

**KEEFEKTIFAN MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*  
UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *DRIBBLING* BOLA  
BASKET PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 MAYONG**

Muhammad Fatkhur Ronzi  
[fatkhuronzi69@gmail.com](mailto:fatkhuronzi69@gmail.com)

Universitas PGRI Semarang

**ABSTRACT**

The background of the research by the low learning outcomes of students on basketball dribbling material because learning is not optimal. *The purpose of this research is to find out* the effectiveness of the problem based learning model to improve basketball dribbling learning outcomes in class XI SMA Negeri 1 Mayong. This study uses a pre-experimental design with the type of One-Group Pretest-posttest Design. The population is all students of class XI SMA Negeri 1 Mayong. The sample of this research is class XI IPS 2 SMA Negeri 1 Mayong. Test and non-test data collection techniques. The tests in this study were validity tests, reliability tests, level of problem difficulty and discriminatory power. The analysis technique in this study uses normality test data, homogeneity test, and hypothesis testing. The results obtained that the use of problem based learning model is effective on basketball dribbling learning outcomes in class XI students of SMA Negeri 1 Mayong. This is from the calculation of hypothesis testing using the paired sample t test obtained a significance value of  $0.00 < 0.05$ , and an increase in the average mean of 18.24%. So it can be concluded that the use of learning models problem based learning model is effective on basketball dribbling learning outcomes for students. Suggestions are expected that the problem-based learning model of students can be more active and follow in learning.

**Keywords:** Dribble Basketball, High School, Problem Based Learning

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi reendahnya hasil belajar siswa pada materi drbbling bola basket karena pembelajaran yang kurang maksimal. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui keefektifan model pembelajaran problem baased learning untuk meningkatkan hasil belajar dribbling bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong. Peneliti menggunakan pre-experimental design dengan jenis One-Group Pretest-posttest Design. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa keals XI SMA Negeri 1 Mayong. Sampel dari penelitian ini yaitu kelas XI IPS 2 SMA Negeri 1 Mayong. Teknik pengumpulan data tes dan non tes. Penelitian ini diuji dengan uji validitas, uji reliabilitas, taraf kesukaran soal dan daya pembeda. Dan analisis data uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis.

Hasil penelitian yang diperoleh bahwa penggunaan model pembelajaran problem based learning efektif terhadap hasil belajar dribbling bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong. Ini berdasar dari perhitungan uji hipotesis yang menggunakan uji paired sample t test didapat nilai signifikansi sebesar  $0,00 < 0,05$ , dan terjadi peningkatan rata-rata mean sebesar 18,24%. Disimpulkan bahwa penggunaan model pembelajaran problem based learning efektif terhadap hasil belajar dribbling bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong. Saran diharapkan model pembelajaran problem based learning peserta dapat lebih mandiri dan bisa mengikuti pembelajaran dengan baik.

**Kata kunci:** Drbble Bola Basket, Sekolah Menengah Atas, Problem Based Learning

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah salah satu pendidikan yang didalamnya mengutamakan aktivitas fisik, dan olahraga dengan dilakukan dengan kesadaran dan terencana untuk mencapai tujuan pendidikan. Melalui pembelajaran jasmani peserta didik dapat mengembangkan potensi dirinya terutama dalam bidang olahraga tertentu, dengan mengembangkan komponen kebugaran, dengan itu akan memberi kontribusi pada tujuan pendidikan.

Pendidikan jasmani dijenjang SMA mengajarkan banyak gerak dasar olahraga. Gerak dasar menjadi faktor terpenting dalam melakukan olahraga, sehingga diharapkan siswa mampu melakukan olahraga atau permainan dengan baik. Materi yang diajarkan adalah berbagai macam olahraga bola besar, bola kecil, aktivitas jasmani, renang, beladiri, dan kesehatan. Salah satu materi pendidikan jasmani yang dibahas adalah teknik dasar permainan bola basket. Pembelajaran gerak dasar atau teknik dasar didapat dari guru dan dilakukan sesuai dengan kompetensi yang baik.

Bola basket adalah permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari lima pemain (Renditya, 2015:11). Bola basket memiliki tujuan dengan mencakup point yang banyak dengan memasukkan bola ke ring dengan menggunakan teknik *shooting* dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukan bola sedikit mungkin. Teknik dasar yang terdapat pada olahraga bola basket antara lain: *dribbling* (menggiring), *passing* (mengumpan), *shooting* (menembak), dan *cathching* (menangkap). Bola dapat diberikan ke teman dengan *passing* (mengumpan) atau juga dengan *dribbling* (menggiring).

Sama halnya dengan olahraga lainnya setiap pemain ketika melakukan permainan harus minimal bisa menguasai teknik dasarnya. Berlaku juga dengan permainan bola basket, salah satunya adalah *dribbling*. *Dribbling* bola basket adalah memantulkan bola kelantai dengan menggunakan tangan. *Dribbling* dibagi menjadi dua yaitu *dribbling* tinggi dan *dribbling* rendah. Tujuan dari *dribbling* adalah untuk menusuk pertahanan lawan, menurunkan tempo permainan dan juga melindungi bola supaya tidak di rebut oleh lawan dengan bantuan tubuh untuk menghalangi lawan.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tidak sedikit guru yang menggunakan model belajar mengajar yang cocok, dan secara tidak sadar terkadang siswa tidak bersemangat untuk mengikuti proses belajar. Pada pembelajaran pendidikan

jasmani materi bola basket yang mempelajari *dribbling*, guru sebaiknya dapat menggunakan model pembelajaran yang tepat agar siswa selalu bersemangat dan tidak mudah bosan, jika guru dapat menemukan model yang cocok, jika modelnya tepat maka dalam proses pembelajarannya siswa akan tertarik dan diharapkan akan mudah paham dengan materi yang diajarkan guru.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 1 Mayong, siswa cenderung bosan dan tidak memperhatikan pada saat pembelajaran berlangsung masih ada siswa saat dijelaskan materi suka berbicara dengan teman sampingnya dan juga beberapa siswa ada yang merasa sudah bisa melakukan teknik dasar yang diajarkan oleh guru, sehingga siswa tersebut tidak memperhatikan pembelajaran dan cenderung menyepelkan. Masalah seperti ini yang menjadikan pembelajaran tidak efektif. Sehingga tingkat keaktifan yang rendah ini sangat mempengaruhi hasil belajar siswa yang kurang memenuhi KKM. Dari hasil penuturan guru olahraga SMA Negeri 1 Mayong, Bapak Try Purbo Wahyu Prasetyo, M.Pd mengatakan bahwa hasil belajar siswa pada materi *dribbling* bola basket banyak yang belum tercapai KKM dari kelas XI IPS 2 dengan jumlah 30 siswa dengan KKM 70, sebanyak 12 siswa belum melampaui KKM dan sisanya melampaui KKM dalam penilaian praktek *dribbling* bola basket.

Berdasarkan masalah tersebut peneliti memiliki solusi untuk menggunakan model pembelajaran berbasis masalah (PBL) yang dapat dikembangkan untuk menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran. Model ini melatih siswa untuk memecahkan masalah. Proses ini dapat membangun pengetahuan baru yang belum dimiliki oleh siswa. Dan diharapkan dari model ini hasil belajar siswa akan meningkat.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan *One-Group Pretest-posttest Design* untuk mengetahui keefektifan model pembelajaran *problem based learning* untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong.

## Populasi dan Sampel

Semua siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong dilibatkan sebagai populasi dalam penelitian ini. Dan untuk sampel dari kelas XI IPS 2 dengan teknik purposive sampling. Direncanakan untuk memperlakukan kelompok terpilih atau kelas XI IPS 2 berjumlah 30 siswa dengan menerapkan pembelajaran berbasis masalah.

## Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Tes

Penilaian pada investigasi ini ada dua yaitu *pretest* dan *posttest*. Teknik ini digunakan untuk mengetahui kemampuan peserta didik dalam praktik *dribbling* bola basket setelah dilakukan *treatment*.

### 2. Non Tes

Teknik ini berupa pengamatan pembelajaran guru selama proses pembelajaran berlangsung, dan juga dokumentasi.

## Teknik Analisis Data

Peneliti menggunakan teknik analisis data yaitu: uji normalitas, uji validitas, dan uji hipotesis.

## HASIL PENELITIAN

Pengujian instrumen soal dilaksanakan di kelas XII IPS 4 SMA Negeri 1 Mayong. Pengujian instrumen ini diuji cobakan yang bertujuan untuk mendapatkan soal yang memenuhi persyaratan, sehingga dengan ini bisa digunakan untuk instrumen. Hasil dari uji coba kemudian dianalisis validitas, reliabilitas, daya pembeda dan taraf kesukaran soal. Berdasarkan hasil analisis uji coba soal yang berjumlah 60 butir soal, terdapat 54 soal yang valid sehingga dijadikan sebagai instrumen penelitian.

Pada penelitian ini sebelum diberikan perlakuan peneliti memberikan uji *pretest* dimana uji *pretest* ini ditujukan untuk mengetahui kemampuan siswa pada kedua kelas sampel. Hasil belajar kognitif *pretest* didapatkan nilai *mean* 54,2, untuk afektif *mean* berjumlah 78,2 dan untuk nilai psikomotor sebesar 73. Pada akhir pertemuan dilakukan uji *posttest*. Hasil belajar kognitif *posttest* didapatkan nilai *mean* 83,3, nilai afektif *mean*

90,8 dan nilai psikomotorik *mean* 85,8. Nilai rata-rata ini menunjukkan setelah diberi *treatment* pembelajaran model *Problem Based Learning* peserta didik memperoleh nilai rata-rata yang lebih tinggi, dan sebanyak 30 siswa tuntas semua setelah *posttest* berlangsung, dengan nilai *mean pretest* 68,43 dan *mean posttest* 86,67. Sehingga terjadi peningkatan rata-rata *mean* sebesar 18,24%.

Setelah didapatkan data yang berisikan penilaian hasil belajar siswa dari sisi kognitif, afektif dan psikomotorik diakumulasi kemudian dibagi 3 sehingga muncul data yang akan dilakukan pengujian hipotesis. Data dikategorikan berdasarkan waktu pengambilannya yaitu *pretest* dan *posttest*. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis dilakukan uji prasyarat untuk melihat kelayakan data. Uji pertama yaitu normalitas. Uji normalitas dilakukan dengan melihat nilai signifikansi pada pengujian *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *software* SPSS. Dengan *df* 30 nilai sig *pretest* sebesar 0,2 dan sig *posttest* sebesar 0,2. Kedua nilai sig ini lebih besar dari 0,05 maka kesimpulannya data telah memenuhi kriteria uji normalitas. Uji prasyarat kedua adalah uji homogenitas. Uji homogenitas dilakukan untuk melihat apakah dari kedua populasi berasal dari varian yang sama. Berdasarkan uji homogenitas terlihat bahwa nilai sig dari *Test of Homogeneity of Variances* dengan bantuan SPSS sebesar 0,275. Nilai ini lebih besar dari 0,05 maka kesimpulannya data telah memenuhi kriteria uji homogenitas.

Berdasarkan uji prasyarat yang telah dihitung data memenuhi kriteria data yang layak dilakukan pengujian lanjutan. Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji *paired sample t test*. Uji *paired sample t test* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang berpasangan. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan diketahui nilai signifikansi uji *paired sample t test* adalah 0,00. Angka ini lebih kecil dibandingkan alpha 0,05, artinya terjadi perbedaan signifikan rata-rata hasil

belajar pada pengujian *pretest* dan *posttest*. Kemudian untuk melihat keefektifan model pembelajaran *problem based learning* dapat dengan membandingkan nilai *mean pretest* dan *posttest*. Nilai *mean pretest* sebesar 68,43, angka ini lebih kecil dibandingkan nilai *mean posttest* yakni 86,67. Maka diperoleh rata-rata *mean* sebesar 18,24% artinya dapat dikatakan model pembelajaran *problem based learning* efektif untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong, peningkatan sebesar 18,24% tersebut karena jumlah soal *pretest* dan *posttest* berjumlah 30 soal dan untuk mengerjakannya hanya 30 menit.

Penggunaan model pembelajaran *problem based learning* bermanfaat meningkatkan pola pikir siswa menjadi kritis karena terbiasa untuk memecahkan masalah, membuat siswa menjadi lebih aktif, menambah keberanian siswa untuk mengemukakan pendapat, dan menambah keterampilan dalam berkomunikasi. Hal ini berdasarkan dengan nilai *posttest* peserta didik yang meningkat yaitu dengan rata-rata 86,67, dan sebanyak 30 siswa tuntas semua setelah diberikan *posttest*. Jadi model pembelajaran *Problem Based Learning* ini telah terbukti efektif terhadap peningkatan hasil belajar peserta didik.

Proses pembelajaran pada pertemuan pertama yaitu pada saat memberikan *pretest*, *pretest* dilaksanakan didalam kelas secara TMT (Tatap Muka Terbatas). TMT (Tatap Muka Terbatas) adalah sistem pembelajaran dengan waktu terbatas, jadi 3 jam pelajaran waktunya hanya 120 menit yang semula 135 menit. Waktu untuk mengerjakan soal *pretest* adalah 30 menit. Hasil yang sudah dikerjakan peserta didik kemudian dikumpulkan secara langsung

Pada pertemuan pertama setelah mengerjakan soal *pretest* kemudian peserta didik langsung pindah ke lapangan untuk melanjutkan pembelajaran. Setelah dilapangan guru

membariskan serta memberikan apresiasi, kemudian mempresensi dan memotivasi peserta didik. Kemudian guru memberikan permainan pemanasan berupa estafet bola untuk melemaskan otot dan tentunya supaya lebih bersemangat. Setelah pemanasan guru menjelaskan dan menyajikan informasi tentang materi teknik dasar *dribbling* bola basket. Siswa mengamati penyampaian setelah itu siswa memberikan pertanyaan berkaitan dengan materi yang diajarkan dari proses mengamati yang telah dilakukan. Guru meminta siswa membuat kelompok yang beranggotakan 5 anak untuk berdiskusi tentang materi yang sudah disampaikan dan memberikan kesempatan masing-masing kelompok untuk menyampaikan hasil diskusinya. Sebelum ditutup guru menilai peserta didik mengenai teknik dasar *dribbling* bola basket per individu. Guru mengevaluasi pembelajaran dan memberi umpan balik kepada siswa terkait materi *dribbling* bola basket. Guru mengarahkan siswa untuk pendinginan dengan permainan bola beracun dan yang terakhir guru memberikan kesimpulan serta penghargaan kepada peserta didik dan diakhiri dengan doa.

Pertemuan kedua penelitian dilaksanakan langsung di lapangan bola basket dengan sistem TMT (Tatap Muka Terbatas) dengan alokasi waktu 90 menit, dipertemuan kedua ini anak-anak sangat antusias mengikuti pembelajaran dengan materi teknik dasar bola basket yaitu teknik *dribbling*. Guru membuka pertemuan dengan salam dan do'a, mengecek kehadiran dan mengkondisikan suasana belajar yang menyenangkan, pembelajaran dimulai dengan pemanasan terlebih dahulu, kemudian langsung melakukan praktek teknik dasar *dribbling* bola basket. dan yang terakhir guru menutup dengan salam dan do'a. Pertemuan ini dilanjut di ruang kelas, pertemuan terakhir ini adalah pertemuan untuk melaksanakan tes akhir atau *posttest*. Semua peserta didik melaksanakan tes akhir setelah mengikuti tes awal atau *pretest*, dan setelah

diberikan *treatment* pembelajaran model *Problem Based Learning*. *Posttest* dilaksanakan dengan waktu 30 menit dan mengerjakan soal pilihan ganda sejumlah 30 butir.

Model pembelajaran *Problem Based Learning* meningkatkan hasil belajar peserta didik, peningkatan hasil belajar ini dapat dibuktikan dari nilai peserta didik baik nilai kognitif, afektif dan psikomotor. Hasil belajar peserta didik dapat dilihat dari nilai rata-rata *posttest* yaitu 86,67 yang sebelumnya hanya 68,43. Maka terjadi peningkatan rata-rata *mean* sebesar 18,24%. Selain peningkatan nilai kognitif, nilai afektif dan psikomotor juga meningkat dari beberapa pertemuan. Dari hasil yang telah didapatkan, kesimpulannya terjadi perbedaan yang signifikan hasil belajar peserta didik *pretest* dan *posttest*. Diperkuat dengan rata-rata nilai *posttest* setelah diberi perlakuan lebih tinggi. Dengan demikian Model pembelajaran *problem based learning* efektif untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan data penelitian yang telah peneliti lakukan kesimpulannya bahwa penggunaan model pembelajaran *problem based learning* efektif terhadap hasil belajar *dribbling* bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Mayong. Ini berdasarkan dari perhitungan uji hipotesis yang digunakan uji *paired sample t test* diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,00 < 0,05$ , dan terdapat penningkatan rata-rata *mean* sebesar 18,24%.

### Saran

1. Bagi Guru
  - a. Bisa menjadi motivasi untuk pembelajaran materi permainan bola basket maupun materi lainnya di sekolah.

- 
- b. Bisa dioptimalkan dalam proses belajar mengajar dan bisa divariasikan sehingga kegiatan belajar mengajar tidak monoton sehingga pembelajaran menjadi menyenangkan.
2. Bagi Siswa
    - a. Diharapkan siswa bisa mengasah kemampuan otaknya sehingga bisa lebih berpikir ilmiah.
  3. Bagi Peneliti
    - a. Dapat memberikan pengalaman baru dalam pembelajaran menggunakan cara yang berbeda..