

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL)
TERHADAP TEKNIK PUKULAN GATING PADA PERMAINAN WOODBALL

Rifky Faran^{1✉}, Irfan Zinat Achmad, S.Pd., M.Pd.², Astri Ayu Irawan, S.Pd., M.Pd.³, Dr. Ruslan
Abdul Gani, S.Pd., M.Pd.⁴

Universitas Singaperbangsa Karawang

Email: 1810631070125@student.unsika.ac.id[✉], irfan.za@fkip.unsika.ac.id², astri.ayu@unsika.ac.id³,
ruslan.abdulgani@staff.unsika.ac.id⁴.

Abstract

This study aims to determine the effect of the Problem Based Learning (PBL) model on gating stroke technique in woodball games. The research method used was an experimental approach with a one-group pretest-posttest design. The research subjects were 33 woodball extracurricular students at SMAS Villa Mas Jakarta selected by total sampling technique. The research instrument was a gating stroke skill assessment sheet covering preparation, mallet grip, swing, stroke, and shot direction accuracy. The results showed a significant improvement in post-test scores compared to the pre-test, indicating that the PBL model was effective in improving students' gating stroke technique in woodball games. Therefore, PBL can be recommended as an alternative skill-based learning model, especially in woodball sports.

Keyword: *Problem Based Learning, Gating Stroke Technique, Woodball*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) terhadap teknik pukulan gating pada permainan woodball. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. Subjek penelitian adalah 33 siswa ekstrakurikuler woodball di SMAS Villa Mas Jakarta yang diambil dengan teknik total sampling. Instrumen penelitian menggunakan lembar penilaian keterampilan pukulan gating mencakup persiapan, cara memegang mallet, ayunan, pukulan, dan akurasi arah. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada hasil post-test dibandingkan pre-test, yang berarti model pembelajaran PBL efektif dalam meningkatkan kemampuan teknik pukulan gating siswa dalam permainan woodball. Dengan demikian, PBL dapat direkomendasikan sebagai alternatif model pembelajaran olahraga berbasis keterampilan khususnya untuk cabang permainan woodball.

Kata Kunci: Problem Based Learning, Teknik Pukulan Gating, Woodball

A. PENDAHULUAN

Pendidikan dalam arti luas adalah segala sesuatu yang dikerjakan untuk mempengaruhi orang lain, baik secara kelompok maupun individu, agar mampu mengerjakan dan sesuai tujuan yang telah ditentukan sebelumnya. Pendidikan sebagai proses pembelajaran, pengetahuan, keterampilan serta kebiasaan seseorang yang diwariskan melalui bentuk pengajaran, pelatihan, atau penelitian. Pendidikan tidak hanya berlangsung dari proses bimbingan orang lain, tetapi juga sifatnya bisa terjadi secara otodidak yang memberikan pengalaman bagi setiap orang dalam hal berpikir, bertindak, dan bersikap.

Adapun menurut Adesemowo (2022) Pendidikan yakni Pendidikan, sebagai suatu proses integral dalam perkembangan manusia, melibatkan lebih dari sekadar keberadaan di ruang kelas atau institusi formal seperti sekolah. Meskipun sekolah merupakan wadah utama di mana pendidikan disampaikan, konsep ini

mencakup seluruh proses pembelajaran sepanjang hidup seseorang. Dalam ruang lingkup yang lebih luas, pendidikan bukan hanya tentang transfer pengetahuan, tetapi juga melibatkan pelatihan keterampilan dan pengembangan karakter. Definisi Pendidikan juga mencakup tindakan atau proses mendidik, di mana disiplin diterapkan pada pikiran atau karakter individu.

Pendidikan jasmani secara umum dapat diartikan sebagai pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. Menurut (Yustianingsih, 2022) Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang didalam-Nya bertujuan untuk melatih kemampuan psikomotor, kognitif serta afektif yang menjadi dasar pembelajaran secara formal di lingkungan sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Mata Pelajaran pendidikan jasmani memilih 3 aspek pada proses pembelajaran yaitu: afektif, kognitif, dan psikomotor pada pelaksanaannya dapat bersifat

teoritis maupun aktivitas praktis (Novitasari, 2020).

Berbagai upaya telah dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta didik, seperti perubahan kurikulum, penggunaan metode dan model yang lebih konkret dan lebih dekat dengan peserta didik, dan juga pengadaan dan pengembangan media ataupun perangkat pembelajaran pendidikan. Salah satu model pembelajaran yang mampu memotivasi peserta didik untuk belajar adalah dengan menerapkan model pembelajaran *Problem Based Learning (PBL)* karena model pembelajaran ini lebih menekankan kepada aktivitas peserta didik mencari solusinya dan dapat memecahkan suatu masalah dalam kehidupan nyata. *Problem Based Learning (PBL)* merupakan pembelajaran yang berdasarkan pada masalah-masalah kontekstual, yang membutuhkan upaya penyelidikan dalam usaha memecahkan masalah (Nugroho, 2021).

Model pembelajaran *Problem Based Learning (PBL)* menggunakan dunia nyata

sebagai konteks untuk membantu siswa belajar berpikir kritis, pemecahan masalah, dan konsep penting dari materi pelajaran. Ibrahim dan Nur memperjelas pendapat tersebut dengan mengatakan bahwa *PBL* membantu siswa berpikir kritis dalam situasi yang berbahaya (Astuti, 2023). *Problem Based Learning (PBL)* adalah pendekatan pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan keterampilan kolaborasi karena menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran melalui penyelesaian masalah dunia nyata.

Secara umum olahraga adalah aktivitas gerak pada manusia menurut teknik dalam pelaksanaannya terdapat unsur bermain, terdapat rasa senang, dilakukan pada saat memiliki waktu luang, dan memiliki kepuasan tersendiri ketika melakukannya. Olahraga sendiri berasal dari bahasa Indonesia, "olah" yang berarti mengolah dan "raga" yang berarti tubuh. Jadi Olahraga dapat didefinisikan sebagai Aktivitas olahraga tidak dapat dilepaskan dari kontak fisik

(Wulandari, 2021) yang teratur, terencana dan terkendali.

Olahraga *Woodball* merupakan cabang olahraga modifikasi dari golf, dengan mempertimbangkan unsur-unsur efisiensi biaya, waktu, dan mempertahankan kelestarian lingkungan hidup. Permainan *Woodball* yaitu permainan luar ruangan yang dimainkan secara perorangan atau tim dengan cara memukul bola secara berangsur-angsur sampai meneroboskan bola ke gawang yang ada di setiap *fairway* (lintasan) dengan jumlah pukulan sedikit mungkin (Kristiana, 2022). Dalam cabang olahraga ini mengandung nilai-nilai positif yakni kecermatan, ketelitian, kesabaran dan sifat pantang menyerah. Nilai-nilai positif ini akan membentuk para pelaku dalam olahraga ini untuk menjadi pribadi dengan karakteristik yang unggul.

Banyak masyarakat Indonesia yang asing atau mungkin sama sekali belum pernah mendengar tentang olahraga satu ini. Tidak sepopuler dengan golf, olahraga *Woodball* ini banyak memiliki kelebihan. Seperti tidak membutuhkan banyak biaya,

Woodball juga dapat dimainkan di mana saja, kapan saja, dan oleh siapa saja. Cukup dengan *mallet* (pemukul), bola, *gate* (gawang kecil), dan *fairway* (lintasan) kita sudah dapat bermain *Woodball*. Dengan kata lain, Cabang olahraga *Woodball* merupakan cabang olahraga yang memiliki potensi yang baik untuk meraih prestasi serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa, serta meningkatkan gerak siswa dalam pendidikan jasmani.

Woodball pertama kali dikembangkan di Indonesia pada tahun 2006 dan mulai berkembang di beberapa daerah seluruh Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan diadakannya *event-event* yang bersifat nasional dan internasional yang diselenggarakan oleh pengurus pusat maupun daerah (Pengda Jawa Tengah, Jawa Barat, Jawa Timur, Bali). Seperti diadakannya pertandingan *woodball* pertama kali pada tahun 2007 di Boyolali, Jawa Tengah dalam 1 st Indonesia *Open Woodball Championship* yang diikuti 6 negara dan terus berlanjut hingga saat ini. Keikutsertaan tim *woodball*

Indonesia pada ajang 1 st *Asian Beach Games* 2008 dan *Asia Open Championship* 2009 di Bali dan *2nd Asian Beach Games* 2010 di Muscat, Oman.

Hingga akhirnya Asosiasi *Woodball* Indonesia secara resmi menjadi anggota KONI pada tanggal 16 Mei 2013 Humas Media KONI Pusat (2013) Sejalan dengan perkembangan *woodball* di Indonesia banyak *event-event* yang diadakan di Indonesia oleh pengurus pusat dan daerah baik skala nasional maupun internasional. Atlet-atlet *woodball* pada tiap daerah yang telah masuk dalam Asosiasi *Woodball* Indonesia juga makin bertambah karena tingginya minat masyarakat pada olahraga ini. Meningkatnya jumlah atlet menimbulkan persaingan yang semakin ketat pada tiap daerah. Tingginya tingkat persaingan antar atlet mengharuskan pelatih dan pengurus Asosiasi *Woodball* Indonesia di daerah maupun di pusat melakukan seleksi yang ketat, sehingga didapatkan atlet-

atlet yang benar-benar terampil dalam olahraga *woodball* untuk bersaing pada tingkat yang lebih tinggi. Walaupun atlet *woodball* Indonesia telah banyak berbicara pada *event* internasional dengan prestasi yang diperoleh, hanya saja dalam pembinaan terutama dalam tahap pemilihan atau penyaringan atlet yang berbakat masih belum optimal.

Permasalahan yang mendasar kenapa olahraga *Woodball* belum dijadikan salah satu referensi yang bisa disampaikan disekolah. Beberapa faktor yang mempengaruhi seperti kurangnya motivasi guru penjas untuk mengenalkan olahraga *Woodball* kepada siswa dan kurangnya peralatan *Woodball* seperti *mallet*, bola dan *gate* sehingga guru sulit untuk memberikan materi tersebut dan belum adanya pengembangan Sarana pembelajaran mempunyai pengaruh yang besar terhadap keberhasilan pembelajaran (Wardani, 2022).

B. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Kuantitatif adalah metode yang memiliki korelasi ataupun pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Populasi yang diteliti ialah siswa ekstrakurikuler di SMAS Villa Mas Jakarta. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik Total Sampling. Menurut Sugiyono (2017:142) dalam (Fitria, 2017) menjelaskan pengertian sampling total. "Sampling total adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel".

Pada desain ini, penulis menggunakan Penulis menggunakan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Pre- Experimental dengan bentuk one-group pretest-posttest design. Rohaeti (2021) mengatakan desain ini menggunakan tes awal diberikan sebelum dimulainya instruksi atau perlakuan, sehingga terdapat dua tes O1 adalah pretes, dan O2 adalah post test.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 33 siswa ekstrakurikuler woodball SMAS Villa Mas Jakarta, diperoleh data peningkatan kemampuan teknik pukulan gating setelah penerapan model Problem Based Learning. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori "sangat kurang" dan "cukup", dengan persentase masing-masing 33% dan 33%. Sementara itu, kategori "sangat baik" tidak tercapai sama sekali (0%). Hal ini mencerminkan rendahnya keterampilan teknik pukulan gating sebelum diberikan perlakuan.

Setelah diterapkannya pembelajaran berbasis Problem Based Learning, hasil post-test menunjukkan pergeseran distribusi kategori yang signifikan. Sebanyak 45% siswa masuk kategori "baik", 39% pada kategori "cukup baik", dan 9% pada kategori "sangat baik". Tidak terdapat siswa yang masih berada pada kategori "sangat kurang" atau "kurang", yang menandakan adanya peningkatan kemampuan teknik pukulan gating secara keseluruhan.

Temuan ini menunjukkan bahwa model Problem Based Learning efektif dalam meningkatkan penguasaan teknik pukulan gating. Dengan pendekatan berbasis masalah, siswa terlibat aktif dalam menemukan solusi, memahami langkah-langkah pukulan, mengevaluasi hasil pukulan, serta mengasah akurasi dan strategi permainan. Aktivitas pembelajaran yang berpusat pada siswa memotivasi mereka untuk lebih mandiri, berpikir kritis, dan mampu mempraktikkan teknik secara berulang dalam konteks permainan nyata.

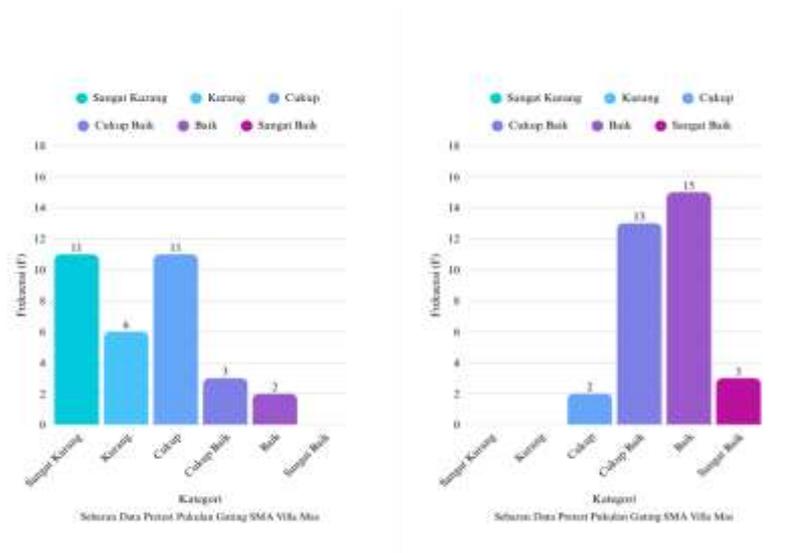
Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meilasari et al.

(2020) dengan judul “Kajian Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Dalam Pembelajaran di Sekolah.” Penelitian ini memaparkan dampak dari model Problem Based Learning dalam pembelajaran dapat meningkatkan minat belajar, kemampuan pemecahan masalah, motivasi belajar, berfikir kritis, dan hasil belajar peserta didik.

Dengan demikian, penerapan Problem Based Learning dalam pembelajaran teknik pukulan gating dinilai berhasil meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan, dan direkomendasikan sebagai alternatif inovasi pembelajaran pendidikan jasmani berbasis keterampilan.

Gambar 1

Diagram Batang Pretest dan Posttest



Dari distribusi data di atas dapat disimpulkan bahwa hasil antara pretest dan posttest menunjukkan perbedaan yang signifikan, terdapat kenaikan nilai yang berarti problem based learning memiliki pengaruh terhadap hasil pukulan gating pada permainan woodball. Selanjutnya diberlakukan uji normalitas untuk menilai apakah distribusi data bersifat normal.

Tabel 1
Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.119	33	.200*	.944	33	.089
Posttest	.186	33	.005	.951	33	.145

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnof dan

Shapiro-Wilk. Hasil dari tabel di atas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai p (Sig.) > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa variabel berdistribusi normal dan analisa dapat dilanjutkan ke uji homogenitas. Uji homogenitas dilakukan untuk menguji kesamaan sampel, yaitu seragam atau tidaknya varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah dalam uji homogenitas; jika $p > 0.05$ maka tes dinyatakan homogen, namun jika $p < 0.05$ maka tes dinyatakan tidak homogen. Berikut hasil dari uji homogenitas data pretest dan posttest.

Tabel 2
Uji Homogenitas
Tests of Homogeneity of Variances

		Levene			
		Statistic	df1	df2	Sig.
POSTTESTDANPR E TEST	Based on Mean	6.865	1	64	.011
	Based on Median	6.527	1	64	.013
	Based on Median and with adjusted df	6.527	1	47.912	.014
	Based on trimmed mean	6.710	1	64	.012

Berdasarkan data di atas dapat dinyatakan nilai sig. $p > 0.05$ yang mana data menunjukkan hasil dari semua data lebih dari 0.05 dan dapat dinyatakan bahwa semua data bersifat homogen dan analisis dapat dilanjutkan dengan uji hipotesis.

Tabel 3
Uji Hipotesis

Paired Samples Test										
		Paired Differences					Significance			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	Pretest-Posttest	-20.848	6.605	1.150	-23.191	-18.506	-18.131	32	<.001	<.001

Adapun istilah yang harus peneliti gambarkan sebelum memberikan pernyataan terkait uji hipotesis, istilah yang digunakan, antara lain:

H0 (Hipotesis Nol) : $\mu_1 = \mu_2$, artinya tidak terdapat perbedaan nilai hasil keterampilan Pretest dengan Posttest pada model pembelajaran problem based learning dalam meningkatkan keterampilan gating permainan woodball pada ekstrakurikuler woodball di SMAS Villa Mas Jakarta.

H1(Hipotesis Alternatif) : $\mu_1 \neq \mu_2$, artinya terdapat perbedaan pada model

pembelajaran problem based learning dalam meningkatkan keterampilan gating permainan woodball pada ekstrakurikuler woodball di SMAS Villa Mas Jakarta.

Kriteria pengambilan keputusannya adalah jika nilai signifikan (2-tailed) $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sebaliknya apabila nilai signifikan $> 0,05$ maka H_0 di terima dan H_1 di tolak. Dari data t-test yang telah diberlakukan dengan bantuan SPSS 25 bisa disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima karena nilai signifikan (2-tailed) $< 0.01 < 0.05$.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa “terdapat pengaruh yang signifikan antara model pembelajaran problem based learning terhadap teknik pukulan gating permainan woodball siswa di SMA Villa Mas Jakarta”. Sehingga model pembelajaran problem based learning dapat digunakan sebagai referensi guru, pelatih, siswa, maupun atlet sebagai bahan materi dalam proses meningkatkan kemampuan teknik pukulan gating pada permainan woodball.

Mengenai saran, perlu adanya penelitian berikutnya, dengan memperluas daerah penelitian dan variabel yang lebih kompleks mengenai model pembelajaran problem based learning karena masih banyak variabel yang perlu dikaji lebih dalam. Terkait pukulan gating pada permainan woodball pun demikian, apakah terdapat model ajar yang lebih signifikan pengaruhnya daripada model pembelajaran problem based learning? Tentu itu diperlukan penelitian lanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adesemowo, P. O. (2022). *Pendidikan sebagai Proses Integral Perkembangan Manusia*.
- Astuti. (2023). Meta-analisis Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning terhadap Kemampuan Berpikir Kritis pada Pembelajaran Kimia. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Kimia*, 12(2), 88–99.
- Humas Media KONI Pusat. (2013). *Woodball Resmi Menjadi Anggota KONI*.
- Kristiana. (2022). Pembelajaran Berbasis Masalah: Pengaruhnya terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 10(1), 45–57.
- Meilasari, S., Damris M, D. M., & Yelianti, U. (2020). Kajian Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) dalam Pembelajaran di Sekolah. *BIOEDUSAINS:Jurnal Pendidikan Biologi Dan Sains*, 3(2), 195–207.
<https://doi.org/10.31539/bioedusains.v3i2.1849>
- Novitasari. (2020). Pembelajaran Berbasis Masalah: Strategi Pembelajaran Efektif dalam Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 6(2), 213–220.
- Nugroho. (2021). Pengaruh Problem Based Learning Kolaboratif terhadap Keterampilan Komunikasi Ilmiah Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Biologi*, 10(3), 157–168.
- Rohaeti, E. , & S. I. (2021). Desain Penelitian Pretest-Posttest dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Penelitian Pendidikan*.
- Wardani, S. (2022). Karakteristik Masalah dalam Pembelajaran Berbasis Masalah: Tinjauan Teoritis dan Praktis. *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 55(1), 67–79.
- Wulandari. (2021). Pengembangan Keterampilan Metakognitif Siswa melalui Implementasi Problem Based Learning dalam Pembelajaran Fisika SMA. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Matematika*, 9(1), 12–26.
- Yustianingsih. (2022). Pengembangan Perangkat Pembelajaran Berbasis Pembelajaran Berbasis Masalah: Tahap Menguraikan dan Menyajikan Hasil Karya. *Jurnal Didaktik Matematika*, 9(2), 76–89.