

## **PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN PROBLEM-BASED LEARNING (PBL) UNTUK MENINGKATKAN KREATIVITAS DAN KOLABORASI SISWA DALAM MATA PELAJARAN PJOK DI SMPN 1 DAGANGAN, MADIUN**

Mohammad Taufikur Rokhman<sup>1</sup>, Ba'i Aria Putra<sup>2</sup>, Devina Luthfitasari<sup>3</sup>  
<sup>123</sup>PJOK PPG Universitas Negeri Surabaya

Alamat e-mail : [1taufikurrahmann@gmail.com](mailto:1taufikurrahmann@gmail.com), [2bai.arya35@gmail.com](mailto:2bai.arya35@gmail.com),  
[3devinaluthfitasari32@gmail.com](mailto:3devinaluthfitasari32@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*SMPN 1 Dagangan, Madiun The implementation of PBL is motivated by the need to prepare students to face the challenges of the twenty-first century. Problem-Based Learning (PBL) methods have emerged as an innovative approach that can answer these challenges. In this regard, it is important to assess the effectiveness of PBL in teaching PJOK and understand the challenges and opportunities that arise in its implementation. The research method used in this research is Classroom Action Research (PTK). cycle stages starting from planning, implementation, observation and reflection. The research sample is students who take Pjok subjects at Smpn 1 Dagangan, Madiun. Purposive sampling is used in the sampling technique. The research results showed that student creativity and teamwork experienced a significant increase at SMPN 1 Dagangan Madiun when the Problem Based Learning (PBL) method was applied to the PJOK discipline. A learning approach that focuses on individual student needs not only increases students' understanding of subject matter but also fosters creativity, critical thinking, and group collaboration. PBL is implemented by first choosing an interesting and relevant topic, then asking students to work in groups to find creative and practical solutions.*

*Keywords: Classroom Action Research, PJOK, Problem Based Learning*

### **ABSTRAK**

SMPN 1 Dagangan, Madiun pelaksanaan PBL dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk mempersiapkan siswa menghadapi tantangan abad kedua puluh satu. Metode Pembelajaran Berbasis Masalah PBL (*Problem Based Learning*) muncul sebagai salah satu pendekatan inovatif yang dapat menjawab tantangan tersebut. Dalam hal ini, penting untuk menilai efektivitas PBL dalam pengajaran PJOK dan memahami tantangan dan peluang yang muncul dalam penerapannya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK). tahapan siklus yang dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Adapun sampel penelitian siswa yang mendapatkan mata pelajaran Pjok di Smpn 1 Dagangan, Madiun. Purposive sampling digunakan dalam teknik pengambilan sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kreativitas dan kerjasama tim siswa mengalami peningkatan yang signifikan di SMPN 1 Dagangan Madiun ketika diterapkan metode Problem Based Learning (PBL) pada disiplin ilmu PJOK. Pendekatan pembelajaran yang berfokus pada kebutuhan individu siswa tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi pelajaran tetapi juga menumbuhkan kreativitas, berpikir kritis, dan kolaborasi kelompok. PBL diterapkan dengan terlebih dahulu memilih topik yang

menarik dan relevan, kemudian meminta siswa bekerja dalam kelompok untuk menemukan solusi yang kreatif dan praktis.

Kata Kunci: Penelitian Tindakan Kelas, PJOK, *Problem Based Learning*

### **A. Pendahuluan**

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam membentuk karakter dan kemampuan peserta didik. Indonesia terus berupaya meningkatkan mutu pendidikan untuk menciptakan generasi yang kompeten dan berdaya saing tinggi. Salah satu tantangan utama dalam pendidikan saat ini adalah bagaimana mengembangkan kreativitas dan kemampuan kolaborasi siswa, dua aspek yang sangat penting dalam menghadapi era globalisasi dan perkembangan teknologi yang pesat (Alimuddin et al., 2023). Mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah menengah pertama memiliki peran strategis dalam membentuk karakter siswa melalui aktivitas fisik dan olahraga (Mashuri & Pratama, 2019). Guru PJOK menghadapi tantangan dalam menciptakan lingkungan belajar yang menggabungkan pemikiran kritis, kreativitas, dan kerja sama tim selain karakteristik fisik.

Metode Pembelajaran Berbasis Masalah (*Problem-Based Learning*,

PBL) muncul sebagai salah satu pendekatan inovatif yang dapat menjawab tantangan tersebut. PBL menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran, di mana siswa dihadapkan pada situasi nyata yang memerlukan pemecahan masalah (Astuti, 2019). Siswa didorong untuk menggunakan pemikiran kritis dan kreatif serta keterampilan pemecahan masalah kolaboratif melalui penggunaan pendekatan ini. Hasil positif dari penelitian dan penerapan PBL di berbagai bidang topik mencakup peningkatan keterampilan sosial dan motivasi belajar siswa. Meskipun demikian, saat ini penelitian mengenai penggunaan PBL dalam mata pelajaran PJOK masih minim, khususnya di tingkat SMP. Salah satu sekolah yang berinisiatif menerapkan metode PBL dalam pembelajaran PJOK adalah SMPN 1 Dagangan Madiun. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk meningkatkan kreativitas dan kerjasama tim siswa.

Sekolah ini mengamati bahwa pendekatan pengajaran PJOK standar biasanya memiliki dampak

lebih kecil terhadap kemampuan siswa untuk berkolaborasi dan berpikir pada tingkat yang lebih tinggi. Oleh karena itu penerapan PBL akan menghasilkan banyak perubahan pada proses pendidikan, sehingga memungkinkan siswa untuk terlibat tidak hanya secara fisik tetapi juga secara kognitif dan sosial. Lebih lanjut, SMPN 1 Dagangan Madiun dalam pelaksanaan PBL dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk terus mempersiapkan siswa menghadapi tantangan abad kedua puluh satu. Kemahiran dalam pemecahan masalah kolaboratif dan pemikiran inovatif sangat penting baik dalam domain profesional maupun pribadi. (Rachmantika & Wardono, 2019). Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan PBL dapat menumbuhkan kreativitas dan kerja tim siswa dalam mata kuliah PJOK, sehingga meningkatkan pendidikan Indonesia.

Dalam hal ini, penting untuk menilai efektivitas PBL dalam pengajaran PJOK dan memahami tantangan dan peluang yang muncul dalam penerapannya. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan bagi lembaga

pendidikan lainnya dalam menciptakan strategi pengajaran yang kreatif dan efisien yang akan meningkatkan standar pengajaran secara keseluruhan.

## **B. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK dijelaskan oleh (Creswell, 2012: 577) sebagai proses metodologis yang digunakan pendidik untuk mengumpulkan data mengenai pembelajaran siswa dan kemudian melakukan perbaikan pada metode perencanaan, pengajaran, dan penyampaiannya. PTK memberikan kesempatan kepada guru atau pendidik untuk mempertimbangkan dan menilai pembelajaran yang telah diajarkan. Alur penelitian PTK digambarkan dalam tahapan siklus yang dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Populasi penelitian terdiri dari siswa SMPN 1 Dagangan, Madiun. Adapun sampel penelitian siswa yang mendapatkan mata pelajaran Pjok di Smpn 1 Dagangan, Madiun. Purposive sampling digunakan dalam teknik pengambilan sampel ini karena tujuannya adalah untuk

meningkatkan pembelajaran siswa di kelas (Sugiyono, 2013). Data kuantitatif dan kualitatif digunakan dalam metode analisis data penelitian tindakan kelas ini. Tes keterampilan PJOK merupakan alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan.

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Salah satu mata pelajaran penting dalam kurikulum sekolah menengah pertama di Indonesia, adalah pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK). PJOK menekankan pertumbuhan sosial, emosional, dan kognitif anak kemudian di samping perkembangan fisiknya. (Wirayasa et al., 2020). Guna mencapai tujuan ini, diperlukan metode pembelajaran yang inovatif dan efektif. Pembelajaran Berbasis Masalah merupakan salah satu pendekatan yang mulai digunakan secara luas (PBL). Penggunaan PBL dalam pembelajaran PJOK di SMPN 1 Dagangan Madiun memberikan dampak positif nyata terhadap kreativitas dan kerjasama tim siswa. Pendekatan pengajaran yang berpusat pada siswa disebut pembelajaran berbasis masalah (PBL) melibatkan siswa memecahkan

masalah dunia nyata yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Mayasari et al., 2016). PBL mengamanatkan bahwa siswa berkolaborasi dalam kelompok, melakukan penelitian independen, dan menggunakan pengetahuan baru yang mereka peroleh untuk mengatasi tantangan yang ada. Dengan menggunakan pendekatan ini, siswa tidak hanya mendapatkan pemahaman materi yang lebih dalam tetapi juga meningkatkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, dan kerja sama tim.

Langkah pertama dalam penerapan PBL di SMPN 1 Dagangan adalah memilih tantangan yang relevan dan menarik bagi siswa. Topik yang dibahas antara lain manfaat olahraga bagi kesehatan mental, pentingnya menjaga kebugaran jasmani pada masa remaja, dan cara menghindari cedera saat berolahraga. Dengan arahan dan pelatihan khusus, guru PJOK membuat skenario dan setting yang mendorong siswa berpikir kritis dan kreatif. Pembentukan kelompok belajar merupakan tahap pertama dalam proses pelaksanaan PBL. Lima sampai enam siswa dengan berbagai tingkat kemampuan

membentuk setiap kelompok. Setelah itu, kelompok ini diberi tugas untuk diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Misalnya, satu kelompok diberikan tugas untuk merancang program latihan fisik yang efektif bagi remaja, lengkap dengan jadwal, jenis latihan, dan cara mengukur keberhasilannya. Diketahui rata-rata hasil belajar atau rata-rata nilai pre-test adalah 72,7, sedangkan rata-rata hasil belajar atau rata-rata nilai post-test adalah 77. Kemudian, rata-rata nilai hasil belajar siklus II siklus II. penilaian pretest sebesar 74, dan nilai rata-rata penilaian posttest sebesar 82. Dengan demikian, diketahui bahwa terdapat perbedaan deskriptif nilai rata-rata hasil belajar antara hasil Pre test dan Post Test dengan menggunakan skor hasil belajar dari kedua siklus.

Daya cipta siswa meningkat signifikan di SMPN 1 Dagangan akibat penerapan PBL. Siswa dipaksa berpikir kreatif dan kritis dengan diberi kesempatan mencari jawaban. Siswa memperoleh kemampuan berpikir kreatif dan dari berbagai sudut pandang ketika mengatasi kesulitan. Misalnya, untuk membuat tugas latihan fisik dalam pembuatan program lebih menarik

dan menyenangkan, beberapa kelompok menemukan cara untuk memodifikasi latihan yang melibatkan permainan.

klasik. Selain itu, PBL mendorong siswa untuk menggunakan berbagai sumber informasi, seperti buku, internet, dan wawancara ahli. Perspektif siswa diperluas dengan proses pencarian informasi ini, yang juga meningkatkan keterampilan mereka dalam mengidentifikasi dan mengintegrasikan materi terkait.

Kolaborasi adalah salah satu aspek kunci yang dikembangkan melalui PBL (Hamdani et al., 2022). Melalui proyek kelompok, siswa berlatih delegasi, mendengarkan teman sebaya, dan mengambil keputusan kelompok. Sepanjang proses ini, banyak kesepakatan dan percakapan yang dilakukan, yang pada akhirnya membantu siswa menjadi pemain tim dan komunikator yang lebih baik. Instruktur SMPN 1 Dagangan, PJOK mengamati kemampuan kooperatif peserta PBL sudah jauh meningkat. Siswa lebih terampil dalam menyelesaikan perselisihan secara damai, menangani perbedaan pendapat, dan menghormatinya. Misalnya, dalam

proyek untuk mengurangi cedera olahraga, siswa harus diberi peran seperti peneliti, presenter, dan pembuat poster. Siswa yang berhasil berkolaborasi dapat menyelesaikan tugas dan memperoleh nilai bagus (Samosir, 2024).

Hasil positif terlihat dari penggunaan PBL pada kelas PJOK di SMPN 1 Dagangan. Instruktur melihat peningkatan motivasi dan keterlibatan siswanya. Karena mereka merasa mempunyai pengaruh langsung dalam proses pembelajaran, siswa berpartisipasi dalam pembelajaran dengan lebih antusias dan aktif. Selanjutnya data tes dan penilaian menunjukkan bahwa pemahaman siswa terhadap materi PJOK mengalami peningkatan. Penerapan PBL mempunyai potensi besar dalam jangka panjang. PBL melibatkan pengajaran kemampuan abad 21 kepada siswa termasuk berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, dan komunikasi selain informasi dan keterampilan yang berkaitan dengan kursus PJOK. Agar siswa dapat sukses di masa depan, baik dalam pendidikan tinggi maupun dunia kerja, kemampuan-kemampuan ini sangatlah penting. Penggunaan

pendekatan Problem Based Learning (PBL) pada mata kuliah PJOK di SMPN 1 Dagangan Madiun telah meningkatkan kreativitas dan kerjasama tim siswa. PBL mengajarkan siswa tidak hanya bagaimana mengatasi masalah nyata tetapi juga keterampilan penting yang akan membantu mereka dalam semua aspek kehidupan mereka. (Astuti, 2019). Pencapaian ini menunjukkan perlunya penerapan PBL di kelas-kelas di Indonesia secara lebih luas guna melahirkan generasi pembelajar yang inovatif, kolaboratif, dan siap menghadapi tantangan.

#### **D. Kesimpulan**

Kreativitas dan kerjasama tim siswa mengalami peningkatan yang signifikan di SMPN 1 Dagangan Madiun ketika diterapkan metode Problem Based Learning (PBL) pada disiplin ilmu PJOK. Pendekatan pembelajaran yang berfokus pada kebutuhan individu siswa tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi pelajaran tetapi juga menumbuhkan kreativitas, berpikir kritis, dan kolaborasi kelompok. PBL diterapkan dengan terlebih dahulu memilih topik yang menarik dan

relevan, kemudian meminta siswa bekerja dalam kelompok untuk menemukan solusi yang kreatif dan praktis.

Hasil belajar menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pemahaman siswa terhadap isi PJOK dari hasil pre-test hingga post-test pada siklus I dan II. Selain itu, siswa belajar bagaimana memperoleh informasi, memecahkan masalah secara kreatif, dan mengintegrasikan konten yang telah dipelajari sebelumnya. Kapasitas siswa untuk bekerja sama, menyelesaikan konflik, dan membangun konsensus juga meningkat secara signifikan. Pasca pelaksanaan PBL di SMPN 1 Dagangan, secara umum terjadi peningkatan pada kegembiraan, keterlibatan, dan hasil belajar siswa. Selain mempelajari informasi dan keterampilan khusus, siswa di PJOK juga mengembangkan keterampilan berpikir kritis, kreatif, kolaboratif, dan komunikasi yang semuanya merupakan kemampuan penting abad ke-21. Agar siswa berhasil dalam pekerjaan dan pendidikan lebih lanjut, keterampilan ini sangat penting. Pencapaian ini menunjukkan pentingnya penerapan pendekatan

PBL secara lebih luas dalam sistem pendidikan Indonesia dalam upaya menghasilkan generasi yang lebih siap menghadapi kesulitan di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimuddin, A., Juntak, J. N. S., Jusnita, R. A. E., Murniawaty, I., & Wono, H. Y. (2023). Teknologi Dalam Pendidikan: Membantu Siswa Beradaptasi Dengan Revolusi Industri 4.0. *Journal on Education*, 5(4), 11777–11790.
- Astuti, T. P. (2019). Model problem based learning dengan mind mapping dalam pembelajaran IPA abad 21. *Proceeding of Biology Education*, 3(1), 64–73.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research*.
- Hamdani, A. D., Nurhafsa, N., & Rustini, T. (2022). Pengaruh Penerapan Model Problem Based Learning (PBL) dalam Pembelajaran IPS terhadap Kemampuan Berpikir Tingkat Tinggi (HOTS) pada Siswa Sekolah Dasar. *Journal on Education*, 5(1), 460–468.
- Mashuri, H., & Pratama, B. A. (2019). *Peran permainan tradisional dalam pendidikan jasmani untuk penguatan karakter peserta didik*.
- Mayasari, T., Kadarohman, A., Rusdiana, D., & Kaniawati, I. (2016). Apakah model

pembelajaran problem based learning dan project based learning mampu melatih keterampilan abad 21? *Jurnal Pendidikan Fisika Dan Keilmuan (JPFK)*, 2(1), 48–55.

Rachmantika, A. R., & Wardono, W. (2019). Peran kemampuan berpikir kritis siswa pada pembelajaran matematika dengan pemecahan masalah. *PRISMA, Prosiding Seminar Nasional Matematika*, 2, 439–443.

Samosir, R. C. O. (2024). ANALISIS PENERAPAN MODEL PROJECT BASE LEARNING DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PADA MATA PELAJARAN ESTIMASI BIAYA KONSTRUKSI. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 2(4), 468–477.

Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.

Wirayasa, I. D. G. P., Darmayasa, I. P., & Satyawati, I. M. (2020). Pengembangan instrumen penilaian hasil belajar ranah kognitif model 4d pada materi sepak bola berdasarkan kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 8(3), 81–88.