

Penerapan pembelajaran problem-based learning untuk meningkatkan hasil gerak dasar manipulatif

The implementation of problem-based learning to improve manipulative fundamental movement outcomes

M. Khoirul Akbar¹, Afiq Hakim Mujtahidin², Mochamad Ridwan³

¹ppg.makbar97928@program.belajar.id, Program Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia.

²afiqmujtahidin16@guru.sd.belajar.id, Sekolah Dasar Negeri 168 Gersik, Jawa Timur, Indonesia.

³mochamadridwan@unesa.ac.id, Program Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap kemampuan dasar pengembangan manipulatif, khususnya melempar dan menangkap bola, pada siswa kelas IVB UPT SDN 168 Gresik melalui penerapan model pembelajaran berbasis masalah (PBL). Penelitian ini melibatkan 18 siswa, terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan, yang mengikuti dua siklus pembelajaran pengembangan manipulatif dasar. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar pengamatan yang berfokus pada tugas pengembangan manipulatif (melempar dan menangkap). Data dianalisis menggunakan strategi deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Pada siklus pertama, hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan kemampuan melempar sebesar 27% dan menangkap sebesar 23%, dengan persentase keberhasilan sebesar 50% untuk menangkap dan 61% untuk melempar. Dalam siklus momen, terjadi peningkatan yang signifikan, khususnya 33% dalam kemampuan melempar dan 13% dalam kemampuan menangkap, dengan penyelesaian mencapai 83% untuk kemampuan melempar dan 78% untuk kemampuan menangkap. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis masalah (PBL) berhasil diterapkan dalam pembelajaran perkembangan manipulatif dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Kata kunci: Gerak manipulatif, problem based-learning, lempar tangkap.

Abstract

This inquiry about points to uncover the essential manipulative development abilities, particularly tossing and catching the ball, in review IVB understudies at UPT SDN 168 Gresik through applying the problem-based learning (PBL) show. This thinks about included 18 understudies, comprising 8 guys and 10 females, who took part in two cycles of fundamental manipulative development learning. The instrument utilized in this think-about was a perception sheet that centred on manipulative development assignments (tossing and catching). Information was analyzed utilizing qualitative and quantitative clear strategies. Within the beginning cycle, the comes about appeared an increment in tossing capacity by 27% and catching by 23%, with a completion rate of 50% for catching and 61% for tossing. Within the moment cycle, there was an advance increment, specifically 33% in tossing capacity and 13% in catching capacity, with completion coming to 83% for tossing and 78% for catching. Based on these comes about, it can be concluded that the problem-based learning (PBL) demonstrated is successfully connected to manipulative development learning in physical instruction, sports and wellbeing subjects.

Keywords: Manipulative Movement, problem based-learning, throwing and catching.

PENDAHULUAN

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 37 Tahun 2018, siswa harus mampu menguasai keterampilan motorik dasar pada jenjang Sekolah Dasar (SD). Keterampilan tersebut meliputi gerak berpindah, gerak ditempat, dan gerak manipulasi (PERMENDIKBUD, 2018). Sedangkan (Febrianto et al., 2023) mendefinisikan gerak manipulatif sebagai suatu tindakan yang dilakukan oleh tubuh dengan bantuan-bantuan instrumen, seperti memukul bola dengan tongkat atau raket, menggiring atau menendang bola, serta melempar dan menangkapnya. Namun, siswa kelas IVB UPT SDN 168 Gresik masih mengalami kesulitan dalam memahami keterampilan manipulatif dasar, khususnya dalam melempar dan menangkap bola, selama proses pembelajaran. Akibatnya, mereka belum mampu mencapai standar penyelesaian minimal. Masalah ini cukup signifikan karena kemampuan gerak manipulatif dasar sangat penting dalam pembelajaran gerak siswa, mengingat gerakan manipulatif merupakan gerakan kompleks yang melibatkan penggunaan bagian tubuh untuk mengontrol atau memanipulasi objek.(Irwandi et al., 2023). Salah satu penyebabnya guru kurang kreatif dalam pembelajaran serta proses pembelajaran yang tepat pada permasalahan yang dialami (Muhsam & Lestado, 2020).

Sudut pandang evaluasi dalam pembelajaran adalah mengamati antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, di mana semua kegiatan mencerminkan dukungan yang dinamis. Gerakan ini ditunjukkan melalui interaksi siswa di tengah pembelajaran. Pendidikan pada usia Sekolah Dasar memiliki peran penting dalam membentuk fondasi pengetahuan dan keterampilan anak, di mana pada masa ini terjadi perkembangan kognitif dan sosial yang signifikan, sehingga keberhasilan belajar pada tahap ini dapat menjadi dasar yang kuat bagi kesuksesan akademik di masa depan (Yuliawan et al., 2024). Dengan demikian, siswa tidak hanya berperan sebagai penerima manfaat dari informasi dari guru, tetapi juga terlibat secara rasional dan fisik dalam berbagai kegiatan selama pembelajaran.(Mungzilina et al., 2018). Pendekatan pembelajaran dikenal dengan beberapa istilah yang memiliki implikasi yang sama, sehingga orang sering merasa bingung untuk membedakannya. Istilah-istilah tersebut adalah: (1) pendekatan pembelajaran, (2) metodologi pembelajaran, (3) strategi pembelajaran, (4) prosedur pembelajaran, (5) strategi pembelajaran, dan (6) beberapa model pembelajaran. (Gustiawati, 2017). Dari pegangan pembelajaran dan beberapa istilah tersebut, maka model pembelajaran yang dapat dikaitkan dalam pembelajaran

pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah model PBL, karena model ini mengarahkan siswa kepada permasalahan terlebih dahulu, sehingga siswa yang memanfaatkan pandangan dunia pembelajaran berbasis masalah harus mampu berfikir secara efektif untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. (Rahmayanti Dewi, Resti Gustiawati, 2020). Pendekatan PBL mendukung kemampuan murid untuk belajar mandiri, pemahaman, mencari solusi dan berfikir kritis (Herdianti & Dharmayana, 2022).

Pertimbangan dasar bisa jadi adalah kapasitas seseorang untuk menemukan data dan menerangkan suatu masalah dengan cara meminta diri mereka sendiri untuk menggali data mengenai masalah yang tengah mereka hadapi (Handayani & Koeswanti, 2021). Disamping itu, penggunaan model pembelajaran *problem base learning* perlu diterapkan dalam kegiatan pembelajaran berlangsung guna membangun kemampuan peserta didik agar lebih jelas dan paham (Yunitasari & Hardini, 2021). Kemudian, untuk membantu siswa agar tidak terlalu bergantung pada guru dan lebih mampu terlibat dalam kegiatan pembelajaran gerakan manipulatif dasar, mereka diperkenalkan pada masalah yang akan mereka selesaikan. Selain itu, diharapkan pendekatan ini akan mendukung siswa dalam mengembangkan rasa kemandirian dalam aktivitas fisik sejak usia dini. Individu yang terbiasa melakukan aktivitas fisik sejak kecil cenderung akan melanjutkannya hingga dewasa atau tua (Mashud, 2020).

Tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah pendidikan yang mengutamakan jasmani dan sehat perkembangan gaya hidup, fisik dan mental pembangunan yang serasi dan seimbang sosial emosional (Wisnu Adityantoro, 2021). PJOK dilaksanakan dengan menitikberatkan pada latihan-latihan jasmani yang tidak semata-mata didasarkan pada pengetahuan umum subjek. (Jeong & So, 2020). Dalam kaitannya dengan pembelajaran instruksi fisik, olahraga, dan kesejahteraan, latihan selalu mengutamakan tindakan fisik. Biasanya karena gerakan fisik mencerminkan inspirasi, keyakinan dalam kompetensi fisik, dan informasi serta pemahaman yang dibutuhkan untuk menghargai dan dapat diandalkan untuk mengambil bagian dalam gerakan fisik sepanjang hidup. (Nurdin Syaputra et al., 2023). Penelitian ini bertujuan untuk mencari solusi dan memperbaiki hasil, khususnya dalam melempar dan menangkap bola. Untuk itu, peneliti melaksanakan penelitian “Penerapan Pembelajaran *Problem Based Learning* untuk Meningkatkan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Kelas IVB UPT SDN 168 Gresik.”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian aktivitas kelas. Penelitian aktivitas kelas ini mengadopsi model Kemmis & Mc. Taggart, yang mencakup tahap-tahap berikut: 1) perencanaan, 2) penggunaan aktivitas, 3) pengamatan, dan 4) refleksi. (Asriati et al., 2022) Data yang akan disertakan dalam penelitian ini bersumber dari kegiatan pembelajaran. (.Syafriadi et al., 2021). Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IVB UPT SD 168 Gresik Kecamatan Driyorejo Kabupaten Gresik tahun ajaran 2024-2025 dengan jumlah siswa 18 siswa yang terdiri dari 8 laki-laki dan 10 perempuan.

Instrumen Instrumen yang digunakan dalam kegiatan kelas ini meliputi pengumpulan informasi melalui lembar pengamatan koordinat. Informasi dikumpulkan dengan menggunakan petunjuk gerak melempar dan menangkap yang telah ditetapkan sebagai acuan penyelesaian materi pembelajaran, yang mencakup sudut pandang berikut: 1) gerak mendorong/melempar, dan 2) gerak menerima. (Sitompul & Sholihamia, 2020).

Persiapan pengumpulan informasi dan evaluasi siklus satu dan dua dilakukan setelah siswa menyelesaikan latihan pembelajaran pengembangan manipulatif dengan menggunakan model pembelajaran berbasis masalah (PBL). Struktur kalimat pembelajaran yang digunakan meliputi: 1) mengarahkan siswa pada masalah, 2) mengajak siswa untuk menghafal, 3) mengarahkan soal baik secara mandiri maupun berkelompok, 4) membuat dan menyajikan hasil, dan 5) menganalisis dan menilai persiapan pemecahan masalah. (Puspita et al., 2018).

Analisis data Pengkajian informasi yang dapatkan dari hasil pengambilan setiap siklus dengan menggunakan strategi kuantitatif dan subjektif di tengah-tengah proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran berbasis masalah. Hasil penilaian akan ditampilkan dalam bentuk deskripsi dengan persamaan laju untuk memudahkan melihat dan memahami hasil penilaian pada setiap siklus. Untuk mengetahui kelengkapan hasil belajar siswa, akan dianalisis secara langsung dengan menggunakan laju, yaitu:

$$N = \frac{\text{Skor didapatkan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

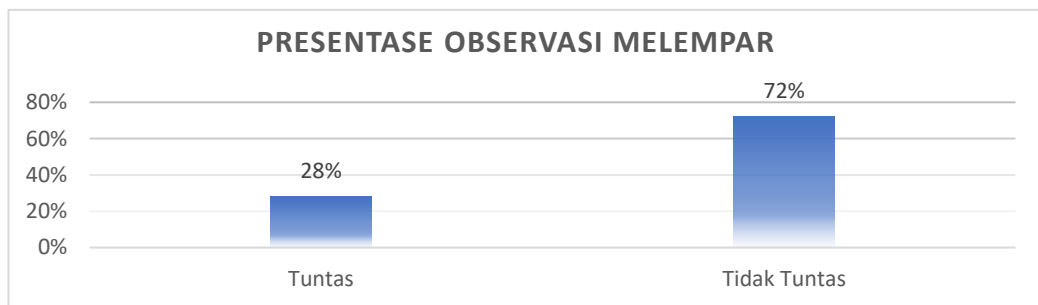
Poin maksimum yang dapat dihasilkan siswa adalah 9, jika mereka berhasil memenuhi semua indikator yang ditetapkan untuk keterampilan melempar dan menangkap.

HASIL

Hasil observasi data awal atau pra siklus yang dikumpulkan pada pembelajaran melempar dan menangkap oleh 18 peserta didik, 7 laki-laki dan 11 perempuan, di kelas IVB UPT SDN 168 Gersik. Tabel 1 dan 2 di bawah ini menampilkan data observasi awal:

Tabel 1. Hasil Pra Siklus (Melempar)

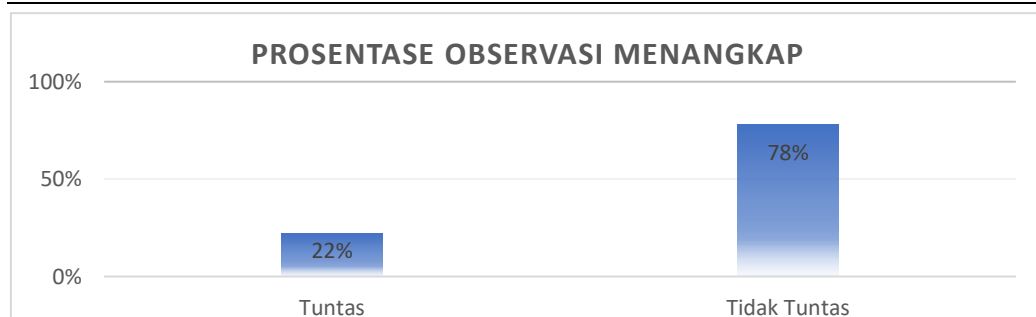
Rentan Nilai.	Kriteria.	Keterangan.	Jumlah Siswa.	Jumlah Siswa.
>87	Baik Sek ali	Tuntas	2	11%
81-86	Baik.		2	11%
76-80	Cukup.		1	6%
<75	Kurang.	Tidak Tuntas	13	72%
	Jumlah.		18	100%



Gambar 2. Grafik Pra Siklus Menangkap

Tabel 2. Hasil Pra Siklus (Menangkap)

Rentan Nilai.	Kriteria.	Keterangan.	Jumlah Siswa.	Jumlah Siswa.
>87	Baik Sekali.	Tuntas	0	0%
81-86	Baik.		2	11%
76-80	Cukup.		2	11%
<75	Kurang.	Tidak Tuntas.	14	78%
	Jumlah.		18	100%



Gambar 3. Grafik Pra Siklus Melempar

Hasil observasi awal terlihat bahwa data interpretasi ketuntasan yang diperoleh dari pembelajaran melempar dan menangkap bola sebagai berikut: Saat gerak dasar

melempar masuk kriteria ketuntasan sebanyak 5 siswa 28% sedangkan 13 siswa 72% belum mencapai ketuntasan. Pada gerak dasar menangkap yang mencapai ketuntasan sebanyak 4 siswa 22% dan yang belum mencapai ketuntasan sebanyak 14 siswa 78%. Dengan melihat hasil observasi tingkat kecapaian siswa masih jauh dari hasil belajar yang baik, sehingga akan dilanjutkan pada tahap siklus 1.

Siklus I

Dalam siklus satu, penulis melaksanakan latihan pembelajaran dalam dua kelompok dengan menerapkan metode pembelajaran Problem Based Learning (PBL). Metode ini digunakan untuk mengkoordinasikan siswa dengan masalah-masalah yang berkaitan dengan gerakan dasar melempar dan menangkap. Pada awal setiap sesi pembelajaran, penulis membimbing siswa untuk melakukan pemanasan selama kurang lebih 10-15 menit dengan permainan Goboy konvensional, sebagai persiapan fisik sebelum memasuki latihan pembelajaran inti.

Saat memasuki pusat pembelajaran, analis memusatkan perhatian pada isu-isu dalam perkembangan melempar dan menangkap manipulatif yang mendasar, menghitung strategi melempar dan menangkap yang tepat dan produktif. Analis menjelaskan mulai dari posisi awal, posisi saat melakukan perkembangan, hingga posisi setelah perkembangan dilakukan. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok, yang masing-masing terdiri dari empat orang. Dalam kelompok ini, siswa saling berhadapan dan melakukan perkembangan melempar dan menangkap secara bergantian dengan jarak sekitar tiga meter menggunakan bola plastik. Selain itu, siswa diminta untuk mengamati bersama anggota kelompoknya berkenaan dengan isu-isu yang muncul saat melakukan perkembangan mendasar tersebut, dengan arahan dari analis. Setelah itu, setiap kelompok menunjukkan hasil gerakan lempar dan tangkap mereka secara bergantian di depan kelas. Peneliti dan siswa kemudian merefleksikan gerakan manipulatif yang telah dilakukan. Pembelajaran diakhiri dengan pendinginan, evaluasi terhadap proses kegiatan, serta sesi tanya jawab bersama. Peneliti juga menyimpulkan hasil pertemuan dan memberikan arahan untuk pembelajaran pada pertemuan berikutnya.

Tabel 3. Hasil (Melempar) pada Siklus 1

Rentan Nilai	Kriteria	Keterangan	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa
>87	Baik. Sekali	Tuntas.	3	17%
81-86	Baik.		2	11%
76-80	Cukup.		4	22%
<75	Kurang.	Tidak Tuntas	9	50%
	Jumlah.		18	100%

Tabel 4. Hasil (Menangkap) pada Siklus 1

Rentan Nilai	Kriteria	Keterangan	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa
>87	Baik Sekali	Tuntas	3	17%
81-86	Baik		3	17%
76-80	Cukup		5	28%
<75	kurang	Tidak. Tuntas	7	39%
	Jumlah		18	100%

Berdasarkan hasil siklus pertama dapat disimpulkan bahwa hasil kegiatan manipulatif dasar melempar dan menangkap bola pada kegiatan pembelajaran di kelas terlihat bahwa 50% siswa memiliki hasil yang kurang tepat dalam melempar bola, sedangkan 39% siswa memiliki hasil yang kurang tepat dalam menangkap bola. Ketuntasan siswa pada siklus I belum mencapai standar minimal yang ditetapkan oleh peneliti yaitu sebesar 75%. Dari pengamatan peneliti ditemukan beberapa permasalahan pada siklus I yaitu: 1) Sebagian siswa kurang memahami permasalahan yang muncul pada saat melakukan kegiatan dasar melempar dan menangkap bola, 2) Siswa kurang fokus dalam memahami permasalahan yang diberikan, dan 3) Siswa cenderung saling menyalahkan dalam kelompok. Penilaian peneliti menunjukkan bahwa: 1) Analis harus lebih meningkatkan investigasi tahap pembelajaran dengan demonstrasi Problem Based Learning (PBL), 2) Analis harus meningkatkan ketekunan dalam manajemen kursus, dan 3) Analis harus lebih fokus untuk memperhatikan dan mengarahkan siswa selama persiapan ujian. Berdasarkan penilaian dan kesimpulan, investigasi aktivitas kelas akan dilanjutkan pada siklus II dengan merefleksikan dan mengembangkan pembelajaran yang telah dilakukan, untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Siklus II

Dalam pertemuan pertama siklus kedua, peneliti melaksanakan rencana pembelajaran dengan memperhatikan perkembangan yang telah diidentifikasi dalam siklus I. Dalam pertemuan kedua, peneliti kembali melakukan pengamatan dan penilaian terhadap keterampilan dasar melempar dan menangkap bola. Hasil yang diperoleh siswa dalam siklus kedua adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil (Melempar) Pada Siklus II

Rentan Nilai	Kriteria	Keterangan	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa
>87	Baik Sekali	Tuntas	4	6%
81-86	Baik		6	33%
76-80	Cukup		5	28%
<75	kurang	Tidak Tuntas	3	17%
	Jumlah		18	100%

Tabel 6. Hasil (Menangkap) Pada Siklus II

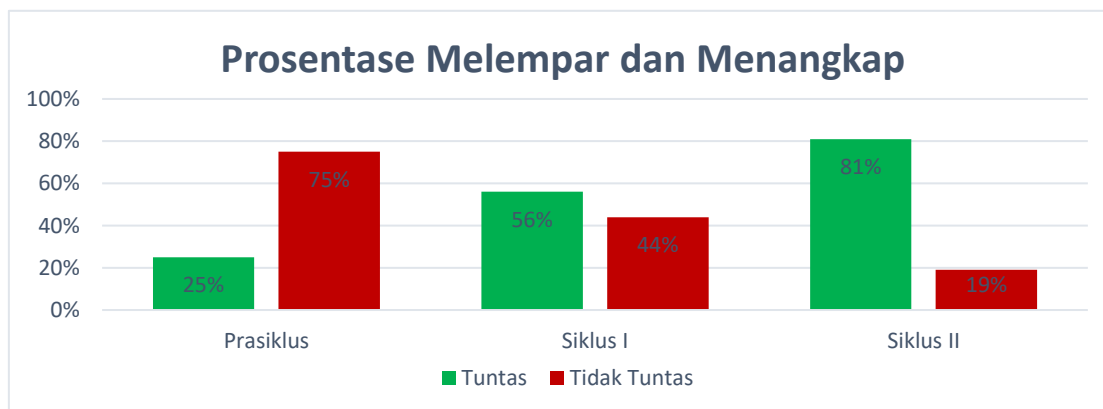
Rentan Nilai	Kriteria	Keterangan	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa
>87	Baik Sekali	Tuntas	4	22%
81-86	Baik		4	22%
76-80	Cukup		6	33%
<75	kurang	Tidak Tuntas	4	22%
	Jumlah		18	100%

Hasil data siklus II, siswa kelas IVB UPT SDN 168 Gresik menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dalam kemampuan melempar dan menangkap bola, melampaui batas minimal yang ditetapkan peneliti, yaitu 75%. Informasi subjektif yang diperoleh dari rencana pembelajaran pada siklus II dengan menggunakan model *Problem Based Learning* (PBL) menunjukkan peningkatan yang cukup baik dibandingkan dengan siklus I dan II.

Analisis menyajikan hasil persepsi terhadap tes kemampuan perkembangan manipulatif dasar dari siklus I dan II dalam bentuk diagram, yang menunjukkan temuan-temuan berikut: 1) siswa memahami dengan baik soal-soal dalam mempelajari gerak dasar manipulatif melempar dan menangkap, 2) siswa mengkaji soal-soal dengan baik, dan 3) siswa dapat memperoleh masukan dari kelompok dan siswa lain. Tes dilaksanakan

pada siklus I dan II dengan menggunakan strategi pembelajaran berbasis masalah (PBL). Berdasarkan persepsi pendidik, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa: 1) guru berhasil mengelola pembelajaran dengan cara yang mendukung pembelajaran, 2) memahami penerapan (PBL) dengan baik, dan 3) memberikan pengarahan yang efektif kepada siswa selama pembelajaran mata pelajaran.

Berdasarkan hasil observasi kuantitatif, peneliti menyimpulkan bahwa integritas minimal yang diharapkan tercapai pada siklus II. Oleh karena itu, peneliti dapat menyimpulkan bahwa ketuntasan yang ditentukan berhasil dicapai dengan penerapan model pembelajaran berbasis masalah (PBL) pada pembelajaran gerak dasar manipulatif melempar dan menangkap. Penelitian tindakan siklus ketiga ini tidak perlu dilanjutkan karena hasilnya sudah cukup. Jika dibandingkan skor siklus I dan II, terlihat adanya perbedaan yang signifikan pada keterampilan melempar dan menangkap, peningkatan terlihat dari siklus sebelumnya ke siklus II.



Gambar 4. Grafik melempar dan menangkap antara siklus

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengamatan kuantitatif, penulis menyimpulkan bahwa ketuntasan minimal yang diharapkan telah tercapai pada siklus II. Dengan demikian, analisis dapat menyatakan bahwa ketuntasan yang ditetapkan telah tercapai secara efektif melalui penerapan (PBL) dalam mempelajari perkembangan manipulatif dasar melempar dan menangkap. Dengan demikian, hasil yang diperoleh sudah memuaskan, siklus ketiga penelitian tindakan ini tidak perlu dilanjutkan. Perbandingan skor antara siklus I dan II menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada keterampilan melempar dan menangkap, dengan peningkatan yang nyata dari siklus sebelumnya ke siklus II.

Hasil penelitian (Priyadi, 2021) Ternyata penerapan Problem Based Learning (PBL) menunjukkan peningkatan hasil belajar bola voli secara keseluruhan dari 59% menjadi 100% dalam 4 kali pertemuan dan 2 siklus. Meskipun penelitian ini hanya

menyajikan informasi kuantitatif dan berfokus pada materi pembelajaran bola voli, sedangkan penelitian lain membahas tentang perkembangan melempar dan menangkap bola voli secara manipulatif, keduanya menggunakan pandangan dunia pembelajaran yang sama dan mencapai tingkat keberhasilan yang sama. (Irawan & Prastiwi, 2020), Terjadi peningkatan hasil belajar siswa dari siklus I ke siklus II. Pada siklus I, 18 siswa (45%) berhasil dan 22 siswa (55%) gagal. Pada siklus II, 35 siswa (87,5%) berhasil dan 5 siswa (12,5%) gagal. Perbedaan dalam penelitian terletak pada strategi, analisis data, bahan ajar, dan jenjang pendidikan. Penelitian terkait lainnya.

Investigasi terhadap penerapan model pembelajaran berbasis masalah (PBL) menunjukkan bahwa masalah yang diperkenalkan dalam acara ini sangat meyakinkan dalam mencapai target pembelajaran dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesejahteraan.(Hotimah, 2020). PBL terbukti efektif dalam meningkatkan keaktifan dan berpikir kritis siswa dalam pembelajaran PJOK, khususnya dalam gerak manipulatif. Penelitian ini berfokus pada gerak manipulatif, sementara keterampilan gerak lainnya, seperti lokomotor dan non-lokomotor, belum dibahas. (Yudanto, 2020). Oleh karena itu, akan sangat disayangkan jika temuan ini hanya diterapkan dalam pengajaran PJOK tanpa eksplorasi lebih lanjut. Diharapkan akan ada penelitian tambahan yang menggunakan metodologi, sumber daya pendidikan, dan materi yang lebih luas atau alternatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif

PEMBAHASAN

Kemampuan motorik sangat penting dalam pendidikan jasmani karena merupakan bagian dari ranah psikomotorik yang berperan dalam pembentukan keterampilan dasar untuk berbagai cabang olahraga (Septianto, 2016). Komponen keterampilan gerak dasar motorik mencakup shuttle run, keseimbangan, lari 30 meter, dan lempar tangkap bola. Pengukuran tingkat keterampilan gerak dasar motorik siswa kelas rendah di SDN 1 Betak melibatkan tes yang mengukur kelincahan dalam bergerak dan mengubah arah, keseimbangan tubuh, kecepatan lari, serta koordinasi mata dan tangan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari seluruh siswa kelas rendah di SDN 1 Betak pada tahun 2023, terdapat 6 siswa (17,6%) yang masuk dalam kategori sangat baik, 9 siswa (26,40%) dalam kategori baik, 7 siswa (20,5%) dalam kategori cukup, 8 siswa (23,5%) dalam kategori kurang, dan 4 siswa (12%) dalam kategori sangat kurang. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan keterampilan gerak dasar motorik siswa kelas rendah di SDN 1 Betak tahun 2023 sebagian besar berada

dalam kategori baik.

Pembelajaran motorik merupakan subdisiplin perilaku motorik yang meneliti bagaimana seseorang memperoleh keterampilan motorik dengan perubahan yang relatif permanen sebagai hasil dari latihan atau pengalaman (Haibach-Berach et al., 2018). Selain itu, belajar motorik juga melibatkan studi tentang keterampilan untuk memperoleh dan menyempurnakan gerakan. Untuk melakukannya, diperlukan kontrol perhatian dan konsentrasi (Rahayubi, 2012). Hasil penelitian ini sejalan dengan konsep bahwa penguasaan keterampilan motorik dapat ditingkatkan melalui latihan yang konsisten dan pengalaman yang berkelanjutan.

Menurut Hurlock (1991), ada lima prinsip perkembangan motorik, yaitu: (1) perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan saraf, (2) belajar keterampilan motorik tidak terjadi sebelum anak matang, (3) perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diprediksi (mengikuti perubahan kegiatan), (4) menentukan norma perkembangan motorik, dan (5) perbedaan individu mempengaruhi laju perkembangan motorik. Perkembangan motorik terkait erat dengan kemampuan gerak anak, yang terlihat jelas melalui berbagai macam gerakan. Merujuk pada penjelasan-penjelasan sebelumnya dapat dikatakan motorik pada usia sekolah dasar perlu dilatih agar berkembang secara sempurna, karena semakin banyak anak bergerak, semakin besar manfaatnya dalam menguasai gerakan motoriknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan metode dan hasil yang diperoleh, penelitian ini menemukan bahwa penggunaan pembelajaran berbasis masalah (PBL) terbukti efektif dalam mengajarkan siswa teknik dasar melempar dan menangkap bola yang digunakan dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Oleh karena itu, guru dapat menggunakan pembelajaran (PBL) ini sebagai alternatif untuk meningkatkan kualitas dan efektivitas pendidikan jasmani. Pembelajaran ini dapat memanfaatkan sumber daya yang lebih besar, subjek penelitian yang lebih beragam, dan pendekatan dalam penelitian di masa mendatang.

REFERENSI

- Asriati, N., Herkulana, Budiman, J., Fitria, S., Ernawati, S., & Kurniawan, S. (2022). *WORKSHOP PENYUSUNAN PROPOSAL PENELITIAN TINDAKAN KELAS workshop ini dilaksanakan agar memberikan pemahaman aplikatif kepada guru selaku subjek penting dalam upaya perbaikan kualitas pendidikan berkelanjutan*
-

melalui kegiatan penelitian tindakan kelas . *Met.* 5(April), 42–53.

- Febrianto, A., Muhammad, H. N., & Dhamayanti. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Melempar Menggunakan Model Problem Basic Learning Siswa Kelas II. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 5612–5619.
- Gustiawati, R. R. (2017). Implementasi Model-Model Pembelajaran Penjas dalam Meningkatkan Kemampuan Guru Memilih dan Mengembangkan Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 1(1), 27. <https://doi.org/10.26740/jossae.v1n1.p27-31>
- Handayani, A., & Koeswanti, H. D. (2021). Meta-Analisis Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kreatif. *Jurnal Basicedu*, 5(3), 1349–1355. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i3.924>
- Herdianti, A., & Dharmayana, W. (2022). Penggunaan Media Manipulatif Untuk Meningkatkan Aktivitas Pembelajaran Matematika (PTK di Kelas IV A SD Negeri 1 Kota Bengkulu). *Triadik*, 16(2), 35–43.
- Hotimah, H. (2020). Penerapan Metode Pembelajaran Problem Based Learning Dalam Meningkatkan Kemampuan Bercerita Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Edukasi*, 7(3), 5. <https://doi.org/10.19184/jukasi.v7i3.21599>
- Irawan, A., & Prastiwi, B. K. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran TGfU dan PBL terhadap Hasil Belajar PJOK Kelas VII SMP IT Bina Amal. *Journal of Education and Sport Science*, 1(2), 72–76.
- Irwandi, B., Nuryadi, N., & Gumilar, A. (2023). Keterampilan Gerak Manipulatif Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Gender Pasca Pandemi Covid-19. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 6(2), 145–153. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v6i2.6031>
- Jeong, H. C., & So, W. Y. (2020). Difficulties of online physical education classes in middle and high school and an efficient operation plan to address them. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197279>
- Mashud, M. (2020). The Effectiveness of Physical Education Learning in Elementary School Located in Wetland Environment. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 5(2), 265. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i2.13194>
- Muhsam, J., & Lestado, M. R. (2020). Penerapan Model Contextual Teaching And Learning (CTL) Pada Materi Gaya Bagi Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Elementary*, 3(2), 53–57.
- Mungzilina, A. K., Kristin, F., & Anugraheni, I. (2018). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Dan Hasil Belajar Siswa Kelas 2 Sd. *NATURALISTIC : Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(2), 184–195. <https://doi.org/10.35568/naturalistic.v2i2.209>
- Nurdin Syaputra, M., Magister Pendidikan Jasmani, P., Kahri, R., & Arifin, S. 2023. (n.d.). Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif (Lempar Tangkap) Melalui Model Problem Base Learning. *Journal of S.P.O.R.T Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training E-ISSN 2620-7699 | P-ISSN 2541-7126 2023*. <https://doi.org/10.37058/sport>
-

- PERMENDIKBUD, N. T. 2018. (2018). *KEBUDAYAAN, KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN INDONESIA, REPUBLIK Marthin., 2018.*
- Priyadi, B. (2021). Efektivitas Penerapan Model Problem Based Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli. *Physical Activity Journal*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.3.1.4774>
- Puspita, M., Slameto, S., & Setyaningtyas, E. W. (2018). Peningkatkan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas 4 Sd Melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning. *Justek: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(1), 120. <https://doi.org/10.31764/justek.v1i1.416>
- Rahmayanti Dewi, Resti Gustiawati, & R. A. (2020). (2020). *E-ISSN : 2722-3450. 1(2).*
- Sitompul, S. R., & Sholihamia, A. (2020). Modifikasi Gerak Dasar Melalui Terapan Pole Circuit Games Dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(2), 262.
- Syafriadi, S., Lalu Sapta Wijaya Kusuma, & Rusdiana Yusuf. (2021). Integrasi Permainan Tradisional Dalam Metode Pembelajaran Praktik untuk Meningkatkan Minat Belajar PJOK. *Reflection Journal*, 1(1), 14–21. <https://doi.org/10.36312/rj.v1i1.487>
- Yudanto, Y. (2020). Pengaruh model aktivitas jasmani berbasis perseptual motorik terhadap gerak dasar manipulatif anak taman kanak-kanak. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 92–104. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13976
- Yuliawan, D., Suherman, W. S., & Nopembri, S. (2024). Structural analysis of physical activity, self-efficacy on academic achievement, and critical thinking abilities of elementary school children Análisis estructural de la actividad física, la autoeficacia en el rendimiento académico y las habilidades de pe. *Retos*, 60(2024), 1076–1083. <https://doi.org/https://doi.org/10.47197/retos.v60.106989>
- Yunitasari, I., & Hardini, A. T. A. (2021). Penerapan Model PBL Untuk Meningkatkan Keaktifan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 1700–1708. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.983>