkatkan partisipasi siswa secara signifikan. Berikut untuk lebih jelasnya dapat disajikan pada tabel 3 siklus 2 sebagai berikut:

Tabel 3. Partisipasi Siswa Siklus II

No	Indikator Partisipasi	Jumlah Siswa	Percentase
1	Menjawab pertanyaan guru	28	87.5%
2	Terlibat dalam diskusi kelompok	30	93.75%
3	Antusias mengikuti pembelajaran	32	100%
4	Mengaitkan materi dengan kehidupan	26	81.25%
5	Bertanya/berpendapat secara mandiri	22	68.75%

Sumber: Data peneliti

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK melalui penerapan permainan edukatif *Monopoli Gaya Hidup Sehat* dengan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL). Berdasarkan hasil observasi partisipasi siswa kelas X SMK N 8 Semarang yang berjumlah 32 orang, terlihat bahwa terjadi peningkatan signifikan pada semua indikator partisipasi setelah dilakukan tindakan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan selama dua siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan edukatif Monopoli Gaya Hidup Sehat berbasis model *Problem Based Learning* dapat meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK. Hal ini dibuktikan dari peningkatan persentase ketercapaian indikator partisipasi siswa, yaitu dari 38,75% pada pre-test, menjadi 57,5% pada siklus I, dan meningkat signifikan menjadi 86,25% pada siklus II. Sebagian besar siswa mulai menunjukkan partisipasi aktif seperti menjawab pertanyaan guru, berdiskusi kelompok, dan berani mengemukakan pendapat. Dengan demikian, media dan model pembelajaran yang inovatif mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan

dan meningkatkan keterlibatan siswa secara menyeluruh. Berikut dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 1. Partisipasi Siswa

KESIMPULAN

Penerapan permainan edukatif monopoli dengan model Problem Based Learning terbukti dapat meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK pada materi gaya hidup sehat. Permainan ini membantu menciptakan suasana belajar yang aktif, menyenangkan, dan kolaboratif. Diharapkan metode ini dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran PJOK yang lebih kontekstual dan efektif. Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam dua siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan edukatif Monopoli berbasis model *Problem Based Learning* (PBL) secara efektif dapat meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi gaya hidup sehat. Peningkatan terlihat dari lima indikator partisipasi, yaitu kemampuan menjawab pertanyaan, aktif berdiskusi, menunjukkan antusiasme, mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari, serta keberanian dalam bertanya dan mengemukakan pendapat. Pembelajaran menjadi lebih menarik, interaktif, dan kontekstual, sehingga siswa merasa lebih terlibat dan termotivasi untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses belajar.

Bagi Guru PJOK Disarankan untuk mengembangkan dan menerapkan model pembelajaran inovatif seperti *Problem Based Learning* yang dikombinasikan dengan permainan edukatif untuk meningkatkan keterlibatan siswa, terutama dalam materi teori dan Saran untuk penelitian ini adalah guru dapat berkreatif dengan menemukan modifikasi pembelajaran PJOK di kelas yang beragam, agar peserta didik tidak mudah bosan dalam pembelajaran teori. Bagi Sekolah Perlu adanya dukungan sarana dan prasarana yang memadai agar proses pembelajaran berbasis permainan edukatif dapat terlaksana dengan optimal. Bagi Peneliti Selanjutnya Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk mengembangkan media pembelajaran lain yang serupa atau mengadaptasi permainan edukatif dalam materi PJOK lainnya maupun pada mata pelajaran lain yang cenderung bersifat teoritis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dengan judul "*Peningkatan Partisipasi Siswa dalam Pembelajaran PJOK Materi Gaya Hidup Sehat Melalui Model Problem Based Learning Berbantu Media Permainan Edukatif Monopoli di Kelas X SMK Negeri 8 Semarang Tahun Pelajaran 2024/2025.*"

Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan kontribusi dalam proses penyusunan laporan ini, antara lain:

1. Kepala SMK Negeri 8 Semarang, yang telah memberikan izin, kesempatan, dan fasilitas untuk melaksanakan penelitian ini di lingkungan sekolah.
2. Wakil Kepala Sekolah Bidang Kurikulum, guru mata pelajaran, serta seluruh dewan guru dan tenaga kependidikan SMK Negeri 8 Semarang yang telah membantu dan mendukung pelaksanaan penelitian ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.
3. Siswa-siswi kelas X SMK Negeri 8 Semarang yang telah menjadi subjek penelitian dan menunjukkan partisipasi aktif selama proses pembelajaran berlangsung.
4. Pascasarjana Universitas PGRI Semarang (UPGRIS), khususnya Program Pendidikan Profesi Guru (PPG), yang telah memberikan ilmu, bimbingan akademik, dan pengalaman berharga selama pelaksanaan program ini.
5. Bapak/Ibu dosen pembimbing dan penguji di Universitas PGRI Semarang, yang telah memberikan arahan, masukan, serta koreksi yang sangat berarti dalam penyusunan laporan PTK ini.
6. Keluarga tercinta, yang selalu memberikan doa, semangat, dan motivasi dalam setiap proses perjalanan akademik penulis.
7. Teman-teman seperjuangan PPG Dalam Jabatan UPGRIS Tahun 2025, yang telah menjadi tempat berbagi ilmu, inspirasi, dan dukungan moral selama proses studi dan penyusunan penelitian ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam kelancaran proses penelitian dan penyusunan laporan ini.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih memiliki kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan karya di masa mendatang.

Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi dunia pendidikan, khususnya dalam pengembangan pembelajaran PJOK yang inovatif dan menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arends, R. I. (2012). *Learning to Teach* (9th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Arikunto, S. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Daryanto. (2013). *Inovasi Pembelajaran Efektif*. Yogyakarta: Gava Media.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). "School engagement: Potential of the concept, state of the evidence." *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109.
- Hamalik, O. (2009). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hapsari, D. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Permainan Edukatif terhadap Partisipasi Siswa dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7(1), 45–53.
- Hmelo-Silver, C. E. (2013). "Problem-Based Learning: What and How Do Students Learn?" *Educational Psychology Review*, 16(3), 235–266.
- Hopkins, D. (2008). *A Teacher's Guide to Classroom Research*. Berkshire: Open University Press.
- Hosnan, M. (2014). *Pendekatan Saintifik dan Kontekstual dalam Pembelajaran Abad 21*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Joyce, B., Weil, M., & Calhoun, E. (2011). *Models of Teaching* (8th ed.). Boston: Pearson.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). *The Action Research Planner*. Victoria: Deakin University Press.

- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). *The Action Research Planner*. Victoria: Deakin University Press.
- Mills, G. E. (2007). *Action Research: A Guide for the Teacher Researcher* (3rd ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Merrill Prentice Hall.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 24 Tahun 2016 tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pelajaran pada Kurikulum 2013.
- Prastowo, A. (2013). *Panduan Kreatif Membuat Bahan Ajar Inovatif*. Yogyakarta: Sanjaya, W. (2010). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sardiman, A. M. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Siedentop, D. (2011). *Introduction to Physical Education, Fitness and Sport* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sudjana, N. (2005). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, H. (2020). Media dan Sumber Belajar dalam Pembelajaran Inovatif. Yogyakarta: Deepublish.
- Suyanto, S., & Asep, J. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Trianto. (2009). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif*. Jakarta: Kencana.
- Wahyuni, R. (2022). Implementasi Problem Based Learning untuk Meningkatkan Partisipasi dan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Penelitian Pendidikan Olahraga*, 9(2), 110–120.
- World Health Organization. (2020). *Healthy Living: Facts and Data*. Geneva: WHO Press.
- Zaini, H., Muntari, M., & Aryani, M. (2008). Strategi Pembelajaran Aktif. Yogyakarta: CTSD.