

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*
DAN *TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING* TERHADAP
HASIL BELAJAR ASPEK KOGNITIF SENAM LANTAI
SIKAP KAYANG PADA KELAS VII
SMP NEGERI 3 BUMIJAWA**

Fadlulloh Firdaus

Email : fadlullohfirdaus82@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

Abstract

This research was conducted because of the findings of the problem of student learning outcomes as a whole still below the KKM average, material for floor gymnastics in the Kayang attitude in the subject of Physical Education, Sports and Health. The aim of the research is to find out the effect of the PBL and TGFU learning models on students' cognitive learning outcomes, which will be implemented in students of SMP Negeri 3 Bumijawa class VII semester two of the 2022/2023 school year, with a sample size 60 students. The results showed that the PBL learning model had a significant effect on improving the learning outcomes of the Kayangan floor exercise for class VII students of SMPN 3 Bumijawa with a percentage of 17.64%. Kayang floor exercise for class VII students of SMPN 3 Bumijawa using the TGFU learning model has a significant effect with a percentage of 11.81%. Based on the large percentage increase in the average learning outcomes of the Kayangan floor exercise, Grade VII students of SMPN 3 Bumijawa use the PBL learning model which is higher and more effective than the TGFU learning model.

Keywords: *PBL and TGFU Learning Model, learning outcomes of the cognitive aspects of Kayang's attitude*

Abstrak

Penelitian ini dilakukan karena adanya temuan masalah hasil belajar siswa secara keseluruhan masih dibawah rata-rata kkm, materi senam lantai sikap kayang pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Tujuan penelitian yaitu ingin mengetahui pengaruh model pembelajaran PBL dan TGFU terhadap hasil belajar kognitif siswa, yang akan dilaksanakan pada siswa SMP Negeri 3 Bumijawa kelas VII semester dua tahun pelajaran 2022/2023, dengan jumlah sampel 60 siswa. Hasil penelitian menunjukkan model pembelajaran PBL berpengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil belajar senam lantai sikap kayang siswa kelas VII SMPN 3 Bumijawa dengan persentase sebesar 17,64%. Senam lantai sikap kayang untuk siswa kelas VII SMPN 3 Bumijawa memakai Model pembelajaran TGFU berpengaruh signifikan dengan presentase sebesar 11,81%. Berdasarkan besarnya persentase peningkatan rata-rata hasil belajar senam lantai sikap kayang siswa kelas VII SMPN 3 Bumijawa menggunakan model pembelajaran PBL lebih tinggi dan efektif daripada model pembelajaran TGFU

Kata kunci : Model Pembelajaran PBL dan TGFU, Hasil belajar aspek kognitif sikap kayang

PENDAHULUAN

Pembelajaran fisik yang diterapkan dalam sekolah, merupakan salah satu tujuan untuk menyatukan keselarasan berupa mental seseorang dalam dunia olahraga. Oleh karena itu, (Abduljabar, 2011; Budi et al., 2019) mengatakan pendidikan fisik ingin mencapai tiga tujuan penting berupa aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pembelajaran fisik dengan sport menggambarkan belahan pada acuan lembaga kurikulum pembelajaran menengah. Dwiyog & Mustafa (2020) dijelaskan pembelajaran fisik adalah belahan terpadu pada semua teknik pembelajaran, Pentingnya memulai pembelajaran fisik di dunia pendidikan, adanya penguatan baik secara model pembelajaran sesuai dengan karakteristik peserta didik dalam setiap mata pelajaran.

Metode mengajar memiliki empat bukti tetentu rencana sama dan struktur mengajar yaitu: 1. teoritis yang menggunakan akal pikiran secara logis yang dibuat oleh tenaga baik oleh guru atau tenaga pengajar. 2. Tujuan pembelajaran yang sesuai dengan model yang digunakan sesuai apa tidak. 3. Langkah-langkah dalam mengajar dapat berjalan apabila sesuai dengan metode pembelajaran yang tersusun. 4. Area belajar salah satu faktor yang paling utama dalam pembelajaran (Saputra, 2020).

Senam adalah olahraga yang lebih memfokuskan pada gerakan yang tersusun secara sistematis (Setiawan et al., 2020; Sari & Sugiarto, 2016). Senam lantai disebut juga senam artistik yang membentuk suatu kelompok gimnastik kegiatan aksi bermula modifikasi dengan dasar matras sebagai alasnya. Senam lantai merupakan kebugaraan jasmani dan Kesehatan jiwa siswa yang dinilai dari kelincahan dan ketepatan gerakan. Safari (2014, Hlm.19) mengemukakan bahwa “Pembelajaran fisik merupakan metode penerimaan selaku individu demi bagian kelompok yang mengerti sebagai pengaturan melewati berabagai gerakan fisik, pertumbuhan kecerdasan dan pertumbuhan watak”.

Senam adalah aktivitas fisik yang dilakukan dalam olahraga tersendiri maupun untuk olahraga lainnya (Darsi, 2018).

Berdasarkan observasi pada kelas VII di SMPN 3 Bumijawa kelas VII di dapatkan kurangnya motivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK pembelajaran mengenai materi senam lantai sikap kayang. Hal ini dibuktikan dengan hasil nilai dari siswa dan siswi masih banyak nilai dibawah standar KKM (kriteria ketuntasan minimal).

METODE PENELITIAN

Penelitian metode kuantitatif memakai desain Intact- Group Comparison dalam rancangan dalam rancangan probability sampling, Teknik pengambilan sampel dengan cara random sampling. Sugiyono (2017: 75-82) mengatakan Probability sampling memakai cara pengambilan sampel memiliki kesempatan sama kepada setiap unsur (anggota) dan populasi menjadi anggota sampel terpilih.

Cara pengumpulan data pertama saya lakukan dalam penelitian ini dengan melakukan penilialian tes awal aspek kognitif mengenai senam lantai sikap kayang.

Tahap pertama dalam peneliti melakukan penelitian ini diberikan treatmen hasil belajar pada model pembelajaran PBL pada semua kelas VII SMP sesuai dengan metode intact- group comparasion kemudian dilihat hasilnya. Kemudian dikelas yang sama diberikan treatmen hasil belajar pada model pembelajaran TGFU pada semua kelas VII SMP sesuai dengan metode intact- group comparasion kemudian dilihat hasinya.

Tahap kedua peneliti melakukan tes akhir pada sekolah SMP Negeri 3 Bumijawa semua kelas VII dengan menggunakan program pembelajaran penjasorkes sesuai dengan RPP dan menggunakan metode pembelajaran PBL dan TGFU tahap ketiga yaitu peneliti melakukan tes akhir hasil belajar yang meliputi afektif, kognitif dan psikomotor senam lantai dengan instrument berupa RPP.

Populasi menurut Sugiyono (2017:80) adalah obyek/subyek suatu tempat ditetapkan kualitas kemudian ditarik kesimpulan untuk dipelajari peneliti yang mempunyai karakteristik.

Sampel menurut Sugiyono (2017:81) adalah jumlah sifat dalam populasi sebagian kecil. Populasi besar ini diambil menggunakan sampel yang ada misalnya waktu, keterbatasan uang, dan pekerjaan. Oleh karena itu, sampel dapat diambil dari populasi secara representative (digantikan). Oleh peneliti dapat diambil sampel semua kelas VII sejumlah 120 siswa, yang berjumlah sampel keseluruhan 60 siswa.

Cara mengkoordinir data, dilakukan dengan tes hasil belajar dan survei dll. Karena tujuan utama penelitian pengumpulan data dengan informasi yang paling strategis. Sumber informasi primer memberikan informasi kepada pengumpulan data secara langsung, dan sumber sekunder memberikan informasi tidak langsung dalam pengumpulan data Sugiyono (2017:22-225). Selain itu, ketika mempertimbangkan metode atau cara mengkoordinir data.

Validitas instrumen penelitian yang valid dan reliabel. Obyek hasil penelitian yang valid terkumpul dengan kesamaan data yang diteliti. Sedangkan data yang terkumpul berwarna putih dan obyek berwarna merah penelitian ini tidak valid.

Reliabel pengumpulan data menjadi validasi dari hasil penelitian dan reliabilitas memakai instrument. Maka valid dan reliabel instrument sebagai syarat penuh mendapatkan hasil penelitian. Penelitian yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya memakai instrument yang valid dan reliabel.

Cara menjawab rumusan masalah atau uji hipotesis dengan analisis data dalam proposal. Analisis data kuantitatif dengan cara menguji hipotesis hubungan antara dua variabel yang sudah tersedia maka statistik dengan Korelasi Spearman Rank, apabila datanya interval atau ratio dapat memakai korelasi Pearson Product Moment.

1. Uji Normalitas Data

Slamet Riyanto (2020:81) mengatakan uji distribusi normal atau tidak normal dapat dilakukan pemilihan statistic untuk mengukur data yang tepat.

2. Uji hipotesis

Hipotesis adalah klaim atau pernyataan tentang suatu sifat atau populasi. Pernyataan ini mengisyaratkan hipotesis mewakili sifat dari sesuatu populasi yang akan diambil kesimpulannya.

3. Uji paired sample test

Menurut Teguh Wahyono (2013:85) mengatakan melakukan pengujian terhadap dua sampel berpasangan dalam satu grup bersifat paling umum pre-post desain.

4. Uji Independent Simple Test

Menurut Nur sayidah (2011:117) mengatakan dua kelompok sampel untuk diuji perbedaan rata-rata

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mata pelajaran PJOK di Sekolah Menengah Pertama (SMP) topik senam lantai merupakan salah satu topik yang diajarkan. Hasil surei yang telah dilakukan peneliti di SMPN 3 Bumijawa yang beralamat di desa Batumirah RT 03, RW 03, Bumijawa, Tegal Jawa Tengah 52466 , pada tanggal 16 Februari 2023- tanggal 7 Maret 2023 bahwa diperoleh hasil nilai siswa masih menemukan banyak nilai yang dibawah standar kkm mata pelajaran PJOK yaitu 75. Hal ini salah satunya karena kurangnya motivasi para siswa untuk mengikuti pembelajaran PJOK khususnya pada materi senam lantai dengan sikap kayang.

Peneliti menerapkan 2 model pembelajaran senam lantai sikap kayang agar mencapai nilai siswa di SMPN 3 Bumijawa yaitu model pembelajaran

TGFU dan PBL. Penelitian ini menggunakan sampel siswa kelas VII A – VII C sebanyak 60 orang yang terdiri dari setiap kelasnya diambil 20 orang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Intact- Group Comparison*.

Analisis deskriptif adalah gambaran umum mengenai subyek penelitian yang diperoleh berdasarkan data variabel dari subyek tertentu yang merupakan analisis statistik bertujuan memberikan deskripsi dan dapat diperlihatkan dalam bentuk table histogram, tabel distribusi, *variance*, nilai *mean*, nilai maksimum dan minimum, standar deviasi.

Penelitian ini menggunakan sampel kelas VII A-C sebanyak 60 orang yang dilakukan *pretest* (tes awal) dan *posttest* (tes akhir) setelah diberikan model pembelajaran PBL dan TGFU.

Materi pembelajaran PJOK senam lantai sikap kayang di SMPN 3 Bumijawa merupakan pelajaran yang dimana dalam melakukan sikap kayang harus menggunakan bantuan alat agar mempermudah siswa melakukan gerakan sikap kayang.

Oleh karena itu, diterapkan metode pembelajaran PBL dan TGFU pada siswa kelas VII SMPN 3 Bumijawa. Penelitian menggunakan sampel sebanyak 60 siswa dari kelas VII A – VII C yang diambil 20 siswa setiap kelas kelasnya.

Pembelajaran menggunakan model PBL sebagai konteks siswa mendapatkan informasi agar melatih kemampuan pemecahan masalah dimana siswa dilatih berfikir kritis. Sehingga dalam model pembelajaran ini para siswa dapat mengembangkan kemampuan memecahkan masalah dan berpikir secara kritis.

Ni Wyn Nonik Asriningsih ,dkk (2021) menyatakan bahwa penelitian terdahulu menggunakan metode pembelajaran PBL mempunyai hasil belajar senam lantai lebih efektif dari pada menggunakan metode pembelajaran yang lainnya.

Model pembelajaran TGFU memperkenalkan pembelajaran olahraga dengan dasar konsep bermain. Model pembelajaran ini memfokuskan pada bermain sehingga lebih dinamis dan sesuai dengan perkembangan siswa.

Model pembelajaran TGFU memiliki beberapa kelebihan salah satunya yaitu siswa tidak merasa jenuh dan bosan selama kegiatan pembelajaran karena model pembelajaran TGFU siswa akan merasa senang dan gembira.

Supaya mengetahui perbedaan model pembelajaran PBL dan TGFU senam lantai sikap kayang berdasarkan pendapatan nilai belajar siswa kelas VII SMPN 3 Bumijawa, oleh karena itu melaksanakan uji hipotesis dengan *independent sample t-test*, diperoleh nilai $t_{hitung}(4,983) > t_{tabel}(1,980)$ dan $Sig.(0,000) < \alpha (0,05)$, agar mengetahui perbedaan model pembelajaran PBL dan TGFU meningkatkan hasil belajar senam lantai sikap kayang siswa kelas VII SMPN 3 Bumijawa. Rata-rata *posttest* hasil belajar senam lantai sikap kayang memakai model pembelajaran PBL sebesar 77,250 dan Rata-rata *posttest* hasil belajar senam lantai sikap kayang dengan model pembelajaran TGFU sebesar 68,567.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Sesuai hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan yaitu:

1. Model pembelajaran PBL berpengaruh terhadap hasil belajar siswa secara signifikan di semua kelas VII SMPN 3 Bumijawa, dalam materi sikap kayang yakni sebesar 17,64%.
2. Model pembelajaran TGFU berpengaruh terhadap hasil belajar siswa secara signifikan di semua kelas VII SMPN 3 Bumijawa, dalam materi sikap kayang yakni sebesar 11,81%.
3. Model pembelajaran PBL dan TGFU terbukti berhasil meningkatkan rata-rata hasil belajar siswa dalam materi sikap kayang mata pelajaran PJOK dari nilai 60 menjadi nilai 75 sehingga dapat dikatakan model pembelajaran PBL dan TGFU efektif digunakan dalam materi sikap kayang mapel PJOK
- 4.

B. SARAN

Sesuai hasil penelitian ini, memberikan masukan berupa saran perbaikan meliputi:

1. Bagi Pendidik, agar dapat dijadikan sebagai sumber untuk memakai model pembelajaran PBL pada pembelajaran materi senam lantai
2. Bagi siswa, diharapkan dapat menerapkan dan mengikuti strategi pembelajaran PBL dengan baik pada mata pelajaran senam lantai sikap kayang agar memperoleh nilai PJOK diatas KKM
3. Untuk pengikutip selanjutnya, diinginkan untuk memperbaiki variabel penelitian atau metode pembelajaran yang lain sehingga dapat mengembangkan dan menyempurnakan program latihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Mabrur, M., Setiawan, A., & Mubarok, M. Z. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Direct Instruction Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Guling Depan Senam Lantai. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 2(2), 193-204.
- Damanik, S., Nasution, U., & Damanik, S. A. (2022). Pendampingan Pengembangan Pembelajaran Berbasis Case Method dan Tim Based Project Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Menengah Pertama Kota Medan. *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 1-6.
- Suryani, Y., Rukmana, A., & Sudirjo, E. (2018). Meningkatkan Pembelajaran Senam Kayang Menggunakan Metode Progresif. *SpoRTIVE*, 3(1), 481-490.
- Reza, E. A., Syafei, M. M., & Achmad, I. Z. (2021). Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa Pada Pembelajaran Senam Lantai. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(2), 142-149.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Fadilah, D.F. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD Dan TGT Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes Materi Senam Rool Belakang Kelas XI SMA Muhamadiyah 1 Cilacap. Mahardika