

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK)

Pendidikan Jasmani Olahraga kesehatan adalah bagian integral dari pendidikan secara holistik. Yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, dan sosial serta emosional peserta didik melalui aktivitas jasmani. Menurut (Sari et al., 2024 h.480) menyatakan bahwa pendidikan olahraga adalah suatu proses pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik bertujuan untuk menggerakkan fungsi tubuh secara menyeluruh untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani dari segi sikap, pengetahuan dan keterampilan. Pendidikan jasmani tidak hanya menekankan pada penguasaan keterampilan olahraga semata, tetapi juga menanamkan nilai-nilai penting seperti kedisiplinan, kerjasama, sportivitas, dan tanggung jawab. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yaitu mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri. Dengan demikian, pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam menyiapkan generasi muda yang sehat jasmani dan rohani, terampil dalam aktivitas fisik, serta memiliki karakter yang baik.

Secara umum, tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu mengembangkan potensi dirinya melalui aktivitas jasmani, sampai terpenuhinya pertumbuhan dan perkembangan daik dari segi fisik, psikomotor, afektif, dan mental secara menyeluruh. Pendidikan jasmani bukan hanya melatih siswa untuk bugar namun mendidik agar siswa atau peserta didik mampu menerapkan hidup sehat, berkarakter dan memiliki keterampilan sosial yang baik. Menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003, pendidikan memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan bertanggung jawab. Dalam kerangka ini, pendidikan jasmani menjadi bagian

integral yang berkontribusi secara langsung terhadap aspek kesehatan, keterampilan motorik, serta pembentukan karakter peserta didik.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani pada dasarnya adalah suatu tunggangan pencapaian pendidikan secara menyeluruh dari pendidikan umum, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan motorik, keterampilan sosial, berfikir kritis, dan kegiatan kebugaran yang tersusun, terencana secara sistematis dengan tujuan pendidikan nasional dengan mengetahui gerakan yang efektif menyesuaikan dengan prinsip pendidikan jasmani.

Prinsip pendidikan jasmani adalah pedoman bagi program pelaksanaan pendidikan jasmani itu sendiri. Proses pembelajarannya menekankan pengalaman belajar melalui aktivitas fisik, permainan, dan olahraga yang bertujuan mengembangkan aspek fisik, psikomotor, kognitif, serta afektif siswa. Agar tujuan tersebut dapat tercapai, pembelajaran pendidikan jasmani harus dilaksanakan berdasarkan prinsip-prinsip yang sesuai dengan karakteristik peserta didik dan aktivitas jasmani itu sendiri. Menurut (Purwanto, 2006 h.16-17) menyatakan ada prinsip-prinsip proses pembelajaran jasmani yaitu :

- a) Prinsip belajar mengajar yang berpusat pada guru, prinsip belajar mengajar yang berpusat pada guru kerap kali dianggap menjadi faktor yang sangat penting dalam proses belajar mengajar, guru selalu menjadi subjek dari proses belajar mengajar, sedangkan siswa menjadi objek pada proses belajar mengajar.
- b) Prinsip belajar mengajar berpusat kepada siswa, pendekatan belajar mengajar berpusat kepada siswa adalah siswa menjadi titik pusat fokus pada saat pembelajaran.
- c) Prinsip berpusat pada bahan ajar, bahan ajar dijadikan sebagai landasan penyusunan suatu metode belajar mengajar. Anggapan dasarnya ialah bahan ajar yang berbelit-belit dan tidak karuan strukturnya akan sulit diserap siswa. Sebaliknya bahan ajar yang berstruktur ketat dengan pokok bahasan yang banyak akan menyulitkan siswa belajar. Bahan ajar yang mengandung hal-hal yang jelek tentu saja akan menyebabkan siswa turut jelek dan sebaliknya

d) Prinsip metode praktik, hal yang paling fundamental dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan adalah menguasai gerak. *method of practice* atau metode praktik ini pada dasarnya dibagi menjadi dua metode, pertama metode yang berorientasi pada waktu, dan kedua metode yang berorientasi pada bahan ajar.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah yang memfokuskan pembelajaran pada aktivitas jasmani dan pembentukan pola hidup sehat. Dalam pelaksanaannya, PJOK memiliki beberapa jenis kegiatan pembelajaran yang berfungsi untuk mengembangkan berbagai aspek perkembangan siswa, baik fisik, motorik, kognitif, maupun afektif. Menurut Freeman 2001 h.5 (dalam Vania Aurellia Azzahra et al., 2024) pendidikan jasmani dikategorikan tiga kelompok bagian (1) Pendidikan jasmani dilaksanakan melalui media fisik (2) secara umum aktivitas jasmani mencakup aktivitas gross motorik (3) manfaat tidak hanya selalu aktifitas fisik, non-fisik pun bisa didapatkan seperti pengembangan intelektual, sosial, serta afektif. Menurut (Vania Aurellia Azzahra et al., 2024 h.57-59) menyebutkan pendidikan jasmani meliputi aspek-aspek gerakan tubuh meliputi : (1) Aktivitas Pengembangan (2) Aktvitas Senam (3) Aktivitas Ritmik (4) Aktivitas Air (5) Pendidikan Luar Kelas. Dengan berbagai jenis aktivitas tersebut, PJOK memberikan pengalaman belajar yang menyeluruh, tidak hanya melatih keterampilan motorik dan kebugaran, tetapi juga membentuk sikap, pengetahuan, dan keterampilan hidup sehat pada siswa, serta meningkatkan hasil belajar siswa.

2.1.2 Pembelajaran Abad ke-21

2.1.2.1 Hakikat Pembelajaran Abad ke-21

Pendidikan pada abad ke-21 menghadapi beragam tantangan yang kompleks dan dinamis seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi serta globalisasi. Ketika perubahan itu terjadi maka tuntutan dan capaian pembelajaran pada abad inipun turut mengalami perubahan dimana generasi yang tumbuh pada abad ini haruslah memiliki bekal atau dibekali kemampuan atau keterampilan abad 21 (*21st-century skill*) seperti kemampuan berfikir kritis, kemampuan dalam

memecahkan masalah, kreatifitas Larson & Miller, 2011 (dalam Juditya et al., 2021 h.24). Salah satu unsur yang sangat kental dalam perubahan pola pembelajaran pada abad ini yaitu penggunaan teknologi, dimana seluruh siswa pada abad ini akan dihadapkan pada sebuah ledakan teknologi dan sumber informasi yang dapat mereka akses secara bebas melalui media internet sehingga secara tidak langsung menjadikan mereka ini sebagai generasi yang tumbuh dengan sebutan generasi *millennial* Dilullo, Mcgee, & Kriebel, 2011 (dalam Juditya et al., 2021 h.24), Pendidikan pada abad ke-21 menghadapi beragam tantangan yang kompleks dan dinamis seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi serta globalisasi. Transformasi digital, kemajuan teknologi informasi, serta perubahan sosial dan ekonomi global telah mengubah pola kehidupan dan pola kerja, yang pada akhirnya menuntut penyesuaian dalam sistem pendidikan (Muliana et al., 2024 h.22). Menurut (Taufiqurrahman, 2023 h.80) Prinsip pokok pembelajarann abad ke 21 dapat dikembangkan pada beberapa aspek sebagai berikut:

a) Pembelajaran harus terpusat kepada peserta didik (*Instruction should be student-centered*)

Pendekatan *student-centered learning* menempatkan peserta didik sebagai agen utama pembelajaran guna mengoptimalisasi minat dan bakat mereka. Berbeda dengan metode konvensional yang menekankan pada resepsi pasif, pendekatan ini memfasilitasi peserta didik untuk membangun pengetahuan secara mandiri sesuai taraf berpikirnya, sekaligus melatih kemampuan penyelesaian masalah terhadap isu-isu kemasyarakatan. Untuk mencapai pendidikan yang berkualitas, perlu dilakukan pergeseran fokus kegiatan di dalam kelas dari guru kepada siswa atau dikenal dengan pendekatan yang berpusat pada siswa dalam proses pembelajaran (Adirilany, 2021 h. 360). Pengembangan model pembelajaran kontemporer menitikberatkan pada pendekatan yang berpusat pada peserta didik (*student-centered learning*). Dalam paradigma ini, peserta didik direposisi sebagai subjek pembelajaran aktif yang memiliki otoritas dalam mengembangkan minat serta potensi personalnya. Berbeda dengan model konvensional yang bersifat transmisi informasi searah, pendekatan ini memfasilitasi peserta didik untuk mengonstruksi pengetahuan dan keterampilan secara mandiri, selaras dengan kapasitas kognitif

dan taraf berpikir mereka. Lebih lanjut, proses ini mengintegrasikan metode pemecahan masalah (*problem solving*) sebagai sarana artikulasi kritis terhadap berbagai fenomena sosiokultural di masyarakat.

b) Pembelajaran bersifat kolaboratif (*Education Should be collaborative*)

Dalam konteks pedagogi modern, pengembangan kompetensi kolaboratif merupakan elemen fundamental yang harus diintegrasikan dalam proses pembelajaran. Peserta didik diarahkan untuk mampu berinteraksi secara efektif dalam lingkungan yang heterogen, yang mencakup keragaman latar belakang sosiokultural serta pluralitas nilai. Melalui sinergi kolektif, peserta didik didorong untuk melakukan eksplorasi informasi secara mendalam guna membangun konstruksi makna yang komprehensif.

Khusus dalam implementasi Pembelajaran Berbasis Proyek (*Project-Based Learning*), penekanan diberikan pada internalisasi sikap inklusif terhadap diversitas opini, pemikiran, dan talenta individu. Selain itu, peserta didik dilatih untuk memiliki fleksibilitas peran dan kemampuan adaptasi strategis di dalam dinamika kelompok. Hal ini bertujuan untuk membentuk profil pembelajar yang tidak hanya memiliki keunggulan kognitif, tetapi juga kecerdasan interpersonal yang responsif terhadap kerja sama tim.

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran kolaboratif merupakan model instruksional yang mengedepankan interaksi sosial antar-siswa dalam kelompok untuk mengonstruksi pengetahuan secara kolektif. Melalui supervisi pendidik, proses ini bertujuan mencapai target pembelajaran baik di lingkungan kelas maupun luar kelas, sehingga menciptakan pengalaman belajar yang bermakna dan memupuk sikap saling menghargai antaranggota. Menurut (Resti Septikasari, 2018 h.110) mengungkapkan bahwa Penting bagi siswa untuk dilatih berkolaborasi dalam lingkungan yang beragam guna memperkaya proses penggalian informasi dan pembentukan makna. Melalui pembelajaran kolaboratif, siswa belajar mengidentifikasi kekuatan individu lain, menumbuhkan sikap saling menghargai, dan mengembangkan keterampilan manajerial diri dalam pembagian peran yang efektif saat mengerjakan proyek bersama.

c) Pembelajaran harus memiliki konteks yang jelas (*Learning should have context*)

Pembelajaran yang berbasis pada konteks yang jelas mengimplikasikan bahwa pendidik harus mampu mengintegrasikan materi ajar dengan fenomena nyata yang relevan bagi peserta didik. Abbas 2003 h.13 (dalam Saputra, 2020) menyatakan bahwa pembelajaran harus berbasis masalah autentik yaitu masalah harus lebih berakar pada kehidupan dunia nyata siswa daripada berakar pada prinsip – prinsip disiplin ilmu tertentu. Pendekatan ini tidak hanya mempermudah internalisasi konsep, tetapi juga memungkinkan siswa untuk mentransfer pengetahuan tersebut ke dalam berbagai situasi yang berbeda. Integrasi antara materi akademis dan realitas kehidupan ini diyakini mampu meningkatkan korelasi pemahaman serta menciptakan atmosfer belajar yang lebih inspiratif dan bermakna.

d) Perguruan tinggi harus terintegrasi dengan masyarakat (*School should be integrated with society*)

Eksistensi perguruan tinggi yang terintegrasi dengan masyarakat direpresentasikan melalui kolaborasi aktif dalam memecahkan problematika sosial serta upaya meningkatkan kualitas hidup publik. Integrasi ini diwujudkan melalui sinergi dalam ranah penelitian aplikatif, pengembangan komunitas, dan program pelatihan yang relevan dengan kebutuhan lokal. Lebih dari sekadar institusi akademik, perguruan tinggi idealnya memiliki tanggung jawab moral dan komitmen sosial yang kuat, yang diimplementasikan melalui pemberdayaan masyarakat serta pengembangan kewirausahaan demi tercapainya kesejahteraan kolektif dan perbaikan kualitas lingkungan.

Implementasi kecakapan ini menuntut kreativitas pendidik dalam merancang skenario pembelajaran yang berorientasi pada penyelesaian masalah (*problem-solving*). Setiap perencanaan pembelajaran yang disusun wajib merefleksikan kegiatan yang mendorong kerja sama tim serta pertukaran gagasan. Dengan demikian, rencana pembelajaran tidak hanya menjadi dokumen administratif, tetapi menjadi instrumen strategis untuk membangun kemampuan berpikir kritis dan sosial peserta didik.

Pembelajaran abad ke-21 menuntut proses belajar yang tidak hanya berorientasi pada transfer pengetahuan, tetapi juga mengembangkan berpikir tingkat tinggi, kompetensi sosial dan emosional. Inti tersebut dirangkum dalam 4C: *critical thinking, creativity, communication, collaboration*. Menurut Partono et al., 2021 (dalam Muliana et al., 2024 h.22) Keterampilan abad ke-21, yang meliputi kemampuan berpikir kritis, kolaborasi, komunikasi, dan kreativitas, menjadi sangat esensial dalam mempersiapkan generasi muda menghadapi dinamika dunia yang senantiasa berubah. Keterampilan tersebut mencakup kemampuan berpikir kreatif, analisis kritis, pemecahan masalah, komunikasi, serta kerja sama. Hal ini sejalan dengan *US-based Partnership for 21st Century Skill(P21)* mengemukakan bahwa kompetensi yang harus dimiliki oleh sumber daya manusia di abad 21 adalah: ketrampilan berpikir kritis (*Critical Thinking Skills*), keterampilan berpikir kreatif/kreativitas (*Creative Thinking Skills*), keterampilan komunikasi (*Communication Skills*), dan keterampilan kolaborasi (*Collaboration Skills*).

2.1.2.2 Komponen Keterampilan 4C

Menurut (Aryana, 2019) menjelaskan bahwa: (a) Keterampilan berpikir kritis merupakan kemampuan dalam menganalisis dan memecahkan masalah serta mengambil keputusan berdasarkan permasalahan yang dihadapi. (b) keterampilan berpikir kreatif merupakan kemampuan untuk menghasilkan ide atau gagasan baru yang berbeda dari yang telah ada sebelumnya. (c) keterampilan berkomunikasi adalah kemampuan untuk menyampaikan pemikiran, gagasan, ide, pengetahuan, dan informasi baru yang dimiliki kepada orang lain melalui cara lisan, tulisan, simbol, gambar, grafik, atau angka. (d) keterampilan kolaborasi merupakan kemampuan untuk bekerja sama secara efektif, bersinergi, beradaptasi dengan berbagai peran dan tanggung jawab, serta menghormati perbedaan.

a) *Communication* (Komunikasi)

Keterampilan komunikasi (*communication skills*) merupakan kemampuan untuk mengungkapkan pikiran, gagasan, ide, pengetahuan, serta informasi yang dimiliki kepada orang lain melalui berbagai cara, seperti secara lisan, tulisan, simbol, gambar, grafik, maupun angka. Keterampilan ini termasuk keterampilan mendengarkan, memperoleh informasi, dan menyampaikan gagasan di hadapan

orang banyak zubaidah 2018 (dalam Arnyana, 2019 h.9). Tujuan komunikasi adalah untuk mencapai pemahaman bersama yang lebih baik mengenai suatu permasalahan yang dianggap penting oleh pihak-pihak yang terlibat. Keterampilan ini dapat dikembangkan di berbagai lembaga pendidikan maupun lembaga lainnya dengan memberikan kesempatan dan tantangan kepada individu untuk menyampaikan ide atau gagasan kepada orang lain. Komunikasi dinyatakan efektif apabila pihak lain dapat memahami atau menyetujui gagasan yang disampaikan tersebut.

Sejalan dengan kemajuan zaman, kemampuan berkomunikasi secara efektif menjadi hal yang penting untuk dimiliki agar mampu bersaing dengan negara lain. Komunikasi efektif adalah proses komunikasi yang dapat menimbulkan perubahan sikap (*attitude change*) pada pihak lain yang dapat terlihat selama proses komunikasi berlangsung. Tujuan komunikasi efektif yaitu untuk mempermudah pemahaman pesan antara pemberi informasi dan penerima informasi, sehingga pesan dapat disampaikan dengan bahasa yang jelas, lengkap, serta mudah dipahami oleh penerima atau komunikan. Selain itu, komunikasi efektif juga bertujuan untuk menciptakan keseimbangan antara penyampaian informasi dan penerimaan umpan balik (*feedback*), sehingga proses komunikasi tidak berlangsung secara satu arah atau monoton.

Dalam proses pembelajaran, guru perlu membiasakan peserta didik untuk melakukan komunikasi, baik terkait materi pelajaran maupun hal lainnya, baik dengan guru maupun dengan sesama peserta didik. Bahasa yang digunakan peserta didik dalam berkomunikasi akan memberikan pengaruh terhadap diri mereka sendiri. Penggunaan kata-kata yang kurang tepat dalam komunikasi dapat menimbulkan dampak negatif, karena pesan yang disampaikan menjadi tidak dapat diterima dengan baik oleh penerima. Hal tersebut dapat menyebabkan kesalahan dalam memahami pesan sehingga berpotensi menimbulkan kesalahpahaman atau konflik dalam interaksi. Selain itu, apabila peserta didik dibiarkan menggunakan kata-kata yang kurang baik, hal tersebut dapat membentuk kebiasaan yang tidak positif. Sebaliknya, penggunaan bahasa yang baik dan tepat dalam komunikasi akan

memberikan dampak positif, di mana peserta didik akan merasa puas karena tujuan komunikasi tercapai, serta dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik.

b) *Collaborative* (kolaborasi)

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa peserta didik dapat belajar dengan lebih optimal apabila mereka terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran melalui kelompok-kelompok kecil. Peserta didik yang belajar dalam kelompok kecil cenderung memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap materi pembelajaran serta mampu mengingatnya dalam jangka waktu yang lebih lama dibandingkan dengan pembelajaran yang disampaikan melalui metode lain, seperti ceramah, tanpa dipengaruhi oleh jenis materi yang diajarkan Warsono dan Hariyanto, 2012 h.66-67 (dalam Resti Septikasari, 2018). Suatu pembelajaran dapat dikategorikan sebagai pembelajaran kolaboratif apabila keanggotaan kelompoknya tidak bersifat tetap atau tidak ditentukan secara khusus, serta dapat terdiri dari dua orang, beberapa orang, maupun lebih dari tujuh orang. Warsono dan Hariyanto menjelaskan bahwa pembelajaran kolaboratif dapat berlangsung kapan saja dan tidak terbatas pada lingkungan sekolah. Misalnya, peserta didik dapat saling membantu dalam menyelesaikan pekerjaan rumah, bahkan kolaborasi dapat terjadi antara peserta didik dari kelas yang berbeda maupun dari sekolah yang berbeda. Dengan demikian, pembelajaran kolaboratif dapat bersifat informal, tidak harus dilaksanakan di dalam kelas, dan tidak selalu memerlukan struktur yang kaku Warsono dan Hariyanto, 2012 h.50-51 (dalam Resti Septikasari, 2018).

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran kolaboratif merupakan proses pembelajaran yang melibatkan peserta didik dalam suatu kelompok untuk membangun pengetahuan serta mencapai tujuan pembelajaran secara bersama melalui interaksi sosial dengan bimbingan pendidik, baik di dalam maupun di luar kelas. Melalui pembelajaran kolaboratif, proses pembelajaran menjadi lebih bermakna dan peserta didik dapat belajar untuk menghargai kontribusi setiap anggota kelompok. Oleh karena itu, peserta didik perlu dibiasakan untuk mampu bekerja sama dengan orang lain, termasuk dengan individu yang memiliki latar belakang budaya dan nilai yang berbeda. Dalam proses mencari informasi dan membangun pemahaman, peserta didik perlu didorong untuk

berkolaborasi dengan teman sekelasnya. Selain itu, dalam menyelesaikan suatu tugas atau menghasilkan suatu produk, peserta didik perlu dibimbing untuk menghargai kelebihan dan kemampuan setiap individu, serta mampu mengambil peran dan menyesuaikan diri secara tepat dalam kerja sama kelompok.

c) *Critical Thinking and Problem Solving* (berfikir kritis dan pemecahan masalah)

Secara konseptual, berpikir kritis didefinisikan sebagai kemampuan kognitif tingkat tinggi untuk memproses informasi dan temuan lapangan menjadi sebuah keputusan yang dapat dipertanggungjawabkan. Kemampuan ini mengandalkan logika sebagai instrumen utama dalam menentukan langkah atau solusi atas suatu permasalahan (Satwika et al., 2018 h.8). Pentingnya berpikir dalam pembelajaran bersumber dari rasa ingin tahu manusia. Hal ini mendorong individu untuk tidak hanya sekadar memproses informasi, tetapi juga menguji validitas dan kebenaran dari setiap tahap pemikiran yang dilewatinya. Sementara itu, Fahrudin Faiz 2012 h.2 (dalam Resti Septikasari, 2018) mengemukakan bahwa Secara mendasar, tujuan utama dari berpikir kritis adalah untuk memastikan validitas dan kebenaran alur penalaran individu sejauh mungkin. Melalui penguasaan kemampuan ini, siswa diharapkan memiliki kecakapan dalam mengidentifikasi serta merumuskan solusi yang efektif atas berbagai problematika yang dihadapi dalam proses pembelajaran. Kualitas pembelajaran seseorang berbanding lurus dengan kualitas proses berpikirnya. Kemampuan berpikir kritis tidak hanya menjadi faktor determinan bagi keberhasilan akademik di jenjang pendidikan tinggi, namun juga merupakan instrumen vital dalam mencapai kesuksesan karier di masa depan. Menurut Tinio (dalam Satwika et al., 2018 h.8) menyebutkan bahwa salah satu ketrampilan yang dibutuhkan untuk menghadapi tantangan di masa yang akan datang adalah keterampilan berpikir kritis (*critical thinking*) atau keterampilan berpikir tingkat tinggi (*higher order thinking*). Pentingnya pengembangan kemampuan berpikir kritis ini seharusnya dilakukan sejak pendidikan di tahap awal hingga pendidikan tingkat tinggi sekalipun masih diperlukan. Alasan inilah yang membuat perlu adanya pembelajaran yang lebih banyak melibatkan proses pembelajaran berpikir.

d) *Creativity and innovation* (kreativitas dan inovasi)

Keterampilan berpikir kreatif (*creative thinking skills*) didefinisikan sebagai kecakapan dalam menghasilkan gagasan orisinal yang berbeda dari konsep konvensional. Secara fundamental, kreativitas merepresentasikan kemampuan individu untuk mengonstruksi inovasi, baik dalam bentuk ide abstrak maupun karya nyata yang solutif, hal ini mencakup pengembangan metode baru yang belum pernah diterapkan sebelumnya (Arnyana, 2019 h.8). Menurut Yeni Rachmawati dan Euis Kurniati 2010 h.16-17 (dalam Resti Septikasari, 2018) Proses kreatif muncul sebagai *respons* terhadap permasalahan yang memicu aktivitas mental. Terdapat lima dimensi utama dalam perilaku kreatif yang menjadi indikator kemampuan tersebut, yakni: (1) Kelancaran (*Fluency*): Kemampuan individu dalam menghasilkan sejumlah besar ide atau solusi yang relevan secara cepat. (2) Keluwesan (*Flexibility*): Kapasitas untuk memproduksi gagasan yang bervariasi dan lintas kategori, sehingga tidak terpaku pada satu sudut pandang saja. (3) Keaslian (*Originality*): Kemampuan melahirkan respons yang unik, tidak lazim, dan memiliki nilai kebaruan dibandingkan ide konvensional. (4) Keterperincian (*Elaboration*): Kecakapan dalam mengembangkan, memperluas, serta merinci sebuah gagasan dasar agar menjadi lebih kompleks dan aplikatif. (5) Kepekaan (*Sensitivity*): Ketajaman dalam mendeteksi dan mengidentifikasi adanya suatu masalah atau kejanggalan dalam situasi tertentu.

Menurut Kurniati 2010 h.30-31 (dalam Resti Septikasari, 2018) Perkembangan kreativitas anak dipengaruhi secara signifikan oleh sinergi berbagai faktor pendukung. Secara komprehensif, faktor-faktor tersebut meliputi: (1) Stimulasi Mental dan Psikologis: Pemberian rangsangan yang menyorot aspek kognitif dan kepribadian anak dalam suasana psikologis yang mendukung. (2) Penciptaan Lingkungan Kondusif: Ketersediaan lingkungan yang memungkinkan anak untuk mengeksplorasi secara bebas melalui berbagai indra (penglihatan, pendengaran, dan perabaan) guna memicu daya kreatifnya. (3) Peran Guru sebagai Fasilitator: Guru yang memiliki jiwa kreatif menjadi katalisator penting dalam memberikan stimulasi yang tepat sasaran bagi peserta didik. (4) Dukungan dan Kebebasan dari Orang Tua: Peran aktif orang tua dalam memberikan kebebasan

berekplorasi menjadi fondasi bagi anak untuk mengembangkan potensi kreativitasnya secara optimal.

Kreatif dan inovatif sering disamakan oleh kebanyakan orang. Namun, sebenarnya kreatif dan inovatif adalah berbeda. Inovatif diwujudkan dalam inovasi yang merupakan gagasan atau ide yang baru yang diperoleh melalui pengembangan secara beratahapan dan diwujudkan dalam suatu gagasan atau hasil karya. Menurut (Arnyana, 2019 h. 6) Inovasi didefinisikan sebagai suatu gagasan, objek, peristiwa, atau metode yang dipersepsikan sebagai hal baru oleh individu maupun kelompok masyarakat. Pembaruan ini dapat bersumber dari hasil *invention* (penemuan baru yang sebelumnya tidak ada) maupun *discovery* (penemuan sesuatu yang sebenarnya sudah ada namun baru diketahui), yang kemudian diadopsi untuk memberikan nilai tambah tertentu.

Urgensi 4C terletak pada kesiapan peserta didik menghadapi tantangan nyata baik akademik maupun kehidupan sehari-hari yang kompleks, berubah cepat, dan sarat interaksi. Pembelajaran yang menumbuhkan 4C membuat proses belajar lebih bermakna: siswa tidak hanya “menghafal langkah”, melainkan memahami alasan di balik langkah tersebut, mampu beradaptasi, dan bekerja efektif bersama orang lain. Agar 4C tidak berhenti pada tataran konsep, diperlukan model pembelajaran yang inovatif yang secara alamiah memfasilitasi keempatnya dalam alur kegiatan kelas.

2.1.3 Kontribusi Kurikulum PJOK Membentuk Keterampilan Abad 21

Dalam kurikulum pendidikan jasmani, siswa diharapkan mencapai tingkat kebugaran fisik yang memadai dan menguasai setidaknya satu cabang olahraga, seperti atletik, senam, bela diri, renang, dan olahraga tim. Hal ini bertujuan untuk membekali siswa dengan kepercayaan diri untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur. Selain itu, siswa diharapkan mengadopsi gaya hidup aktif yang didukung oleh pengetahuan yang memadai tentang pendidikan jasmani, termasuk pemahaman tentang aturan teknis, taktis, dan strategis dalam olahraga (Yuliandra & Fahrizqi, 2019).

Menurut Eich, 2013, h. 9 (dalam Mustafa & Dwiyo,2020) menyebutkan bahwa kurikulum PJOK memiliki tiga dasar yaitu: (1) Program pendidikan jasmani sebaiknya dibuat menyenangkan supaya proses belajar bisa berjalan dengan baik; (2) kurikulum harus lengkap, tidak hanya fokus pada olahraga sebagai hiburan saja, tetapi juga harus memberi peserta didik berbagai keterampilan yang bisa meningkatkan kualitas hidup mereka di masa depan; (3) kurikulum perlu membantu dalam membuat penilaian kesehatan, kebugaran, dan aktivitas fisik yang cukup untuk mendukung perkembangan selanjutnya, terutama di akhir masa kanak-kanak. Dalam kurikulum PJOK kontemporer pada K-12, tujuan program PJOK dijelaskan sebagai rekreasi, fokus pada kesehatan masyarakat, dan pendidikan Ennis, 2013, h.154 (dalam Mustafa & Dwiyo,2020). Esensi dari pendidikan abad ke-21 adalah kemampuan untuk bertransformasi dari sekadar transfer pengetahuan menjadi pengembangan kapasitas berpikir kritis, kolaborasi, kreativitas, serta kemampuan dalam memecahkan masalah Hamzah et al., 2023 (dalam Angga & Sari, 2025 h.1373).

Kontribusi kurikulum PJOK pada abad ke-21 adalah mempersiapkan peserta didik agar mampu berkompetisi dan berkolaborasi di masa depan, khususnya dalam memilih bidang karier masing-masing. Dengan perancangan kurikulum PJOK yang efektif, siswa dapat memperoleh kondisi fisik yang sehat dan bugar, yang mendukung kemampuan berpikir kritis, kreatif, terampil, serta sikap positif. Oleh karena itu, apabila peserta didik berkembang secara fisik sejalan dengan peningkatan keterampilan, pengetahuan, dan karakter yang mulia, hal ini akan membantu mereka meraih keberhasilan menghadapi tantangan di era abad ke-21.

2.1.4 Model Pembelajaran

2.1.4.1 Pengertian Model Pembelajaran

Model pembelajaran menurut Kemp 1995 dalam (Khoerunnisa et al., 2020 h.2) adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dijalankan oleh guru dan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran tercapai secara efektif dan efisien. Pendapat lain menyatakan Model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat

digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), merancang bahan-bahan pembelajaran, dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain (Mirdad Jamal, 2020 h.15). Model pembelajaran dapat dijadikan pola pilihan, artinya para guru boleh memilih model pembelajaran yang sesuai dan efisien untuk mencapai tujuan pendidikannya Rusman, 2013 h.133 dalam (Mirdad Jamal, 2020 h.15). Sejalan dengan itu menurut Benny A, 2010 h.86 dalam (Mirdad Jamal, 2020 h.15) model juga dapat dipandang sebagai upaya dan untuk mengkonkretkan sebuah teori sekaligus juga merupakan sebuah analogi dan representasi dari variable-variabel yang terdapat di dalam teori tersebut. Berdasarkan beberapa pendapat ahli yang telah dipaparkan, dapat disintesis bahwa model pembelajaran merupakan sebuah kerangka konseptual berupa rencana atau pola sistematis yang digunakan sebagai pedoman bagi guru dan siswa dalam melaksanakan kegiatan instruksional guna mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Model pembelajaran tidak hanya berfungsi sebagai instrumen teknis dalam merancang bahan ajar dan kurikulum jangka panjang, namun juga berperan strategis sebagai representasi praktis yang mengkonkretkan teori-teori pendidikan ke dalam tindakan nyata di kelas. Lebih lanjut, model pembelajaran memberikan ruang fleksibilitas bagi pendidik untuk memilih dan menentukan pola instruksional yang paling relevan, analogis, serta mampu menggambarkan variabel-variabel teoretis secara aplikatif demi tercapainya keberhasilan pendidikan.

2.1.4.2 Ciri-ciri Model Pembelajaran

Ciri-ciri model pembelajaran yaitu adanya tujuan pembelajaran yang jelas, lingkungan yang mendukung proses pembelajaran, adanya suatu teori yang jelas untuk digunakan dalam proses pembelajaran, adanya interaksi dalam proses pembelajaran sehingga proses pembelajaran bisa terlaksana dengan baik Janah, 2009 dalam (Muhammad Fauzan, Haryadi, 2021 h.364). Pendapat lain menurut (Mirdad Jamal, 2020 h.15) menyebutkan bahwa ciri-ciri model pembelajaran sebagai berikut:

- (1) Berdasarkan teori pendidikan dan teori belajar dari para ahli tertentu. Sebagai contoh, model penelitian kelompok di susun oleh Herbert Thelen dan berdasarkan teori John Dewey, model ini dirancang untuk melatih partisipasi dalam kelompok secara demokratis.
- (2) Mempunyai misi atau tujuan

pendidikan tertentu. Misalnya model berpikir induktif dirancang untuk mengembangkan proses berpikir induktif. (3) Dapat dijadikan pedoman untuk perbaikan kegiatan belajar mengajar di kelas, misalnya model *Synectic* dirancang untuk memperbaiki kreativitas dalam pelajaran mengarang. (4) Memiliki bagian-bagian model yang dinamakan : a) urutan langkah-langkah pembelajaran (*syntax*); a) adanya prinsip-prinsip reaksi; c) sistem sosial; d) sistem pendukung. Keempat bagian tersebut merupakan pedoman praktis bila guru akan melaksanakan suatu model pembelajaran. (5) Memiliki dampak sebagai akibat terapan model pembelajaran. Dampak tersebut meliputi ; a) dampak pembelajaran, yaitu hasil belajar yang diukur; 2) dampak penggiring yaitu hasil belajar jangka panjang. (6) Membuat persiapan mengajar (desain instruksional) dengan pedoman model pembelajaran yang dipilihnya Ibid, h. 136.

2.1.4.5 Karakteristik Model Pembelajaran

Menurut Bruce Joyce dan Marsha Weil, setiap model pembelajaran memiliki struktur yang jelas agar dapat diterapkan secara sistematis dalam proses pembelajaran. Struktur tersebut terdiri atas beberapa komponen utama sebagai berikut: (1) sintaks, (2) sistem sosial, (3) prinsip reaksi, (4) sistem pendukung, Utomo, 2020, hlm. 43 dalam (Agus Purnomo et al., 2022 h.11). Secara umum, model pembelajaran menurut Joyce dan Weil terdiri atas empat komponen utama, yaitu sintaks, sistem sosial, prinsip reaksi, dan sistem pendukung. Namun, dalam pengembangan implementatif, beberapa ahli menambahkan komponen struktur evaluasi sebagai bagian penting dalam menilai ketercapaian tujuan pembelajaran.

Pertama, Sintaks. Sintaks pada model pembelajaran berisi tentang langkah-langkah, maupun fase-fase sebagai bentuk urutan kegiatan pembelajaran. Tentu saja setiap model pembelajaran memiliki sintaks yang berbeda.

Kedua, Prinsip Reaksi. Pada dasarnya prinsip reaksi ini menggambarkan tentang reaksi yang ditunjukkan guru atas aktivitas-aktivitas yang ditunjukkan siswa dalam proses belajar di kelas. Sebagai contoh, sebuah model pembelajaran A pada fase ketiga guru menyajikan permasalahan yang hendak diselesaikan siswa, sedangkan pada model pembelajaran B, pada fase pertamanya justru guru yang terlibat dalam penyelesaian masalah yang diberikan. Dalam hal ini, prinsip reaksi sangat membantu untuk menentukan reaksi-reaksi yang efektif dilakukan siswa.

Ketiga, Sistem Sosial. Sistem sosial yang dimaksud pada komponen model pembelajaran mencakup beberapa hal yaitu: mendeskripsikan beragam peranan

guru dan siswa; menyajikan secara deskripsi hubungan yang hirarki antara guru dan siswa; serta berkaitan dengan beragam hal maupun kaidah yang mendorong atau memotivasi siswa dalam proses pembelajaran. Dengan kata lain, unsur sistem sosial ini tidak memiliki urutan yang terstruktur jika dibandingkan dengan sintaks (langkah-langkah) pembelajaran.

Keempat, Sistem Pendukung. Komponen sistem pendukung ini lebih mengarah pada kondisi yang dibutuhkan oleh model pembelajaran agar dapat digunakan secara optimal dalam pembelajaran. Sistem pendukung ini lebih mengarah pada fasilitas-fasilitas teknis, keterampilan atau kemampuan guru, serta tuntutan yang ingin dicapai siswa sehingga terciptanya kondisi khusus sebagai ciri dari model pembelajaran.

Menurut Ralph W. Tyler 1950, mendefinisikan evaluasi merupakan proses untuk mengetahui sejauh mana tujuan pembelajaran telah tercapai (Devi, M. Y et, all., 2022 h.678). Tyler menguraikan beberapa tahap penilaian pendidikan, yakni penetapan tujuan global atau umum, mengelompokkan/mendeskrripsikan sasaran/target, menentukan situasi pencapaian tujuan yang ditetapkan, mengembangkan teknik penilaian, menghimpun serta membandingkan data untuk kerja dengan sikap/karakter yang mendeskripsikan tujuan (Devi, M. Y et, all., 2022 h.678). Dalam konteks hasil belajar, Benjamin S. Bloom mengklasifikasikan hasil belajar ke dalam tiga ranah, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor. Oleh karena itu, struktur evaluasi dalam pembelajaran perlu dirancang secara sistematis dengan memperhatikan ketiga ranah tersebut agar dapat memberikan gambaran yang komprehensif terhadap perkembangan peserta didik.

Struktur evaluasi dalam pembelajaran tidak hanya berfungsi untuk mengukur hasil belajar, tetapi juga sebagai dasar dalam merancang pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik peserta didik. Dalam pembelajaran modern, evaluasi dilakukan secara berkelanjutan melalui asesmen diagnostik, formatif, dan sumatif. Hal ini sejalan dengan konsep pembelajaran diferensiasi yang dikemukakan oleh Carol Ann Tomlinson, yang menekankan pentingnya memahami kebutuhan dan perkembangan peserta didik melalui berbagai bentuk asesmen.

Dengan demikian, struktur evaluasi tidak hanya berfungsi sebagai alat ukur, tetapi juga sebagai dasar pengambilan keputusan dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, struktur evaluasi menjadi pelengkap dari komponen model pembelajaran yang dikemukakan oleh Joyce dan Weil, sehingga implementasi model pembelajaran tidak hanya berfokus pada proses, tetapi juga pada pengukuran hasil belajar secara menyeluruh

2.1.5 Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

2.1.5.1 Pengertian Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Problem based learning (PBL) atau dalam bahasa Indonesia kerap kali disebut pembelajaran berbasis masalah merupakan penggunaan berbagai macam konfrontasi terhadap tantangan dunia nyata dan kemampuan untuk menyelesaikan segala sesuatu yang baru dan kompleks. *Problem based learning* (PBL) adalah suatu model pembelajaran dimana siswa diberikan pada suatu masalah dan dilatih untuk memecahkan masalah tersebut melalui tahapan metode ilmiah sehingga peserta didik peserta didik dapat mempelajari pengetahuan yang berhubungan dengan masalah tersebut serta memiliki keterampilan untuk memecahkan masalah (Syamsidah & Suryani, 2018 h.13-14). *problem based learning* (PBL) diperkenalkan sebagai model pembelajaran baru yang berpusat pada peserta didik. Metode ini berbasis pada prinsip pembelajaran orang dewasa, dan lebih berorientasi pada pembelajaran sendiri yang kemudian akan mendorong keterampilan belajar jangka panjang. Meski demikian guru diharapkan pembelajaran siswa diarahkan kepada sesuatu yang aktual dan relevan serta realistis. Ini artinya bahwa pembelajaran yang terpusat kepada peserta didik terbiasa mengembangkan kemampuan pemecahan masalah dan kemampuan belajar mandiri yang diperlukan untuk menghadapi tantangan kehidupan atau karier, dalam lingkungan yang sudah semakin kompleks sekarang ini. Agar memberikan dampak yang maksimal maka guru harus memberikan kesempatan pada siswa untuk bekerja sama dengan teman setara, bukan saja untuk memunculkan masalah, akan tetapi juga menyelesaikan *problem* yang menjadi materi pembelajaran. Dengan demikian pembelajaran berbasis masalah atau *problem based learning* (PBL) dapat mereduksi keterlibatan

guru sebagaimana pembelajaran konvensional dan memberi kesempatan lebih besar kepada peserta didik sebagaimana pembelajaran berbasis peserta didik. Model pembelajaran *problem based learning* (PBL) mempunyai ciri dan karakteristiknya tersendiri, dimana pembelajaran diawali dengan fokus pada permasalahan. Menurut (Nisa, 2023 h.311) pada metode *problem based learning* (PBL) siswa bisa beraktivitas pada kategori kelompok-kelompok kecil serta perlu memahami apa yang dipahami dan tidak dipahami serta perlu untuk belajar mencari sebuah solusi dari permasalahan tersebut. Tambah (Nisa, 2023 h.311) kedudukan guru/dosen hanya mempermudah aktivitas berkelompok belajar bukan menyediakan jawaban secara langsung.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis masalah atau *problem based learning* (PBL) merupakan suatu model pembelajaran yang inovatif yang dapat memberikan kondisi belajar yang aktif, melatih berfikir kritis kepada peserta didik atau siswa, yang dimulai dengan karakteristik memunculkan suatu masalah.

Peran *problem-based learning* dalam aspek psikomotor, diungkapkan Savery & Dufy 2001, h.59 (dalam Nurtanto, 2015) menjelaskan hubungan antara teori dan praktik dalam lingkungan *problem based learning* siswa terlihat aktif bekerja sesuai dengan tugas dan kegiatan otentik. Fokusnya mengkonstruksi pengetahuan dan mengaplikasikannya dalam keterampilan. Untuk memperkuat bahwa model *problem based learning* (PBL) ini relevan untuk belajar psikomotor ada kutipan dari pendapat Fitts dan Postner 1967 (dalam Winarno, n.d.) menyatakan bahwa belajar keterampilan motorik berlangsung melalui beberapa fase, yaitu: (1) fase kognitif, (2) fase fiksasi (asosiasi), dan (3) fase otomatisasi. Meskipun hasil belajar yang dituju adalah domain psikomotor (teknik *jump shoot*), namun proses perolehan gerak (*motor learning*) tidak dapat dipisahkan dari domain kognitif. Sebagaimana dinyatakan oleh Fitts & Posner (1967), tahapan pertama belajar motorik adalah tahap kognitif, di mana pembelajar harus memahami konsep tugas gerak. Penggunaan *problem based learning* (PBL) dalam penelitian ini berfungsi sebagai stimulus bagi siswa untuk mengidentifikasi masalah mekanika gerak secara mandiri dan kolaboratif. Dengan memecahkan masalah “mengapa gerakan tidak

efektif” secara kritis, siswa akan memiliki landasan konsep yang benar untuk memperbaiki kualitas gerakan fisiknya secara permanen (psikomotor).

2.1.5.2 Karakteristik Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Berdasarkan karakteristik model pembelajaran yang dikemukakan oleh Bruce Joyce dan Marsha Weil yang meliputi sintaks, sistem sosial, prinsip reaksi, dan sistem pendukung, maka setiap model pembelajaran pada dasarnya memiliki ciri khas yang membedakannya satu sama lain. Salah satu model pembelajaran yang memiliki karakteristik khusus adalah model *problem based learning* (PBL). Karakteristik tersebut mencerminkan implementasi dari keempat komponen model pembelajaran, yang diwujudkan melalui pembelajaran berbasis masalah, interaksi sosial dalam kelompok, peran guru sebagai fasilitator, serta dukungan sumber belajar yang kontekstual. Oleh karena itu, untuk memahami secara lebih mendalam, berikut ini dipaparkan karakteristik model pembelajaran *problem based learning* (PBL).

Menurut Sovie dan Hughes Made Wena, 2009 h.91 (dalam Wau, 2017).

Karakteristik dari model pembelajaran PBL adalah :

(a) Pembelajaran dimulai dari permasalahan. (b) Permasalahan harus relevan dengan dunia nyata siswa. (c) Pembelajaran diorganisasikan berdasarkan permasalahan, bukan disiplin ilmu. (d) Siswa bertanggung jawab untuk membentuk dan menjalankan proses belajar secara langsung dalam kelompok kecil. (e) Siswa diminta mempresentasikan hasil belajar berupa produk dan kinerja. Karakteristik ini terdapat dalam pembelajaran model PBL. (h.241).

Menurut Jonassen 1999 (dalam Sarwinda., 2016) karakteristik model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) adalah sebagai berikut :

(a) Studi kasus yang relevan membantu siswa mengidentifikasi permasalahan utama yang memicu masalah lain, melatih kemampuan berpikir kritis, dan memahami inti permasalahan secara implisit. (b) Berbasis masalah atau proyek, kasus dari berbagai bidang meningkatkan fleksibilitas kognitif siswa untuk memahami dan merepresentasikan konsep terkait, mendorong kreativitas dan pemikiran divergen, serta memungkinkan pengembangan solusi logis melalui diskusi kelompok sebelum tindakan. (c) Membutuhkan sumber informasi faktual dari lapangan. (d) *Cognitive tools* adalah alat yang membantu siswa meningkatkan kemampuan menyelesaikan tugas pembelajaran dengan merepresentasikan pengetahuan dan mendorong aktivitas berpikir. (e) Pemodelan dinamis memberikan cara berpikir, menganalisis,

mengorganisasi, dan mengungkapkan pemahaman terhadap suatu kejadian. (f) Diskusi, percakapan, dan kolaborasi dalam pembelajaran—melalui diskusi informal dan intensif—mendukung kerja sama, kemampuan komunikasi ilmiah, argumentasi logis, dan sikap ilmiah. g) Dukungan kontekstual dan sosial, melalui interaksi kelompok dan suasana kompetitif, memotivasi peserta didik mencari solusi; guru wajib mengakomodasi dukungan ini untuk efektivitas pembelajaran. (h.2).

Dengan demikian, karakteristik model *problem based learning* (PBL) tersebut secara konseptual telah mencerminkan komponen utama model pembelajaran, yaitu sintaks yang terstruktur melalui tahapan pembelajaran berbasis masalah, sistem sosial yang menekankan kerja sama kelompok, prinsip reaksi yang menempatkan guru sebagai fasilitator, serta sistem pendukung berupa sumber belajar yang kontekstual dan relevan dengan kehidupan nyata.

2.1.5.3 Tujuan Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Tujuan yang ingin dicapai oleh model pembelajaran PBL adalah diharapkan siswa mempunyai kapasitas dan kapabilitas untuk berfikir kreatif, analitis, dan logis untuk menemukan alternatif pemecahan masalah melalui eksplorasi data secara empiris dalam rangka menumbuhkan sikap ilmiah. Berfikir kritis adalah salah satu indikator dari berfikir tingkat tinggi, *critical thinking* atau berfikir kritis sering disamakan dengan pemikiran konvergen, berfikir logis, dan *reasoning* (Farisi et al., 2017 h.284). Berfikir kritis adalah tentang proses berfikir dengan baik. Tujuan berfikir kritis menurut Edward 2007 h.204 (dalam Farisi et al., 2017) berfikir kritis merupakan menyingkapi kebenaran dengan menyingkirkan semua yang salah agar kebenaran tersebut terlihat. Menurut Harsanto 2005 h.44 (dalam Farisi et al., 2017) menyatakan bahwa salah satu untuk menjadi orang kritis adalah pikirannya harus terbuka, jelas, dan setiap keputusan yang diambil harus berdasarkan fakta dan data, serta harus terbuka dengan perbedaan pendapat. Komalasari, 2011 h.266 (dalam Farisi et al., 2017) juga menyebutkan bahwa terdapat indikator berfikir kritis yakni : (1) memberikan penjelasan yang sederhana, (2) membangun keterampilan dasar, (3) membuat inferensi, (4) membuat penjelasan lebih lanjut, (5) mengatur strategi dan taktik. Prinsip atau tujuan dari pembelajaran model *problem based learning* (PBL) ialah untuk meningkatkan keaktifan siswa, membantu siswa untuk berfikir kritis berbasis masalah, dan masalah yang disajikan atau dijumpai adalah masalah

sehari-hari. Tujuan utama dari model *problem based learning* (PBL) adalah untuk mengembangkan kemampuan berfikir kritis dan kemampuan untuk memecahkan masalah, sekaligus membangun peserta didik secara aktif dan mengembangkan pengetahuannya sendiri Hosnan, 2014 h.299 (dalam Farisi et al., 2017). *Problem based learning* (PBL) juga dimaksudkan untuk mengembangkan belajar yang mandiri dan keterampilan sosial peserta didik, kemandirian itu dapat terbentuk ketika peserta didik dapat berkolaborasi untuk mengidentifikasi informasi, strategi, dan sumber belajar yang relevan untuk memecahkan masalah (Farisi et al., 2017 h.284).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari model pembelajaran *problem based learning* (PBL) ini adalah membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan berfikir kritis, *problem solving*, serta keterampilan belajar mandiri melalui keterlibatan siswa dalam proses menghadapi permasalahan yang nyata. PBL tidak hanya menekankan pada penguasaan materi, tetapi juga proses pembelajaran yang menumbuhkan sikap kolaboratif, komunikasi, dan kreatif.

2.1.5.4 Kelebihan dan Kelemahan Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Setiap model pembelajaran biasanya memiliki kelebihan dan kelemahannya masing masing. Adapun kelebihan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) menurut Tyas , 2017 h.46-47 (dalam Rakhmawati, 2021) menyebutkan sebagai berikut :

- a) *Problem based learning* (PBL) menumbuhkan tingkat berfikir kritis siswa, menumbuhkan sikap inisiatif siswa, memotivasi internal untuk belajar dan membangun hubungan interpersonal dengan kerja berkelompok.
- b) Dalam model pembelajaran *problem based learning* (PBL) akan terjadi pembelajaran yang bermakna, siswa belajar memecahkan suatu masalah, maka siswa akan menerapkan pengetahuan tersebut.
- c) Membuat siswa belajar mandiri dan bebas.
- d) Pemecahan masalah atau *problem solving* dapat membantu siswa untuk mengembangkan pengetahuan barunya dan bertanggung jawab dalam

pembelajaran yang mereka lakukan, serta mendorong evaluasi baik dari hasil ataupun proses pembelajaran.

Dari pendapat lain (Husnul Hotimah, 2020 h.7) juga menyebutkan bahwa kelebihan dari pada model pembelajaran *problem based learning* (PBL) adalah sebagai berikut :

- a) Menantang kemampuan siswa serta memberikan kepuasan siswa terhadap penemuan yang baru bagi siswa.
- b) Meningkatkan motivasi dan aktivitas pembelajaran siswa.
- c) Membantu dalam menyampaikan pengetahuan siswa untuk memahami masalah di dunia yang nyata.
- d) Membantu siswa untuk mengembangkan pengetahuan barunya dan bertanggung jawab dalam pembelajaran yang mereka lakukan. Disamping itu, *problem based learning* (PBL) dapat mendorong siswa untuk melakukan evaluasi sendiri baik terhadap hasil maupun proses belajarnya.
- e) Mengembangkan kemampuan berfikir kritis mereka dan mengembangkan kemampuan baru untuk menyesuaikan dengan pengetahuan baru tersebut.
- f) Meberikan kesempatan untuk mengaplikasikan pengetahuan mereka dalam kehidupan yang nyata.
- g) Mengembangkan minat untuk terus belajar.
- h) Mempermudah siswa untuk menguasai konsep belajar yang dipelajari untuk memecahkan masalah dunia yang nyata.

Disamping kelebihan model pembelajaran juga mempunyai kelemahan, model pembelajaran *problem based learning* (PBL) kelemahannya menurut (Husnul Hotimah, 2020 h.7) adalah sebagai berikut : (1) manakala siswa tidak memiliki motivasi atau minat bahwa masalah yang dihadapi sulit untuk dipercahkan, maka mereka akan enggan untuk mecobanya. (2) untuk sebagian siswa beranggapan bahwa tanpa memahami materi mengapa mereka harus memecahkan masalah yang telah dipelajari, maka mereka akan belajar apa yang ingin mereka pelajari. Adapaun pendapat lain menurut Tyas, 2017 h.47 (dalam Rakhmawati, 2021) menyebutkan kelemahan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) adalah sebagai berikut :

- a) Jika siswa tidak mempunyai semangat untuk memecahkan masalah, maka mereka enggan untuk mencoba.
- b) Perlu tunjangan buku yang dapat dijadikan pedoman dalam kegiatan pembelajaran.
- c) Pembelajaran *problem based learning* PBL membutuhkan waktu yang tidak sebentar atau relatif lama.

Menurut Warsono dan Hariyanto Nur, S.dkk, 2016 h.35 (dalam Rakhmawati, 2021) kelemahan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) adalah tidak banyak guru/dosen yang mampu mengantarkan peserta didik kepada pemecahan masalah, dan kerap kali memerlukan biaya yang mahal, dan waktu yang cukup panjang. Dapat disimpulkan bahwa dari beberapa kelebihan dan kelemahan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) ini diperoleh beberapa nilai pokok yang harus dikembangkan oleh guru guna menghidupkan suasana pembelajaran, guru tidak hanya sebagai subjek utama, namun disisi lain guru harus mampu melibatkan siswa agar kemampuan tingkat berfikir kritis mereka berkembang.

2.1.5.5 Sintaks Model Pembelajaran *Problem Based Learning*

Setelah dikemukakan beberapa kelebihan dan kelemahan model pembelajaran *problem based learning* (PBL) diatas, maka berikut akan dikemukakan sintaks pembelajaran dari beberapa pendapat dan dikembangkan dalam penelitian ini. Menurut (Veronika Tiara et al., 2024 h.124-126) sintaks PBL : (1) Orientasi partisipan peserta didik pada masalah. (2) mengorganisasikan partisipan untuk belajar. (3) membimbing partisipan peserta didik dalam penyelidikan individual atau kelompok. (4) meningkatkan serta menyajikan hasil karya peserta didik. (5) menganalisis serta mengevaluasi proses pemecahan masalah. Adapun menurut (Pramartha & Parwati, 2025 h.67-74) sintaks pembelajaran PBL adalah sebagai berikut : (1) Orientasi peserta didik pada suatu masalah. Peserta didik diberikan suatu permasalahan yang bersifat autentik yang relevan dengan konteks kehidupan nyata. Masalah ini harus bersifat terbuka dan menantang agar mendorong pemikiran yang kritis. (2) Mengorganisasikan Peserta Didik : Guru membimbing peserta didik untuk mengidentifikasi apa

yang sudah mereka ketahui, apa yang perlu dipelajari, serta bagaimana cara mempelajarinya. (3) Membimbing Peserta Didik Secara Individu maupun Kelompok: Guru membimbing peserta didik melakukan pengumpulan data/informasi (pengetahuan, konsep, teori) melalui berbagai macam cara untuk menemukan berbagai alternatif penyelesaian masalah. (4) Mengembangkan dan Menyajikan Hasil Karya : Guru membimbing peserta didik untuk menentukan penyelesaian masalah yang paling tepat dari berbagai alternatif pemecah masalah yang peserta didik temukan. Peserta didik menyusun laporan hasil penyelesaian, masalah, misal dalam bentuk gagasan, model, bagan, atau *power point slides*. (5) Menganalisa dan mengevaluasi proses pemecahan masalah guru memfasilitasi peserta didik untuk melakukan refleksi atau evaluasi terhadap proses penyelesaian masalah yang dilakukan.

Dari penjelasan diatas maka penulis sajikan sintaks pembelajaran *problem based learning* (PBL) menggunakan tabel sebagai berikut :

Tabel 2. 1 Sintaks model pembelajaran *problem based learning*
Sumber : (Mawarni et al., 2022 h.48)

Tahap 1
Mengorientasikan Siswa Pada Masalah
Tahap 2
Mengorganisasikan siswa untuk belajar mendesain masalahnya
Tahap 3
Membimbing implementasi penyelidikan individu maupun kelompok
Tahap 4
Mengembangkan dan Menyajikan hasil karya yang telah dibuat dan menganalisisnya
Tahap 5
Menganalisis dan Mengevaluasi proses pemecahan masalah

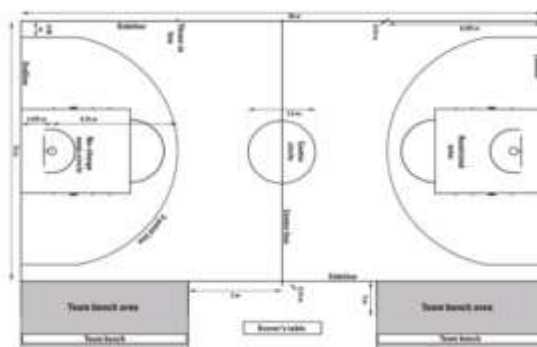
2.1.6 Pembelajaran Bola Basket

Bola basket merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan secara beregu, dengan tujuan memasukkan bola kedalam keranjang lawan dengan

sebanyak banyaknya. Adapun pengertian lain menurut (Adii et al., 2023) menyebutkan sebagai berikut :

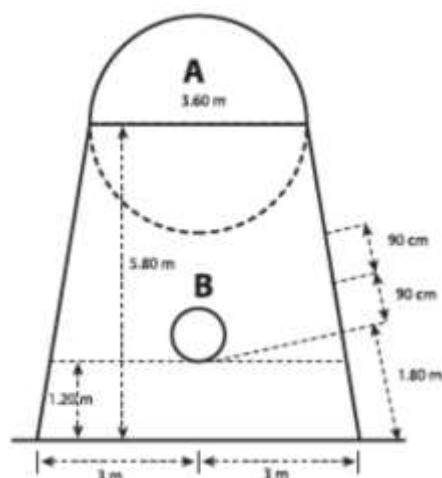
bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu, masing masing regu terdiri dari dua belas orang baik putra atau putri, 5 orang pemain inti dan 7 pemain cadangan. Dimana tujuan dari kedua tim tersebut adalah untuk memasukan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan medapatkan angka. (h.279).

Lapangan bola basket berbentuk persegi panjang dengan dua ukuran standar yakni, ukuran panjang 28,5 meter dan lebar 15 meter untuk standar *Nasional Basketball Association* (NBA) dan panjang 26 meter dan panjang 14 meter untuk (FIBA) Federasi Bola Basket International (Saichudin & Munawar, 2019 h.11).



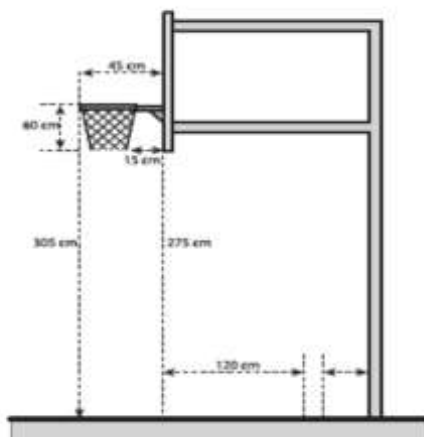
Gambar 2. 1 Lapangan bola basket (Saichudin & Munawar, 2019 h.12)

Panjang garis tengah lingkaran pada lapangan basket adalah 1,80 meter dengan ukuran lebar garis yaitu 0,05 meter. Panjang garis akhir lingkaran daerah serang yaitu 6 meter. Sedangkan panjang garis tembakan hukuman yaitu 3,60 meter.

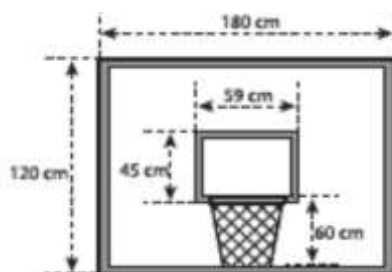


Gambar 2. 2 Jarak area hukuman (Saichudin & Munawar, 2019 h.12)

Jarak lantai sampai ke papan pantul bagian bawah adalah 2,75 meter. Sementara jarak papan pantul bagian bawah sampai ke ring basket adalah 0,30 meter. Ring basket memiliki panjang yaitu 0,40 meter. Sedangkan jarak tiang penyangga sampai ke garis akhir adalah 1 meter.



Gambar 2. 3 Jarak tinggi ring bola basket
(Saichudin & Munawar, 2019 h.13)



Gambar 2. 4 Papan pantul bola basket
(Saichudin & Munawar, 2019 h.13)

Panjang papan pantul bagian luar adalah 1,80 meter sedangkan lebar papan pantul bagian luar adalah 1,20 meter dan panjang papan pantul bagian dalam adalah 0,59 meter sedangkan lebar papan pantul bagian dalam adalah 0,45 meter.

Bola basket terbuat dari karet dan dilapisi bahan sintetis. Keliling bola antara 75 cm s.d. 78 cm, dan beratnya antara 600 gram s.d. 650 gram. Ketentuan standar bola dan ketika berisi udara adalah bila dipantulkan lantai yang keras dari tempat ketinggian 1,80 meter-bola akan memantul setinggi antara 1,20 meter s.d. 1,40 meter (Saichudin & Munawar, 2019 h.13). Perlengkapan teknik a). untuk pencatat waktu diperlukan sedikitnya dua buah stopwatch satu untuk pencatat

waktu satu untuk *time out*. b). *Shot clock*. c). Kertas *score (score sheet)* untuk mencatat/merekam pertandingan. d). *Scoring board*, tanda kesalahan perorangan yakni angka 1 sampai dengan 5, serta bendera merah dua buah untuk sinyal tim *foul*. e). *Arrow*, untuk menunjukkan tim mana yang akan mendapatkan bola, jika terjadi *jump ball* (Saichudin & Munawar, 2019 h.14-15).

Dalam permainan bola basket ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai yaitu *passing*, *dribbling*, dan *shooting* (Rustanto, 2017 h.76). Pada dasarnya permainan bola basket dituntut untuk menguasai teknik bermain. Teknik dasar yang benar menentukan keberhasilan seseorang untuk pengembangan dirinya pada teknik yang lebih tinggi. Dari teknik teknik tersebut dalam permainan bola basket teknik yang paling penting adalah teknik *shooting*. Teknik *shooting* ini adalah senjata untuk melakukan penyerangan dan mendapatkan poin. Menurut Vic Ambler 2006 h.11 (dalam Sastaman, 2023) menyebutkan bahwa kemampuan mendasar dari permainan bola basket adalah *shooting*, *shooting* merupakan suatu upaya untuk memasukan bola ke keranjang lawan atau ring lawan Putri&Rifki 2020 (dalam Gusril et al., 2021 h.61). keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang nyata langsung untuk mendapatkan poin. Dalam hal ini *shooting* dapat sangat berpengaruh karena mentukan poin saat pertandingan. Menurut Richar H. Perry 1985 (dalam Sastaman, 2023 h.4) menyebutkan bahwa ada beberapa jumlah macam *shooting* seperti *set shoot* (tembakan tegak), tembakan lompat (*jump shoot*), dan tembakan menyabit (*hook shoot*). *Jump shoot* merupakan salah satu teknik dasar menembak bola ke ring dengan melompat. Menurut Mukhtarsyaf et al 2019 (dalam Gusril et al., 2021 h.61) mengatakan bahwa *jump shoot* berawal dari kata “*jump*” yang berarti melompat dan “*shoot*” yang berarti menembak. Selaras dengan itu Orlando 2018 (dalam Gusril et al., 2021 h.61) juga mengatakan bahwa *jump shoot* adalah cara menembak yang menggunakan bantuan lompatan dan bola dilepas pada saat titik tertinggi lompatan. Dapat disimpulkan bahwa teknik *jump shoot* adalah teknik menembak bola dengan lompatan dan bola dilepaskan dan ditembakkan ke ring saat titik tertinggi lompatan. Teknik ini sangat penting karena efektif digunakan dalam berbagai situasi permainan, terutama saat menghadapi lawan dengan pertahanan ketat. Dalam pembelajaran, keterampilan *jump shoot*

memerlukan koordinasi gerakan yang baik antara kaki, tangan, serta pengaturan waktu lompatan. Oleh karena itu, guru harus menggunakan model pembelajaran yang tepat agar siswa dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

2.1.7 Hasil Belajar Siswa

Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah melakukan proses pembelajaran yang ditandai dengan perubahan perilaku dan dapat diukur melalui tes yang ditunjukkan melalui nilai atau angka (Husnul Hotimah, 2020). Secara umum, hasil belajar adalah perubahan perilaku yang dialami siswa setelah melalui proses pembelajaran. Perubahan ini tidak hanya mencakup aspek pengetahuan, tetapi juga sikap dan keterampilan. Hasil belajar siswa merupakan prestasi belajar secara akademis melalui ujian, keaktifan siswa dikelas selama proses pembelajaran. Dikalangan akademis kerap kali muncul stigma bahwa keberhasilan pendidikan tidak ditentukan oleh nilai pada rapot atau ijazah, akan tetapi untuk tolok ukur mengenai keberhasilan di ranah kognitif dapat diketahui melalui hasil belajar seseorang. UNESCO merumuskan empat pilar utama dalam pencapaian hasil belajar yang komprehensif. Keempat pilar tersebut meliputi: (1) *learning to know* (belajar untuk mengetahui), yang berfokus pada penguasaan instrumen pengetahuan; (2) *learning to do* (belajar untuk melakukan), yang menekankan pada kompetensi penerapan keterampilan; (3) *learning to be* (belajar untuk menjadi diri sendiri), sebagai upaya pengembangan kepribadian dan kemandirian; serta (4) *learning to live together* (belajar untuk hidup bersama), guna membangun pemahaman lintas budaya dan kerja sama sosial. Hasil belajar ditandai dengan perubahan tingkah laku secara keseluruhan yang meliputi aspek kognitif, psikomotor, dan afektif. Proses perubahan dapat terjadi dari yang paling sederhana sampai yang paling kompleks. Menurut Bloom 1956, h.24 (dalam Nurtanto, 2015) membagi "*learning domain*" sebagai tujuan dirumuskan kedalam tiga klasifikasi atau aspek yaitu: (1) aspek *cognitive*; (2) aspek *affective*; dan (3) aspek *psychomotor*. Bloom (1956) mengategorikan ranah kognitif ke dalam enam tingkatan hierarkis yang merepresentasikan kompleksitas proses berpikir individu. Keenam tingkatan tersebut dimulai dari (1) pengetahuan (*knowledge*), (2)

pemahaman (*comprehension*), (3) penerapan (*application*), (4) analisis (*analysis*), (5) sintesis (*synthesis*), hingga tingkatan tertinggi yaitu (6) evaluasi (*evaluation*). Menurut Djamarah dan Zain (dalam Somayana, 2020 h.468), untuk mengetahui indikator keberhasilan hasil belajar siswa terlihat dari daya serap belajar siswa dan perilaku yang siswa lakukan saat pembelajaran. Adapun pendapat lain yang mengatakan bahwa hasil belajar ialah suatu hasil dari proses mengikuti suatu belajar dan pembelajaran, baik itu dari yang berkenaan dengan aspek pengetahuan, sikap, ataupun keterampilan setelah menerima pengalaman belajar (Agrifina et al., 2024 h.297). Dari kesimpulan diatas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar ialah suatu hasil belajar dimana seorang siswa sudah mengikuti kegiatan belajar. Untuk meningkatkan hasil belajar sangat dibutuhkan guru yang memiliki kompetensi yang tinggi. Kompetensi guru yaitu kemampuan yang dimiliki oleh guru untuk menjalankan tugas, oleh karena itu kualitas hasil kerja guru dapat memperlihatkan seberapa profesional guru tersebut. Selain itu juga harus memiliki empat kompetensi yang harus dikuasai yakni kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

Peningkatan hasil belajar juga dapat ditingkatkan melalui model pembelajaran yang efektif, yang menggunakan model-model pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Agar siswa dapat terlibat secara aktif saat proses pembelajaran dan menumbuhkan tingkat berfikir kritis siswa.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian pertama yang relevan dilakukan oleh (Riskayani, 2022) dengan judul “Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik *Passing* Bola Basket”. Fokus utama penelitian tersebut adalah untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket melalui penerapan model pembelajaran PBL pada peserta didik. Dengan menggunakan metode Penelitian tindakan kelas (PTK), hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas dan hasil belajar *passing* bola basket meningkat melalui penerapan model pembelajaran PBL pada peserta didik pada kelas VII F SMP Negeri 1 Abiansemal tahun pelajaran 2021/2022. Disarankan pada guru

penjasorkes SMP Negeri 1 Abiansemal untuk menerapkan model pembelajaran PBL karena dapat meningkatkan aktivitas hasil belajar *passing* bola basket. Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada variabel model pembelajaran dan metode yang digunakan. Namun, perbedaannya terletak pada Lokasi penelitian, Subjek penelitian, di mana penelitian ini lebih memfokuskan pada teknik *jump shoot* bola basket.

Penelitian kedua yang relevan dengan penelitian ini, yaitu sebuah jurnal penelitian yang dilakukan oleh (Sumiadi Putri et al., 2019) yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Teams Games Tournament* Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar *Shooting* Bola Basket”. Persamaan penelitian tersebut, dengan penelitian ini adalah terletak materi yang digunakan dalam pembelajaran, sedangkan yang membedakannya adalah model pembelajaran yang digunakan. Berdasarkan penelitian ini model yang digunakan dalam penelitian ini berpengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar teknik dasar *shooting* bola basket.

Penelitian ketiga yang relevan dengan penelitian ini, yaitu sebuah jurnal penelitian yang dilakukan oleh (Sabhara et al., 2022) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes Permainan Bola Basket melalui Penerapan *Problem Based Learning* pada Siswa Kelas VII-A Semester I di MTs Negeri 6 Banjar Kalimantan Selatan”. Penelitian fokus pada keterampilan basket secara umum, sedangkan penelitian ini secara spesifik mengkaji teknik *jumpshoot*, yang memiliki tingkat kesulitan koordinasi lebih tinggi. Perbedaan lainnya terletak pada tempat pelaksanaan dan siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini model pembelajaran yang diterapkan memberikan pengaruh positif terhadap hasil belajar dan minat peserta didik.

Penelitian keempat yang relevan dilakukan oleh (Sujatmiko et al., 2024) dengan judul “Pengaruh *Teaching Games For Understanding* Terhadap Hasil Belajar *Dribbling* Bola Basket Pada Siswa Kelas X SMKN 3 Surabaya”. Fokus utama penelitian tersebut adalah Kesenjangan pemahaman dan keterampilan siswa dalam menerapkan materi *dribbling* bola basket. Dengan menggunakan metode kuantitatif dan pendekatan eksperimen murni (*true experimental design*), hasil penelitian menunjukkan bahwa Hasil akhir dari penelitian ini menyimpulkan bahwa

terdapat keberhasilan yang meningkat dari hasil belajar pengetahuan sebesar 33,44% dan keterampilan 26,4% siswa setelah menerapkan model pembelajaran TGfU. Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada variabel model pembelajaran yang digunakan. Namun, perbedaannya terletak pada Lokasi penelitian, Subjek penelitian, serta metode penelitian di mana penelitian ini lebih memfokuskan pada teknik *jump shoot* bola basket.

Penelitian kelima yang relevan dilakukan oleh (Yulianti & Henjilito, 2020) dengan judul “Penerapan media audio visual dalam meningkatkan hasil belajar *dribble* bola basket”. Fokus utama penelitian tersebut adalah ntuk meningkatkan hasil belajar teknik menggiring bolabasket melalui metode media audio visual pada permainan bolabasket. Persamaan dengan penelitian penulis terletak pada variabel pembelajaran yang yakni bola basket. Namun, perbedaannya terletak pada Lokasi penelitian, Subjek penelitian, serta metode penelitian di mana penelitian ini lebih memfokuskan pada teknik *jump shoot* bola basket.

Berdasarkan tinjauan terhadap lima penelitian relevan yang telah dipaparkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan model pembelajaran inovatif, khususnya *Problem Based Learning* (PBL), memberikan dampak positif yang konsisten terhadap peningkatan aktivitas dan hasil belajar dalam cabang olahraga bola basket. Penelitian dari Riskayani (2022) dan Sabhara et al. (2022) memperkuat asumsi bahwa PBL efektif dalam meningkatkan keterampilan teknis dan keterlibatan siswa di lapangan melalui pendekatan pemecahan masalah.

Namun, terdapat celah penelitian (*research gap*) yang menjadi dasar urgensi penelitian ini. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih memfokuskan pada teknik dasar yang bersifat fundamental seperti *passing* (Riskayani, 2022) atau *dribbling* (Sujatmiko et al., 2024; Yulianti & Henjilito, 2020). Sementara itu, penelitian Sumiadi Putri et al. (2019) memang membahas *shooting*, namun menggunakan model kooperatif tipe TGT yang secara prosedural berbeda dengan PBL.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada integrasi model *problem based learning* yang difokuskan secara spesifik pada materi *jumpshoot*. Teknik *jumpshoot* memiliki karakteristik mekanik gerak yang lebih kompleks dibandingkan teknik dasar lainnya, karena menuntut koordinasi antara *timing*

lompatan, keseimbangan di udara, dan akurasi tembakan. Selain itu, perbedaan lokus penelitian di SMPN 5 Tasikmalaya dengan subjek siswa kelas IX J memberikan konteks unik, mengingat tingkat kematangan motorik siswa kelas IX lebih siap untuk menerima materi *jumpshoot*. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan literatur mengenai optimalisasi teknik *jumpshoot* melalui model PBL dalam konteks Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

2.3 Kerangka Konseptual

Penelitian tindakan kelas ini diawali dengan kondisi awal, guru memberikan proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran yang masih bersifat satu arah dan kurang menghadapkan peserta didik kepada kasus-kasus atau permasalahan, sehingga hasil belajar siswa pada materi *jump shoot* bola basket masih rendah, siswa kurang memahami konsep dan teknik *jump shoot*, serta aktivitas belajar cenderung pasif, dan dominasi tinggi oleh guru. Untuk itu dipilih penggunaan model *problem based learning* (PBL) dalam upaya meningkatkan hasil belajar *jump shoot* bola basket, karena memiliki kelebihan yang langsung menasar pada akar personal (1) Berawal dari masalah yang nyata, (2) menuntut diskusi dan kolaborasi, (3) mendorong berfikir kritis dan refleksi, (4) mengharuskan uji coba solusi. Dengan guru sebagai fasilitator membuat proses belajar lebih bermakna dan langsung terhubung dengan perbaikan eksekusi gerak.

Pembelajaran menggunakan model *problem based learning* (PBL) diharapkan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan hasil belajar *jump shoot* bola basket. Apabila ditindakkan siklus kedua sudah mencapai indikator keberhasilan hasil belajar *jump shoot*, maka tidak harus melanjutkan siklus ketiga karena sudah mencapai indikator keberhasilan meningkatkan hasil *jump shoot* bola basket.

2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis tindakan adalah jawaban sementara yang didasarkan atas rumusan masalah penelitian yang dimana rumusan masalah penelitian telah disajikan dalam bentuk pertanyaan (Landaburu, 2016). Berdasarkan kerangka konseptual yang

sudah dijelaskan diatas. Maka dapat dirumuskan hipotesis: hasil belajar Materi *jump shoot* pembelajaran bola basket dapat ditingkatkan dengan menggunakan model pembelajaran *problem based learning*.