



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola Melalui Metode *Project Based Learning* Kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate

Rifan Onat^{1*}, Alief Lam Akhmady², Mahatma Raison Pribadi³

^{1,2} Pendidikan Olahraga ISDIK Kie Raha. Maluku Utara. Indonesia

*Correspondent: rifanonat63@gmail.com

ABSTRAK

Upaya meningkatkan hasil belajar shooting dalam permainan sepak bola melalui metode project based learning pada kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate. Dibimbing oleh selaku Mahatma Raison Pribadi, M.Pd, pembimbing I dan Alief Lam Akhmady, M,Pd selaku pembimbing II. Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Pendidikan Institut Sains dan Kependidikan, Kie Raha Maluku Utara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya meningkatkan hasil belajar shooting dalam permainan sepak bola melalui metode project based learning pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate yang berjumlah 30 siswa. Hasil temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hasil belajar siswa setelah dilaksanakan pra tindakan memperoleh nilai rata-rata sebesar 43,3% dan pada siklus I memperoleh nilai rata-rata sebesar 93,3%. Simpulan dari penelitian ini adalah metode project based learning dapat meningkatkan hasil belajar shooting dalam permainan sepakbola pada kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate. Peningkatan dari pra tindakan ke siklus I sebesar 50,0%.

Kata Kunci : Hasil Belajar, Shooting sepakbola, Project based learning,

PENDAHULUAN

Pendidikan olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Sebagai mata pelajaran yang menitik beratkan pada ranah psikomotor, tetapi tidak mengabaikan ranah kognitif dan afektif, pendidikan jasmani mencakup kegiatan pokok dan kegiatan pilihan.

Pendidikan jasmani ialah suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik yang mana tujuannya untuk menggunakan semua fungsi tubuh

untuk bergerak secara menyeluruh, untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani dari segi aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan (Taqwim dkk., 2020).

Di Negara Indonesia pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan. Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan pada hakekatnya merupakan satu upaya yang dilakukan dengan sadar, berencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan guna terciptanya sumber daya manusia dalam pembangunan Bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha penyimpan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan dimasa yang akan datang (Rahman, Hendriko, & -, A. (2019).

Pembelajaran aktif dalam bidang ini tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga membentuk pola pikir yang menyadari pentingnya keseimbangan antara aktivitas fisik, pola makan yang seimbang, dan kesejahteraan mental. Pendidikan jasmani tidak hanya sekedar tentang kebugaran jasmani semata, tetapi juga merupakan wahana untuk membentuk karakter siswa yang peduli terhadap kesehatan secara menyeluruh. Selain di lingkungan sekolah, peran orang tua juga sangat penting dalam menanamkan nilai-nilai gaya hidup sehat kepada anak-anak (Travelancya, 2021).

Hasil belajar merupakan perubahan yang di peroleh siswa setelah mengalami aktivitas belajar. Perubahan yang diperoleh tersebut tergantung pada apa yang dipelajari oleh siswa. Hasil belajar yang dihasilkan oleh siswa tergantung pada proses belajarnya. Kegiatan belajar merupakan salah satu komponen dalam proses penyelenggaraan pendidikan yang melibatkan peran aktif guru dan anak didik agar tujuan penyelenggaraan pendidikan secara umum tercapai secara optimal. Guru sebagai individu penting pada kegiatan belajar mengajar memiliki harapan agar materi yang disampaikan dapat dipahami oleh siswa sesuai dengan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan sebelum kegiatan belajar dan mengajar yang di lakukan. (Latief Hendrayani, & Samsuddin, 2021).

Sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang sangat di gemari seluruh penjuru dunia, untuk mencapai prestasi dalam sepakbola banyak hal yang harus di miliki di antaranya kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental.

Rendahnya hasil belajar shooting ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah model pembelajaran yang kurang efektif dan belum mampu menggugah partisipasi aktif siswa. Selama ini, pembelajaran teknik shooting masih bersifat satu arah, di mana guru mendemonstrasikan gerakan dan siswa hanya meniru tanpa mendapatkan pengalaman belajar yang mendalam. Akibatnya, siswa menjadi kurang termotivasi dan kurang memahami prinsip dasar dari teknik shooting yang baik. Kegiatan pembelajaran menjadi monoton dan kurang menantang, sehingga berdampak pada minimnya keterlibatan siswa dalam proses belajar. Shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukan bola ke dalam gawang. Teknik dasar menendang bola dengan kaki kura-kura penuh biasa digunakan para pemain sepakbola dengan tujuan untuk memasukan bola ke dalam tiang gawang. Menurut Sudrajat (2021) Shooting adalah teknik menendang bola ke arah gawang lawan dengan tujuan mencetak gol, yang dilakukan dengan kekuatan dan ketepatan tinggi. Shooting bukan hanya soal kekuatan, tetapi juga soal akurasi, posisi tubuh,

dan waktu yang tepat. Shooting yang efektif adalah kombinasi antara kekuatan, akurasi, posisi tubuh, dan keputusan yang cepat. Menurut Aminullah & Hakim (2023) menyatakan bahwa shooting adalah komponen utama dalam finalisasi serangan (finishing). Tanpa teknik shooting yang baik, strategi penyerangan akan sia-sia. Mereka menekankan bahwa untuk mendapatkan hasil yang optimal di butuhkan latihan shooting mencakup, Kekuatan otot kaki, Koordinasi gerak dengan penglihatan, dan Keseimbangan tubuh. Menurut guru untuk mengoptimalkan hasil belajar siswa pada materi sepakbola sebenarnya bisa dilakukan hanya saja terbatas oleh waktu, guru juga mengungkapkan bahwa masih memerlukan adaptasi untuk dapat menggunakan model, metode, atau pendekatan pembelajaran yang sesuai. Mengingat permasalahan yang penulis temukan dalam kegiatan observasi dan wawancara, penulis menaruh perhatian pada salah satu teknik dasar shooting kurangnya ketepatan arah bola ke sasaran gawang.

Permainan Sepakbola.

Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Sepakbola adalah permainan yang sangat populer, karena permainan sepakbola sering dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa maupun orang tua. Sepak bola di seluruh dunia dan di kalangan masyarakat Indonesia merupakan olahraga yang sangat digemari (Datau et al., 2022; Millah et al., 2022). Sepakbola memiliki potensi besar dalam membangun rasa nasionalisme bagi setiap warga negara (Anam et al., 2023; Sarifudin et al., 2023). Setiap pemain dalam tim Sepakbola mempunyai peran tertentu yang harus dijalankan, seperti bek, gelandang, penyerang, atau penjaga gawang. (Irfan et al., 2020). Sepakbola adalah permainan yang rumit, maka diperlukan pelatihan khusus. Sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki yang dilakukan dengan tangkas, sikap, cepat, dan baik dalam mengontrol bola dengan tujuan untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya. (Rifan, et al., 2023). Pemain Sepakbola harus bugar secara fisik, cepat, kuat, dan terampil untuk memainkan permainan.

Teknik Dasar Shooting.

Shooting yang akurat merupakan kunci untuk mencetak gol, yang pada gilirannya dapat menentukan hasil akhir suatu pertandingan (Sari & Gazali, 2020). Mengingat begitu pentingnya teknik shooting, seorang pemain sepakbola harus dapat menguasai teknik tersebut. Dalam upaya meningkatkan akurasi shooting, penelitian tentang faktor-faktor yang memengaruhi kinerja shooting menjadi semakin penting (Afrinaldi dkk., 2021). Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi shooting seperti penguasaan teknik yang baik, kemampuan fisik seperti akurasi, kecepatan, daya ledak otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki (Gardasevic, 2019). Mielke (2007:16) mengatakan bahwa shooting ialah mode untuk memanfaatkan peluang. Shooting akan datang secara tiba-tiba maka seorang pemain harus bisa memanfaatkan kesempatan untuk dapat melakukan shooting pada saat yang tepat. Keakuratan Shooting dianggap sebagai mode yang sangat penting dari pemain sepakbola. Pemain sepakbola yang baik ialah orang yang sanggup melakukan aksi motorik situasional kompleks yang terkoordinasi dalam ruang waktu tertentu dan dalam periode waktu sesingkat mungkin dan dengan akurasi shooting yang baik. (Corluka,2018).

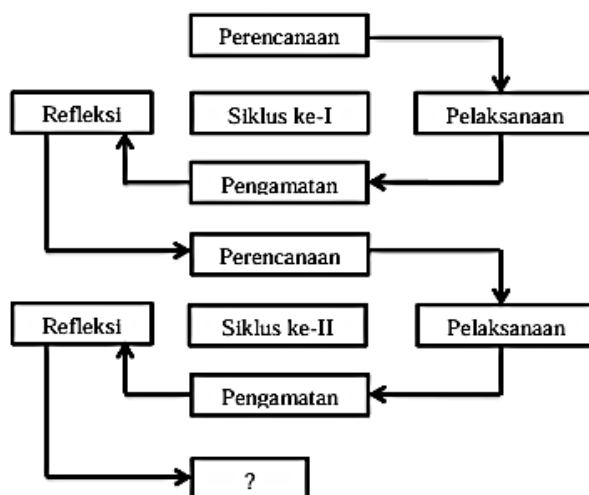
Metode Project Based Learning

Metode Project Based Learning (PJBL) merupakan model pembelajaran yang menggunakan proyek atau kegiatan sebagai media untuk membantu siswa mencapai kompetensi pengetahuan, ketrampilan dan sikap, metode Project Based Learning (PJBL) mendorong siswa untuk terlibat secara aktif dalam proses belajar melalui proyek yang relevan dengan kehidupan nyata. (Badriah, 2022, 465-466). Pembelajaran berbasis proyek atau Project Based Learning (PJBL) dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk bekerja secara kreatif dan mandiri, mampu mendorong siswa dalam menerapkan pengetahuan dan keterampilan serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran.

Pembelajaran berbasis proyek atau project based learning sering kali disebut dengan metode pengajaran yang menggunakan persoalan masalah dalam sistemnya dengan tujuan mempermudah siswa dalam proses pemahaman serta penyerapan teori yang diberikan dengan menggunakan pendekatan kontekstual serta menumbuhkan keahlian siswa dalam berpikir kritis

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan desain Penelitian Tindakan kelas (PTK). Menurut Arikunto, (2017) penelitian tindakan adalah penelitian yang dilakukan dengan tujuan memperoleh hasil belajar siswa yang memuaskan. Rancangan penelitian Tindakan kelas sebagaimana tergambar pada gambar berikut :



Gambar 3.1. desain penelitian PTK siklus pembelajaran siklus 1 dan siklus 2 Sumber: (Sinaga, 2024)

Tahapan-tahapan tersebut di ikuti dengan perencanaan ulang jika di perlukan sampai tujuan penelitian tercapai. Penelitian yang di lakukan secara kolaboratif dengan guru mata pelajaran PJOK. (Sinaga, 2024) Penelitian di rencanakan dalam 2 siklus, adapun prosedur pelaksanaannya sebagai berikut:

Perencanaan : Mempersiapkan RPP, fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan pengajaran.

Mempersiapkan lembar observasi peserta didik, lembar observasi di gunakan untuk melihat keaktifan peserta selama proses belajar mengajar berlangsung.

Pelaksanaan : Menyapa peserta didik saat masuk dalam kelas.

Melaksanakan proses pembelajaran.

Menganalisa penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani.

Memberitahukan tujuan pembelajaran sepakbola, setelah itu peserta didik

Tahap Pengamatan : Pada tahap ini di lakukan observasi terhadap pelaksanaan tindakan yang di lakukan guru terhadap peserta didik selama kegiatan belajar di kelas dengan melakukan penilaian afektif, kognitif, dan Phisikomotor terhadap keberhasilan peserta didik.

Refleksi : Semua data yang diperoleh pada siklus 1 di kumpulkan dan di analisis, dari hasil observasi dan penilaian tes siklus 1 di gunakan untuk merefleksi diri peserta serta menemukan apakah kegiatan belajara mengajar melalui model pembelajaran Projed Based Learning (PJBL) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK. Hasil analisis siklus 1 akan di gunakan sevagai acuan untuk melaksanakan siklus berikutnya.

Observasi : Berdasarkan hasil pengamatan terhadap proses belajar-mengajar hasil belajar teknik dasar shooting menggunakan model pembelajaran kegiatan yang dilakukan oleh guru dan peserta didik dalam proses pembelajaran selama tindakan diberikan untuk mengetahui sejauh mana keterlaksanaan model dalam gaya mengajar project based learning sebagai upaya peningkatan hasil belajar peserta didik. Menurut Sugiyono, (2019). Pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data. Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik observasi dan tes serta dokumentasi. Arikunto (2017: 222) menjelaskan bahwa metode observasi adalah suatu usaha sadar untuk mengumpulkan data yang dilakukan secara sistematis, dengan prosedur yang standar, Dokumentasi adalah mencari dan mengumpulkan data mengenai hal hal yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen, rapat, agenda dan sebagainya

Dokumentasi : Dokumentasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dokumentasi berupa kegiatan pelaksanaan penelitian dan dokumentasi berupa data hasil penelitian.

Instrumen Penelitian

a. Tes unjuk kerja (Psikomotorik)

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki b. Badan c. Lengan dan tangan d. Pandangan mata		
2	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki b. Badan c. Lengan dan tangan d. Pandangan mata		
3	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki b. Badan c. Lengan dan tangan d. Pandangan mata		

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada SMA Negeri 2 Kota Ternate, kemudian mendapatkan respon yang baik dari pihak sekolah, penelitian ini yaitu 1 kelas dengan jumlah siswa sebanyak 30 siswa . dalam penelitian ini menggunakan model pembelajaran berbasis proyek yaitu Project Based Learning yang dilaksanakan di dalam kelas dan diluar kelas, dengan cara membagi soal kepada siswa untuk memecahkan masalah mengenai Shooting kemudian mencontohkan didepan kelas.

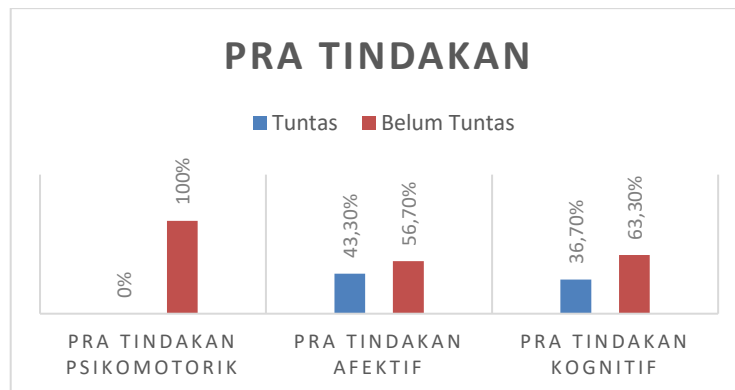
Proses penelitian tindakan di SMA Negeri 2 Kota Ternate dilakukan pada peserta didik kelas X. Peneliti bersama kolaborator melakukan observasi terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam meningkatkan keaktifan belajar dan hasil belajar materi shooting sepakbola melalui model pembelajaran Project Based Learning yang dimulai dengan pra siklus dan siklus I.

Penilaian data awal dilaksanakan sesuai jam kegiatan belajar mengajar di sekolah dengan melibatkan keseluruhan peserta didik kelas X yang berjumlah 30 siswa. Data awal menunjukkan hasil belajar aspek psikomotor, aspek afektif dan aspek kognitif tentang materi shooting sepakbola. Hasil data awal shooting sepakbola siswa kelas X disajikan pada tabel 4.1 sebagai berikut:

Keterangan	Pra Tindakan Psikomotorik	Pra Tindakan Afektif	Pra Tindakan Kognitif
Jumlah Siswa	30	30	30
Rata-Rata	50	65,3	61,3
Tuntas	0% (0 siswa)	43,3% (13 Siswa)	36,7% (11 Siswa)
Belum Tuntas	100% (30 Siswa)	56,7% (17 Siswa)	63,3% (19 Siswa)

Tabel 4.1. Data Pra Tindakan Psikomotorik, Afektif dan Kognitif

Berdasarkan Tabel 4.1. di atas, apabila ditampilkan dalam bentuk diagram, hasil belajar shooting sepakbola disajikan pada gambar 4.1. sebagai berikut.



Gambar 4.1. Diagram Pra Tindakan Pra Tindakan Psikomotorik, Afektif dan Kognitif

Berdasarkan gambar 4.1. di atas, menunjukkan bahwa hasil belajar tahap pra tindakan masih rendah, yaitu pada pra tindakan aspek psikomotor terdapat 0% atau (0 siswa yang tuntas) dan 100% atau (30 siswa yang belum tuntas), aspek afektif terdapat 43,3% atau (13 siswa yang tuntas) dan 56,7% atau (17 siswa yang belum tuntas) dan 36,7% atau (12 siswa yang tuntas) dan 63,3 (18 siswa yang belum tuntas). Berdasarkan hal tersebut penelitian tindakan kelas ini dilakukan dalam satu siklus.

Tabel 4.2. Data Hasil Penilaian Aspek Psikomotor Tahap Pra Tindakan dan Siklus I

Keterangan	Pra Tindakan Psikomotorik	Siklus I Psikomotorik
Jumlah Siswa	30	30
Rata-Rata	50	74,7
Tuntas	0% (0 siswa)	96,7% (29 siswa)
Belum Tuntas	100% (30 Siswa)	3,3% (1 Siswa)

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas, apabila ditampilkan dalam bentuk diagram, hasil pengamatan pra tindakan dan siklus I penilaian aspek psikomotor shooting sepakbola

Tabel 4.3. Data Hasil Penilaian Aspek Afektif Tahap Pra Tindakan dan Siklus I

Keterangan	Pra Tindakan Afektif	Siklus I Afektif
Jumlah Siswa	30	30
Rata-Rata	65,3	75
Tuntas	43,3% (13 Siswa)	80% (24 Siswa)
Belum Tuntas	56,7% (17 Siswa)	20% (6 Siswa)

Berdasarkan Tabel 4.3 di atas, apabila ditampilkan dalam bentuk diagram, hasil pengamatan pra tindakan dan siklus I penilaian aspek afektif

Tabel 4.4. Data Hasil Penilaian Aspek Kognitif Tahap Pra Tindakan dan Siklus I

Keterangan	Pra Tindakan Kognitif	Siklus I Kognitif
Jumlah Siswa	30	30
Rata-Rata	61,3	71,7
Tuntas	36,7% (11 Siswa)	66,7% (20 Siswa)
Belum Tuntas	63,3% (19 Siswa)	33,3% (10 Siswa)

Berdasarkan Tabel 4.4 di atas, apabila ditampilkan dalam bentuk diagram, hasil pengamatan pra tindakan dan siklus I penilaian aspek kognitif.

Tabel 4.5. Data Hasil Belajar Siswa Tahap Pra Tindakan dan Siklus I

Keterangan	Pra Tindakan Hasil Belajar	Siklus I Hasil Belajar
Jumlah Siswa	30	30
Rata-Rata	61,3	71,7
Tuntas	36,7% (11 Siswa)	66,7% (20 Siswa)
Belum Tuntas	63,3% (19 Siswa)	33,3% (10 Siswa)

Berdasarkan Tabel 4.5 di atas, apabila ditampilkan dalam bentuk diagram, hasil pengamatan pra tindakan dan siklus I penilaian hasil belajar siswa

Pada siklus pertama aspek kognitif yang ditunjukkan siswa saat pembelajaran shooting sepakbola melalui model project based learning dapat dikatakan ada peningkatan. Hasil peningkatan menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada pra siklus aspek kognitif menunjukkan peningkatan. Pada pra siklus nilai rata-rata 61,3 dengan 36,7% (11 siswa tuntas) meningkat menjadi 71,7 dengan 66,7% (20 siswa tuntas) setelah melalui siklus I.

Pada tahap pra tindakan dan siklus I hasil belajar yang ditunjukkan siswa saat pembelajaran shooting sepakbola melalui model project based learning dapat dikatakan ada peningkatan. Hasil peningkatan menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada pra tindakan ke siklus I hasil belajar siswa menunjukkan peningkatan. Pada pra siklus nilai rata-rata sebesar 61,3 dengan 36,7% (11 siswa tuntas) meningkat menjadi 73,8 dengan 93,3% (28 siswa tuntas) setelah melalui siklus I. Berdasarkan nilai rata-rata dan KKM sudah terpenuhi maka siklus ini dihentikan pada siklus I.

Tabel 4.6. Data Perkembangan Hasil Belajar Shooting Kelas X SMA Negeri 2

Aspek	Pra Tindakan	Siklus I
Psikomotor	0% (0 siswa)	96,7% (29 siswa)
Afektif	43,3% (13 Siswa)	80% (24 Siswa)
Kognitif	36,7% (11 Siswa)	66,7% (20 Siswa)
hasil belajar	43,3% (13 Siswa)	93,3 (28 siswa)

Setelah dilakukan evaluasi terhadap tindakan kelas yang telah dilaksanakan selama pra tindakan dan siklus I, dapat dilaporkan hasil penelitian yang dapat mencapai tujuan yang diinginkan dan hasil-hasil lain yang dianggap kurang memenuhi harapan. Tindakan yang telah menunjukkan hasil sesuai dengan harapan kiranya dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk proses pembelajaran selanjutnya. Sedangkan tindakan yang kurang berhasil diharapkan menjadi bahan telaah untuk perbaikan dan penyempurnaan.

Siklus I pada tindakan dalam proses pembelajaran project based learning terhadap hasil belajar shooting sepakbola pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate sudah tepat. Siklus I pada proses pembelajarannya merencanakan langkah-langkah orientasi terhadap masalah, organisasi belajar, penyelidikan individual maupun kelompok, pengembangan dan penyajian hasil penyelesaian masalah, dan analisis dan evaluasi proses penyelesaian masalah dalam 5 tahapan. Siswa dalam proses pembelajaran merasa lebih aktif dalam mempelajari sikap awalan, sikap pelaksanaan dan sikap akhiran dengan benar masing-masing gerak spesifik shooting. Model pengajarannya telah memenuhi kriteria diktaktik metodik dan disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa sehingga siswa merasa mudah melakukan setiap gerakan yang dilakukannya.

Pembelajaran project based learning adalah pendekatan baru untuk pembelajaran yang berpusat pada siswa. Untuk membantu siswa memahami dan mengasimilasi teori yang diajarkan, model pembelajaran project based learning memasukkan masalah ke dalam kerangka kerja (Sya'ban & Dinata, 2024). Penjelasan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Anggraini & Wulandari, 2021) Model ini melibatkan guru untuk mendorong dan membantu siswa, memberikan mereka kesempatan untuk membangun pengetahuan mereka sendiri. Pendekatan kontekstual dari model ini membantu siswa berpikir kritis dan menemukan solusi terbaik. Dalam strategi ini, guru mempunyai peran sebagai pengelola, memberikan fasilitas bagi siswa untuk merumuskan pertanyaan mengenai teori dan memotivasi mereka untuk terlibat secara aktif dalam pembelajaran.

Berdasarkan penjelasan hasil-hasil penelitian diatas, dapat di tarik suatu kesimpulan yaitu pembelajaran project based learning (berbasis proyek) dirancang untuk digunakan pada permasalahan kompleks yang diperlukan siswa dalam melakukan investigasi dan memahaminya. Mengingat bahwa masing-masing siswa memiliki gaya belajar yang berbeda, maka pembelajaran berbasis proyek memberikan kesempatan kepada para peserta didik untuk menggali konten (materi) dengan menggunakan berbagai cara yang bermakna bagi dirinya, dan melakukan eksperimen secara kolaboratif. Menggunakan metode Project Based Learning ini mendorong tumbuhnya kreativitas, kemandirian, tanggung jawab, kepercayaan diri, serta berpikir kritis dan analistis pada siswa. Penerapan metode ini tentu saja menyesuaikan terhadap materi pembelajaran maupun tingkat perkembangan siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan : Berdasarkan analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan model project based learning dapat meningkatkan hasil belajar shooting sepakbola pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Kota Ternate dengan hasil akhir kriteria lebih dari 65% telah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Pembelajaran project based learning (berbasis proyek) dirancang untuk digunakan pada permasalahan kompleks yang diperlukan siswa dalam melakukan investigasi dan memahaminya. Mengingat bahwa masing-masing siswa memiliki gaya belajar yang berbeda, maka pembelajaran berbasis proyek memberikan kesempatan kepada para peserta didik untuk menggali konten (materi) dengan menggunakan berbagai cara yang bermakna bagi dirinya, dan melakukan eksperimen secara kolaboratif. Menggunakan metode Project Based Learning ini mendorong tumbuhnya kreativitas, kemandirian, tanggung jawab, kepercayaan diri, serta berpikir kritis dan analistis pada siswa. Penerapan metode ini tentu saja menyesuaikan terhadap materi pembelajaran maupun tingkat perkembangan siswa.

Saran : Saran-saran yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan efisien setelah dilakukan penelitian ini yaitu:

1. Kepada guru Penjasorkes, bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan model problem based learning dalam pembelajaran sepakbola dapat digunakan sebagai alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau model pembelajaran sepakbola. Hal ini akan memberikan keuntungan diantaranya: menumbuhkan gairah dan semangat aktif serta tidak mudah membuat peserta didik jenuh dan membosankan dalam melakukan keaktifan dilapangan, sehingga peserta didik mudah dalam mempelajari materi sepakbola yang kompleks.
2. Kepada lembaga khususnya sekolah, bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan pendekatan model problem based learning dalam pembelajaran sepakbola untuk meningkatkan keaktifan dan hasil belajar dapat dijadikan salah satu model pembelajaran pendidikanl jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Agar proses pembelajaran dapat berjalan efektif dan efisien, peneliti mengharapkan kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat mencoba pendekatan mode problem based learning.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminullah, A., & Hakim, H. (2023). Shooting dalam permainan sepakbol komponen utama dalam finalisasi serangan. *Jurnal Pendidikan Olahraga*,15(2), 123.134.
- Anam, A., Sarifudin, S., & dkk. (2023). Potensi sepakbola dalam membangun rasa nasionalisme. *Jurnal Olahraga dan Pendidikan*, 9 (3), 200-210.
- Anggraini, P. D., & Wulandari, S. S. (2021). Analisis Penggunaan Model Pembelajaran Project Based Learning Dalam Peningkatan Keaktifan Siswa. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (Jpap)*, 9(2), 292–299.

- Badriah, N. (2022). Pembelajaran berbasis proyek dalam meningkatkan kompetensi siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 15 (3), 465-466.
- Corluka, M. (2018). Keterampilan dasar dalam sepakbola: Menendang dan shooting. *Jurnal Olahraga*, 8 (1), 99-107.
- Datau, A., Millah, S., & dkk. (2022). Sepakbola sebagai olahraga populer di Indonesia. *Jurnal Olahraga dan Masyarakat*, 7 (2), 150-160.
- Gardasevic, J. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi shooting dalam sepakbola. *International Journal of Sports Science*, 14 (3), 45-55.
- Irfan, A., & dkk. (2020). Pelatihan khusus dalam permainan sepakbola. *Jurnal Olahraga*, 10 (3), 200-210.
- Latief Hendrayani, & Samsuddin, S. (2021). Hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani: Analisis dan peningkatan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 8(1), 45-58.
- Rahman, R., Hendriko, H., & A. (2019). Peran pendidikan jasmani dalam pengembangan sumber daya manusia di Indonesia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(3), 201-210.
- Rifan, A., & dkk. (2023). Teknik dan taktik dalam permainan sepakbola. *Jurnal Olahraga*, 10 (2), 120-130. Sudrajat, S. (2021). Teknik shooting dalam sepakbola: Kekuatan, akurasi, dan keputusan. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 12(4), 89-97.
- Sari, D., & Gazali, M. (2020). Akurasi shooting dalam sepakbola: Kunci mencetak gol. *Jurnal Olahraga*, 11 (3), 200-210.
- Sumarsih, S. (2009). Model pembelajaran berbasis proyek: Teori dan praktik. *Jurnal Pendidikan*, 5 (1), 45-50.
- Taqwim, T., Rahman, R., & A. (2020). Pendidikan olahraga dan kesehatan: Konsep dan implementasi. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(1), 15-30.
- Travelancya. (2021). Pendidikan jasmani dan peran orang tua dalam membentuk gaya hidup sehat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(2), 75-83.