JIPOR: Jurnal IPTEK Olahraga dan Rekreasi No. 3(1), 17-21; 2026
**Jurnal IPTEK Olahraga dan Rekreasi**
**p-ISSN: 2597-4343 e-ISSN: 2829-5595**
https://ejurnal.isdikkierahamalut.ac.id/index.php/jipor/

# Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bolabasket Melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning Di Kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate

**M. Trifaldi I. Bumulo[1]*, Mahatma Raison Pribadi[2]**

[1,2] Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Pendidikan, ISDIK Kie Raha. Maluku Utara. Indonesia

*Correspondent: aldiibumulo@gmail.com

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *chest pass* bola basket melalui model pembelajaran *Problem Based Learning* di kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan dalam dua siklus. Subjek penelitian berjumlah 29 siswa. Teknik pengumpulan data meliputi tes, observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar siswa mengalami peningkatan pada setiap siklus. Nilai rata-rata hasil belajar meningkat dari 62,11 pada pra siklus menjadi 77,81 pada Siklus I dan 87,17 pada Siklus II. Persentase ketuntasan belajar klasikal juga meningkat dari 20,69% pada pra siklus menjadi 72,41% pada Siklus I dan 89,66% pada Siklus II. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* efektif dalam meningkatkan hasil belajar *chest pass* bolabasket siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate.

**Kata kunci:** Hasil belajar, *chest pass* bola basket, *Problem Based Learning*

## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran esensial di Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang bertujuan untuk mengasah kebugaran jasmani, keterampilan gerak dasar, disiplin, sportivitas, serta kemampuan kerja sama antarpeserta didik (Hadziq, 2022; Mulzaman et al., 2024). Dalam kurikulum PJOK kelas VIII, permainan bolabasket khususnya teknik dasar *chest pass* (operan dada) menjadi salah satu materi penting yang wajib dikuasai. (Hadziq, 2022) Penguasaan *teknik*

*chest pass* yang presisi berperan mendasar dalam membangun alur serangan, menjaga penguasaan bola, serta menciptakan kerja sama tim yang efektif di lapangan.

Namun, kondisi nyata pembelajaran di kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate menunjukkan hasil belajar siswa pada materi chest pass masih jauh dari target yang diharapkan. Berdasarkan data pra-siklus dari total 29 siswa, nilai rata-rata kelas hanya mencapai 62,11 dengan persentase ketuntasan klasikal sebesar 20,69% (6 siswa tuntas), sedangkan 23 siswa lainnya belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan sebesar 75. Identifikasi masalah di lapangan mengungkapkan bahwa sebagian besar siswa mengalami hambatan teknis seperti arah operan yang tidak akurat, kekuatan dorongan bola yang kurang tepat, serta koordinasi gerakan tangan, kaki, dan pandangan yang belum padu.

Menjawab permasalahan tersebut, diperlukan adanya transformasi model pembelajaran yang dapat mendorong siswa terlibat secara aktif dalam mengidentifikasi serta memecahkan kendala teknis gerak secara mandiri maupun berkelompok. Model *Problem Based Learning* (PBL) hadir sebagai pendekatan pembelajaran berpusat pada siswa (*student-centered*) yang diawali dengan penyajian masalah nyata/kontekstual (Jember, 2020; Tahsinia et al., 2022). (Amin, 2021; Riskayani, 2022) melalui tahapan PBL—meliputi orientasi masalah, diskusi kelompok, penyelidikan, berbagi informasi, penyajian solusi, hingga refleksi—siswa didorong untuk berpikir kritis, menganalisis kesalahan gerak, serta menemukan solusi perbaikan yang efektif.

Kajian ilmiah dan hasil penelitian terdahulu secara konsisten membuktikan bahwa penerapan model PBL mampu meningkatkan aktivitas, pemahaman konsep, dan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran olahraga, khususnya permainan bolabasket. Melalui pemecahan masalah kontekstual, siswa tidak hanya menerima instruksi secara pasif, melainkan mengonstruksi pemahamannya sendiri mengenai posisi awal, pelaksanaan, dan gerakan lanjutan (*follow through*) yang benar (Jemalu, 2021) dan (Ganesha, 2026). Berdasarkan landasan teori dan kerangka berpikir tersebut, dirumuskan hipotesis tindakan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) secara tepat dapat meningkatkan hasil belajar *chest pass* bolabasket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan secara

bersiklus, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi (Parnawi, 2020; Sugiyono, 2020). Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 4 Kota Ternate pada semester genap tahun ajaran 2025/2026 dengan subjek penelitian peserta didik kelas VIII yang berjumlah 29 orang (13 siswa perempuan dan 16 siswa laki-laki). Sumber data diperoleh langsung dari proses dan hasil tindakan belajar siswa selama pembelajaran berlangsung. (Anugrah, 2019) Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes (tes kognitif berupa soal pilihan ganda dan esai, serta tes psikomotor untuk mengukur keterampilan teknik *chest pass* berdasarkan aspek sikap awal, pelaksanaan gerak, dan sikap akhir), observasi untuk menilai aspek afektif (kedisiplinan, keaktifan, kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab), wawancara dengan guru PJOK serta siswa, serta dokumentasi berupa absensi dan perangkat pembelajaran. (Anam, 2017) Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif kuantitatif dan kualitatif; data kuantitatif dihitung menggunakan nilai rata-rata kelas dan persentase ketuntasan belajar klasikal dengan membandingkan pencapaian Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 75 antar siklus, sedangkan data kualitatif dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan untuk mendeskripsikan peningkatan proses dan hasil belajar siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan dalam dua siklus untuk meningkatkan hasil belajar materi *chest pass* bolabasket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate melalui penerapan model *Problem Based Learning* (PBL). Berdasarkan data awal (prasiklus), kemampuan siswa tergolong rendah dengan tingkat ketuntasan klasikal hanya mencapai 20,69% dan nilai rata-rata kelas sebesar 62,11. Sebagian besar siswa belum menguasai teknik dasar operan dada dengan benar, seperti posisi awal, koordinasi, maupun kekuatan dorongan bola.

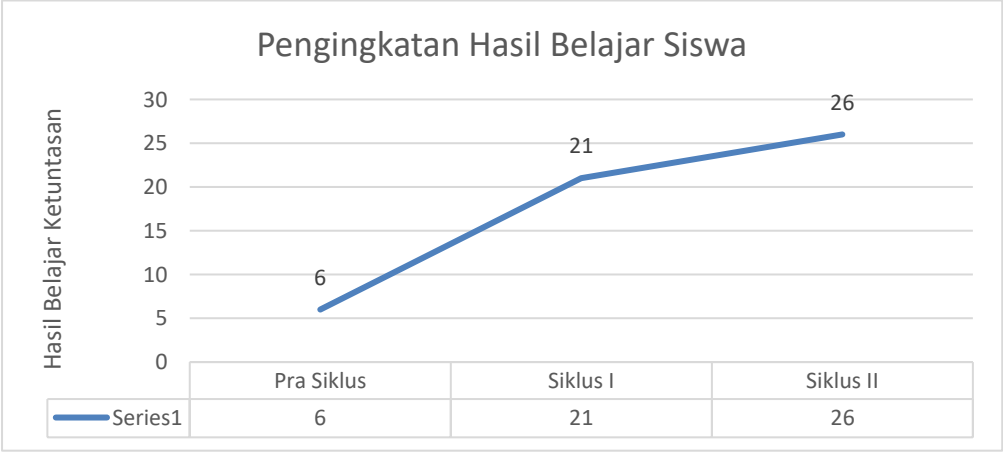
Setelah diterapkan model *Problem Based Learning* (PBL) pada Siklus I, hasil belajar siswa mulai menunjukkan peningkatan dengan nilai rata-rata kelas naik menjadi 77,81 dan ketuntasan klasikal mencapai 72,41%. Meskipun meningkat, pencapaian tersebut belum memenuhi indikator keberhasilan minimal yang ditetapkan yaitu 75%. Oleh karena itu, dilakukan perbaikan pada Siklus II melalui bimbingan yang lebih intensif, demonstrasi bertahap, dan umpan balik langsung.

Hasil evaluasi pada Siklus II menunjukkan peningkatan signifikan di mana nilai rata-rata kelas mencapai 87,17 dan ketuntasan klasikal melonjak hingga 89,66%. Karena

persentase tersebut telah melampaui target indikator keberhasilan, siklus dinyatakan selesai. Hal ini membuktikan bahwa model PBL efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa karena menempatkan mereka sebagai pusat pembelajaran untuk memecahkan masalah teknik secara aktif dan kolaboratif.

**Tabel Hasil Belajar**

| Tahapan | Jumlah Siswa Tuntas (Lulus) | Jumlah Siswa Tidak Tuntas (Tidak Lulus) | Persentase Ketuntasan Klasikal | Keterangan Peningkatan |
|---|---|---|---|---|
| Pra Siklus | 6 Siswa | 23 Siswa | 20.69% | Kondisi awal sebelum tindakan (Sangat Rendah). |
| Siklus 1 | 21 Siswa | 8 Siswa | 72.41% | Menunjukkan peningkatan sebesar **+15 siswa** (+51.72%) dari Pra Siklus. |
| Siklus 2 | 26 Siswa | 3 Siswa | 89.66% | Menunjukkan peningkatan sebesar **+5 siswa** (+17.25%) dari Siklus 1. |




**Gambar Diagram Peningkatan Hasil Belajar Ketuntasan Siswa**

## SIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini menyimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) terbukti sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi teknik dasar *chest pass* bolabasket di kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Ternate. Peningkatan tersebut terlihat secara konsisten melalui

kenaikan nilai rata-rata kelas, yang bermula dari 62,11 pada tahap prasiklus, meningkat menjadi 77,81 pada siklus I, dan mencapai puncaknya di angka 87,17 pada siklus II.

Sejalan dengan peningkatan nilai rata-rata, persentase ketuntasan klasikal siswa juga mengalami lonjakan signifikan dari kondisi awal yang hanya sebesar 20,69% (6 siswa tuntas), naik menjadi 72,41% pada siklus I, hingga akhirnya sukses melampaui indikator keberhasilan minimum dengan pencapaian 89,66% (26 siswa tuntas) pada siklus II. Melalui pendekatan yang menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran untuk memecahkan masalah gerak secara mandiri dan kolaboratif, model PBL berhasil memperbaiki aspek kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik secara menyeluruh.

## DAFTARPUSTAKA

Amin, K. (2021). *Penerapan Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Pembelajaran IPS Tentang Kegiatan Ekonomi Pada Siswa Kelas 4*. *9*.

Anam, F. (2017). *Penelitian Tindakan Kelas*. Unusida Press.

Anugrah, M. (2019). *Penelitian Tindakan Kelas (langka-langka Praktis dalam Penelitian Tindakan Kelas)* (Ditna & Anwar (eds.)). Penerbit LeutikaPrio.

Ganesha, U. P. (2026). *Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola BaskeT*. *26*(01), 23–32.

Hadziq, K. (2022). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan* (R. Veronika (ed.); 1st ed.). Yarma Widaya.

Jemalu, M. M. R. (2021). *Perbandingan Model Problem Based Learning ( Pbl ) Dan Model Pembelajaran Konvensional Terhadap Hasil Belajar Ips Terpadu Siswa SMP Negeri 6 Welak*. *2*, 71–85.

Jember, M. I. N. (2020). *Penerapan Metode Pembelajaran Problem Based Learning Dalam Meningkatkan Kemampuan Bercerita Pada Siswa Sekolah Dasar*. 5–11.

Mulzaman, A. N., Aziz, M. W., Heryanto, R. M., Putra, R. P., & Hambali, B. (2024). *Peran Penting Pendidikan Jasmani Terhadap*. *24*(2), 21–28.

Parnawi, A. (2020). *Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research)*. CV Budi Utama.

Riskayani, N. L. (2022). *Model Pembelajaran Problem Based Learning ( PBL ) Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bola Basket*. *10*, 1–7.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif,Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); ke-2). ALVABETA, cv.

Tahsinia, J., Mayasari, A., Arifudin, O., Juliawati, E., & Kartika, I. (2022). *Implementasi Model Problem Based Learning ( PBL )*. *3*(2), 167–175.