



Meningkatkan Hasil Belajar Akurasi Chest Pass Permainan Bola Basket melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) pada Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Ambon

Jacob Anaktototy¹, Stenly Jacob Wenno²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pattimura Ambon

Abstract

Received: 11 Agustus 2026

Revised: 22 Agustus 2026

Accepted: 30 Agustus 2026

This study aims to improve learning outcomes regarding the accuracy of the "chest pass" in basketball through the implementation of the Problem-Based Learning (PBL) model among 10th-grade students at SMA Negeri 3 Ambon. The study employs the Classroom Action Research (CAR) method, conducted in several stages: planning, action implementation, observation, and reflection. The subjects of the study are 10th-grade students at SMA Negeri 3 Ambon. Data collection techniques include chest pass skill tests, observation of student and teacher activities, and documentation. Data analysis is performed using a quantitative descriptive approach by comparing student learning outcomes across the initial stage, Cycle I, and Cycle II. The PBL model is implemented by presenting problems related to the accuracy of the chest pass; students are then guided to identify these problems, seek solutions, engage in group practice, and evaluate their practice results. The research findings indicate that the implementation of the PBL model can improve students' chest pass accuracy. This improvement is evidenced by students' enhanced ability to execute the chest pass with precision, proper direction, and correct technique, as well as an increase in student engagement and active participation throughout the learning process. Consequently, the Problem-Based Learning model can serve as an alternative pedagogical approach in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) to improve the mastery of chest pass skills in basketball among 10th-grade students at SMA Negeri 3 Ambon.

Kata kunci: Problem-Based Learning, learning outcomes, chest pass, basketball, Physical Education, high school students.

(*) Corresponding Author: anaktototyjopi@gmail.com¹, stenlyjac97@gmail.com²

How to Cite: Anaktototy, J., & Wenno, S. (2026). Meningkatkan Hasil Belajar Akurasi Chest Pass Permainan Bola Basket melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) pada Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Ambon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 12(9.C), 297-312. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/15021>

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia karena melalui pendidikan seseorang dapat mengembangkan potensi, pengetahuan, keterampilan, sikap, dan kepribadiannya. Pendidikan tidak hanya berorientasi pada pengembangan kemampuan intelektual, tetapi juga mencakup perkembangan fisik, sosial, emosional, dan moral peserta didik. Oleh karena itu, proses pendidikan di sekolah perlu dilaksanakan secara menyeluruh melalui berbagai mata pelajaran, termasuk Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK memiliki peranan penting dalam membantu peserta didik mengembangkan kemampuan gerak, kebugaran jasmani, keterampilan olahraga, sikap sportif, kerja sama, disiplin, dan pola hidup sehat.



Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Berdasarkan pengertian tersebut, pembelajaran tidak hanya menempatkan guru sebagai sumber informasi, tetapi juga menuntut peserta didik untuk terlibat secara aktif dalam proses memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam konteks pembelajaran PJOK, keterlibatan aktif siswa sangat diperlukan karena sebagian besar kompetensi yang harus dicapai berkaitan dengan penguasaan keterampilan gerak yang diperoleh melalui pengalaman langsung dan latihan.

Pendidikan jasmani menurut Rosdiani (2015) merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dirancang secara sistematis untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan individu secara menyeluruh. Aktivitas jasmani dalam pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga dapat mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik. Sejalan dengan hal tersebut, pendidikan jasmani dapat dipandang sebagai proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan. Dengan demikian, pembelajaran PJOK hendaknya dirancang sedemikian rupa agar siswa memperoleh pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, bermakna, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka.

Salah satu materi yang terdapat dalam pembelajaran PJOK di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah permainan bola basket. Bola basket merupakan permainan beregu yang membutuhkan penguasaan berbagai keterampilan dasar, seperti menggiring bola (*dribbling*), mengoper bola (*passing*), menangkap bola (*catching*), menembak bola (*shooting*), dan gerakan lainnya. Penguasaan keterampilan dasar tersebut menjadi faktor penting bagi siswa agar dapat mengikuti permainan secara efektif. Di antara berbagai keterampilan dasar tersebut, *passing* memiliki fungsi yang sangat penting karena permainan bola basket pada dasarnya melibatkan kerja sama antarpemain dalam mempertahankan penguasaan bola dan menciptakan peluang untuk mencetak angka.

Menurut Ahmadi (2007), permainan bola basket merupakan permainan yang dilakukan oleh dua regu dengan masing-masing regu berusaha memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke dalam keranjang sendiri. Dalam permainan tersebut, kemampuan mengoper bola menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kerja sama tim. Operan yang baik harus dilakukan dengan tepat, cepat, dan terarah sehingga bola dapat diterima oleh teman satu tim dengan baik.

Salah satu bentuk *passing* yang penting untuk dikuasai siswa adalah *chest pass*. *Chest pass* merupakan teknik mengoper bola dari depan dada dengan menggunakan kedua tangan dan diarahkan kepada teman satu tim. Teknik ini banyak digunakan ketika pemain berada pada jarak yang relatif dekat hingga sedang dengan penerima bola. Keberhasilan melakukan *chest pass* tidak hanya ditentukan oleh kekuatan tangan, tetapi juga oleh sikap awal, posisi kedua tangan, gerakan lengan, dorongan dari jari-jari tangan, koordinasi mata dan tangan, serta ketepatan arah dan sasaran operan.

Menurut Wissel (2000), *passing* merupakan salah satu keterampilan fundamental dalam permainan bola basket yang harus dikuasai pemain karena melalui operan yang baik suatu tim dapat mempertahankan penguasaan bola dan membangun serangan. *Chest pass* dilakukan dengan mendorong bola dari depan dada menuju sasaran menggunakan kedua tangan. Ketepatan operan sangat penting karena kesalahan dalam mengoper dapat menyebabkan bola mudah direbut lawan dan menghambat pola permainan tim.

Faktor akurasi atau ketepatan dalam melakukan *chest pass* merupakan salah satu indikator penting dalam menilai keberhasilan keterampilan tersebut. Akurasi menunjukkan kemampuan siswa dalam mengarahkan bola tepat menuju sasaran yang telah ditentukan. Siswa yang memiliki kemampuan *chest pass* yang baik bukan hanya mampu melakukan

gerakan sesuai prosedur teknik, tetapi juga mampu mengontrol arah, kekuatan, dan kecepatan bola sehingga bola dapat diterima oleh sasaran dengan baik. Oleh sebab itu, pembelajaran *chest pass* perlu memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan secara berulang dengan situasi yang menyerupai kondisi permainan sebenarnya.

Namun, keberhasilan pembelajaran keterampilan *chest pass* tidak hanya bergantung pada materi yang diberikan, tetapi juga pada model pembelajaran yang digunakan oleh guru. Model pembelajaran yang terlalu berpusat pada guru dan hanya menekankan demonstrasi serta pengulangan gerakan dapat menyebabkan sebagian siswa kurang aktif dalam menemukan kesalahan dan memperbaiki keterampilannya. Dalam pembelajaran keterampilan olahraga, siswa membutuhkan pengalaman langsung, kesempatan memecahkan masalah gerak, kerja sama, umpan balik, dan evaluasi terhadap hasil latihan.

Salah satu model pembelajaran yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah *Problem Based Learning* (PBL). Model PBL merupakan model pembelajaran yang menjadikan masalah sebagai titik awal dalam proses pembelajaran. Menurut Barrows (1986), *Problem Based Learning* merupakan pendekatan pembelajaran yang menggunakan permasalahan sebagai stimulus bagi peserta didik untuk belajar melalui proses penyelidikan dan pemecahan masalah. Melalui model ini, siswa tidak hanya menerima informasi dari guru, tetapi didorong untuk berpikir, mencari informasi, berdiskusi, mencoba berbagai alternatif penyelesaian, dan mengevaluasi hasil yang diperoleh.

Menurut Arends (2012), *Problem Based Learning* merupakan model pembelajaran yang menggunakan masalah autentik sebagai fokus pembelajaran sehingga peserta didik dapat mengembangkan kemampuan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah serta memperoleh pengetahuan dan konsep yang penting dari materi pembelajaran. Model PBL memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara aktif melalui permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan atau pengalaman nyata. Dalam pembelajaran PJOK, pendekatan tersebut dapat diterapkan dengan memberikan permasalahan gerak kepada siswa, misalnya mengapa operan *chest pass* tidak tepat sasaran, mengapa bola terlalu tinggi atau terlalu rendah, bagaimana mengatur kekuatan dorongan bola, dan bagaimana melakukan operan yang efektif dalam situasi permainan.

Menurut Rusman (2017), pembelajaran berbasis masalah merupakan pembelajaran yang menggunakan masalah nyata sebagai konteks bagi siswa untuk belajar berpikir kritis dan keterampilan memecahkan masalah serta memperoleh pengetahuan dan konsep yang esensial dari materi pelajaran. Pendekatan tersebut memungkinkan siswa untuk terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran. Dalam pembelajaran *chest pass*, guru dapat memberikan suatu situasi permasalahan, kemudian siswa bekerja secara berkelompok untuk mengidentifikasi penyebab kesalahan, mencoba teknik yang tepat, memberikan umpan balik kepada teman, dan menarik kesimpulan berdasarkan pengalaman latihan.

Penerapan PBL dalam pembelajaran bola basket juga sejalan dengan prinsip pembelajaran yang menempatkan siswa sebagai subjek pembelajaran. Siswa tidak hanya dituntut untuk mengetahui bagaimana teknik *chest pass* dilakukan, tetapi juga memahami mengapa teknik tersebut harus dilakukan dengan cara tertentu. Misalnya, ketika bola sering tidak mencapai sasaran, siswa dapat diarahkan untuk mengidentifikasi apakah kesalahan disebabkan oleh posisi tubuh, posisi siku, arah telapak tangan, kekuatan dorongan, atau kurangnya koordinasi antara mata dan tangan. Dengan demikian, proses pembelajaran menjadi lebih bermakna karena siswa terlibat dalam menemukan dan memperbaiki kesalahan geraknya sendiri.

Selain itu, model PBL dapat mendorong terbentuknya kerja sama antarsiswa. Dalam kegiatan pembelajaran bola basket, siswa dapat bekerja dalam kelompok kecil untuk mengamati gerakan teman, memberikan masukan, melakukan latihan, dan mengevaluasi hasil. Aktivitas tersebut tidak hanya membantu meningkatkan keterampilan psikomotor,

tetapi juga mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, bertanggung jawab, dan menghargai pendapat orang lain. Hal tersebut sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani yang tidak hanya berorientasi pada keterampilan fisik, tetapi juga pada perkembangan siswa secara menyeluruh.

Berdasarkan pengamatan awal dalam proses pembelajaran PJOK pada materi bola basket di kelas X SMA Negeri 3 Ambon, masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan *chest pass*, khususnya dalam hal akurasi atau ketepatan arah operan. Beberapa siswa belum mampu mengoordinasikan gerakan tangan dan tubuh dengan baik, sehingga bola sering tidak tepat menuju sasaran. Selain itu, terdapat siswa yang kurang memahami posisi tangan dan tubuh ketika melakukan *chest pass*. Kondisi tersebut dapat menyebabkan bola terlalu tinggi, terlalu rendah, menyimpang ke samping, atau tidak sampai pada teman yang menjadi sasaran.

Permasalahan lainnya berkaitan dengan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Sebagian siswa masih cenderung menunggu instruksi guru dan belum secara aktif menganalisis kesalahan gerak yang dilakukan. Ketika terjadi kesalahan dalam melakukan *chest pass*, siswa belum sepenuhnya mampu mengetahui penyebab kesalahan dan cara memperbaikinya. Situasi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran perlu memberikan pengalaman yang lebih aktif kepada siswa sehingga mereka dapat menemukan permasalahan gerak dan mencari solusi melalui proses latihan.

Apabila kondisi tersebut tidak ditangani, kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass* dikhawatirkan tidak berkembang secara optimal. Ketidaktepatan dalam melakukan operan dapat memengaruhi kemampuan siswa dalam mengikuti permainan bola basket secara keseluruhan. Oleh karena itu, diperlukan suatu inovasi dalam proses pembelajaran yang dapat meningkatkan aktivitas siswa sekaligus membantu mereka memperbaiki keterampilan *chest pass*. Salah satu alternatif yang dapat diterapkan adalah model pembelajaran *Problem Based Learning*.

Melalui penerapan model PBL, pembelajaran *chest pass* dapat dikembangkan melalui tahapan orientasi siswa terhadap masalah, pengorganisasian siswa untuk belajar, penyelidikan atau latihan secara individu dan kelompok, pengembangan dan penyajian hasil, serta analisis dan evaluasi proses pemecahan masalah. Pada tahap orientasi, guru memberikan permasalahan yang berkaitan dengan ketepatan *chest pass*. Selanjutnya, siswa diarahkan untuk mengidentifikasi faktor penyebab kesalahan. Pada tahap penyelidikan, siswa melakukan latihan secara berkelompok dan saling memberikan umpan balik. Hasil latihan kemudian diamati dan dievaluasi untuk menentukan perbaikan teknik yang diperlukan.

Penggunaan PBL diharapkan dapat menciptakan suasana pembelajaran yang lebih aktif dan berpusat pada siswa. Siswa memperoleh kesempatan untuk mengalami sendiri proses belajar melalui praktik, pemecahan masalah, diskusi, dan evaluasi. Dengan proses tersebut, siswa tidak hanya menghafal tahapan melakukan *chest pass*, tetapi juga memahami hubungan antara teknik yang digunakan dengan hasil operan yang diperoleh. Pada akhirnya, pengalaman belajar yang berulang dan bermakna diharapkan dapat meningkatkan akurasi *chest pass* siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa keterampilan *chest pass* merupakan salah satu keterampilan dasar yang penting dalam permainan bola basket dan membutuhkan latihan yang terarah serta berulang. Di sisi lain, model pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif memecahkan permasalahan gerak dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan keterampilan tersebut. Model *Problem Based Learning* memiliki karakteristik yang memungkinkan siswa terlibat aktif dalam mengidentifikasi masalah, mencari solusi, melakukan latihan, bekerja sama, dan mengevaluasi hasil pembelajaran.

Dengan demikian, penelitian mengenai penerapan model *Problem Based Learning* dalam meningkatkan hasil belajar akurasi *chest pass* menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai penerapan PBL dalam pembelajaran bola basket sekaligus memberikan alternatif bagi guru PJOK dalam meningkatkan keterampilan siswa. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan judul “Meningkatkan Hasil Belajar Akurasi *Chest Pass* Permainan Bola Basket melalui Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) pada Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Ambon.”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar akurasi *chest pass* permainan bola basket melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan mengenai penerapan model *Problem Based Learning* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, khususnya pada materi keterampilan dasar permainan bola basket.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi beberapa pihak. Bagi siswa, penerapan PBL diharapkan dapat meningkatkan keterampilan *chest pass*, keaktifan, kerja sama, kemampuan memecahkan masalah, dan kepercayaan diri dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Bagi guru, hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu alternatif model pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran keterampilan bola basket. Bagi sekolah, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam upaya meningkatkan kualitas proses dan hasil pembelajaran PJOK. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi bahan referensi untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan model PBL dan keterampilan dasar permainan bola basket.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar akurasi *chest pass* dalam permainan bola basket melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL). Penelitian tindakan kelas dipilih karena penelitian ini berorientasi pada upaya memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran secara langsung di dalam kelas. Pelaksanaan penelitian dilakukan secara bersiklus, dengan setiap siklus terdiri atas empat tahapan utama, yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*action*), observasi (*observation*), dan refleksi (*reflection*). Hasil refleksi pada setiap siklus digunakan sebagai dasar untuk melakukan perbaikan pada siklus berikutnya sampai indikator keberhasilan penelitian tercapai.

Penelitian dilaksanakan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), khususnya materi keterampilan dasar permainan bola basket pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 30 siswa, yang terdiri atas 15 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Seluruh siswa dalam kelas tersebut dijadikan subjek penelitian karena penelitian tindakan kelas dilaksanakan untuk memperbaiki proses dan hasil pembelajaran pada kelas yang menjadi tempat penelitian. Objek penelitian adalah peningkatan hasil belajar akurasi *chest pass* melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning*.

Penelitian dilaksanakan melalui dua siklus. Sebelum tindakan diberikan, peneliti melakukan kegiatan awal berupa observasi dan tes awal untuk mengetahui kondisi kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass*. Hasil tes awal digunakan sebagai dasar untuk mengetahui tingkat kemampuan awal siswa sekaligus mengidentifikasi permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran. Setelah itu, peneliti menyusun perencanaan tindakan berupa perangkat pembelajaran, materi *chest pass*, lembar observasi,

instrumen penilaian keterampilan, serta skenario pembelajaran yang mengacu pada sintaks model *Problem Based Learning*.

Pada siklus I, tahap perencanaan dilakukan dengan menyusun modul atau rencana pembelajaran, menentukan materi dan tujuan pembelajaran, menyiapkan sarana dan prasarana bola basket, menyiapkan instrumen tes akurasi *chest pass*, serta menyusun lembar observasi aktivitas siswa dan guru. Pada tahap pelaksanaan tindakan, pembelajaran dilakukan dengan menerapkan model PBL. Guru memberikan suatu permasalahan yang berkaitan dengan keterampilan *chest pass*, kemudian mengarahkan siswa untuk memahami permasalahan tersebut. Siswa selanjutnya dibagi ke dalam kelompok untuk mengidentifikasi penyebab kesalahan dalam melakukan *chest pass*, melakukan latihan, berdiskusi, mengamati gerakan teman, dan mencari solusi terhadap permasalahan yang ditemukan. Guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan arahan dan umpan balik selama proses pembelajaran.

Pada tahap observasi, peneliti bersama kolaborator mengamati pelaksanaan pembelajaran, aktivitas siswa, keterlibatan siswa dalam kelompok, kemampuan siswa dalam mengikuti tahapan PBL, serta keterampilan siswa ketika melakukan *chest pass*. Selain itu, dilakukan penilaian terhadap akurasi *chest pass* berdasarkan indikator yang telah ditentukan. Data hasil observasi dan tes kemudian dianalisis untuk mengetahui perkembangan proses dan hasil belajar siswa. Selanjutnya, pada tahap refleksi, peneliti menganalisis berbagai kekurangan dan hambatan yang ditemukan selama siklus I. Hasil refleksi tersebut digunakan sebagai bahan perbaikan untuk pelaksanaan tindakan pada siklus II.

Pada siklus II, tindakan dilaksanakan berdasarkan hasil refleksi pada siklus I. Perencanaan dilakukan dengan memperbaiki kelemahan yang ditemukan pada siklus sebelumnya, terutama berkaitan dengan teknik melakukan *chest pass*, ketepatan arah operan, koordinasi gerak, keterlibatan siswa, serta pengelolaan kegiatan kelompok. Pelaksanaan pembelajaran tetap menggunakan model PBL dengan memberikan permasalahan yang lebih terarah dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan secara lebih intensif. Siswa diarahkan untuk mengidentifikasi kesalahan, mencoba berbagai solusi, memberikan umpan balik kepada teman, dan melakukan evaluasi terhadap hasil latihan. Guru memberikan penguatan terhadap teknik yang benar dan membantu siswa memperbaiki kesalahan yang masih ditemukan.

Observasi pada siklus II dilakukan untuk mengetahui perubahan aktivitas dan keterampilan siswa setelah dilakukan perbaikan pembelajaran. Penilaian dilakukan terhadap kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass*, terutama pada aspek sikap awal, pelaksanaan gerakan, ketepatan arah operan, koordinasi gerakan, dan hasil operan menuju sasaran. Setelah tindakan selesai, dilakukan refleksi untuk mengetahui tingkat keberhasilan penerapan model PBL. Penelitian dihentikan apabila indikator keberhasilan yang telah ditetapkan tercapai dan terdapat peningkatan hasil belajar siswa dibandingkan dengan kondisi awal.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan deskriptif kualitatif. Analisis data dilakukan terhadap hasil tes keterampilan akurasi *chest pass*, hasil observasi aktivitas siswa dan guru, serta dokumentasi selama proses pembelajaran. Data yang diperoleh pada tahap awal, siklus I, dan siklus II dianalisis untuk mengetahui perubahan proses dan peningkatan hasil belajar siswa setelah diterapkan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL).

Data hasil tes keterampilan akurasi *chest pass* dianalisis dengan menghitung nilai yang diperoleh masing-masing siswa berdasarkan skor yang dicapai pada setiap indikator penilaian. Nilai akhir siswa dihitung dengan menggunakan rumus:

$$\text{Nilai} = (\text{Skor yang diperoleh} / \text{Skor maksimal}) \times 100$$

Selanjutnya, untuk mengetahui kemampuan rata-rata seluruh siswa, digunakan rumus:

$$\bar{X} = \Sigma X / N$$

Keterangan:

$\bar{X}$ = nilai rata-rata kelas,

ΣX = jumlah seluruh nilai siswa, dan

N = jumlah seluruh siswa.

Jumlah subjek penelitian adalah 30 siswa yang terdiri atas 15 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Nilai rata-rata digunakan untuk mengetahui perkembangan kemampuan kelas secara keseluruhan pada setiap tahapan penelitian, yaitu kondisi awal, siklus I, dan siklus II.

Selain nilai rata-rata, analisis dilakukan terhadap ketuntasan belajar siswa. Ketuntasan belajar digunakan untuk mengetahui jumlah siswa yang telah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) atau kriteria ketuntasan yang ditetapkan oleh sekolah. Persentase ketuntasan belajar dihitung dengan rumus:

$$P = (F / N) \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentase ketuntasan belajar,

F = jumlah siswa yang mencapai ketuntasan, dan

N = jumlah seluruh siswa.

Dengan jumlah subjek sebanyak 30 siswa, persentase ketuntasan dapat diketahui berdasarkan jumlah siswa yang mencapai nilai ketuntasan. Misalnya, apabila 24 siswa telah mencapai kriteria ketuntasan, maka persentase ketuntasan adalah 80%. Hasil tersebut kemudian dibandingkan antara kondisi awal, siklus I, dan siklus II untuk mengetahui peningkatan hasil belajar setelah penerapan model PBL.

Untuk mengetahui peningkatan hasil belajar secara klasikal, analisis dilakukan dengan membandingkan persentase ketuntasan pada setiap tahap penelitian. Peningkatan dari kondisi awal ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II dapat dihitung dengan rumus:

$$\text{Peningkatan} = \text{Persentase tahap akhir} - \text{Persentase tahap awal}$$

Selain itu, peningkatan rata-rata hasil belajar siswa dapat diketahui dengan membandingkan nilai rata-rata pada setiap siklus. Dengan cara tersebut, dapat diketahui apakah penerapan model PBL memberikan perubahan terhadap kemampuan siswa dalam melakukan akurasi *chest pass*.

Analisis juga dilakukan terhadap aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Data aktivitas siswa diperoleh melalui lembar observasi yang mencakup beberapa indikator, antara lain perhatian siswa terhadap penjelasan guru, keaktifan mengikuti kegiatan pembelajaran, keterlibatan dalam mengidentifikasi masalah, kerja sama dalam kelompok, keaktifan melakukan latihan *chest pass*, kemampuan memberikan dan menerima umpan balik, serta keterlibatan dalam mengevaluasi hasil pembelajaran. Setiap indikator diberi skor sesuai dengan pedoman observasi yang telah disusun. Persentase aktivitas siswa dihitung menggunakan rumus:

$$\text{Persentase Aktivitas} = (\text{Skor yang diperoleh} / \text{Skor maksimal}) \times 100\%$$

Hasil persentase aktivitas tersebut kemudian dikategorikan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan untuk menggambarkan tingkat keaktifan siswa selama proses pembelajaran. Analisis aktivitas dilakukan pada setiap siklus sehingga perubahan keterlibatan siswa setelah penerapan model PBL dapat diketahui.

Data aktivitas guru juga dianalisis melalui lembar observasi. Observasi aktivitas guru meliputi kemampuan guru dalam menyampaikan tujuan pembelajaran, mengorganisasikan siswa, memberikan permasalahan, membimbing proses penyelidikan kelompok, memberikan umpan balik, mengelola kelas, serta melakukan evaluasi terhadap

proses dan hasil pembelajaran. Skor yang diperoleh kemudian dihitung dalam bentuk persentase dengan rumus yang sama, yaitu:

$$\text{Persentase Aktivitas Guru} = (\text{Skor yang diperoleh} / \text{Skor maksimal}) \times 100\%$$

Data hasil observasi aktivitas siswa dan guru selanjutnya dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran mengenai perubahan kualitas proses pembelajaran dari siklus I ke siklus II.

Analisis deskriptif kualitatif digunakan untuk menginterpretasikan hasil observasi dan catatan lapangan selama penelitian. Data kualitatif berupa perilaku siswa, respons siswa terhadap pembelajaran, kerja sama kelompok, kesulitan yang dialami siswa, serta tindakan perbaikan yang dilakukan guru pada setiap siklus dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil analisis tersebut digunakan sebagai bahan refleksi untuk menentukan perbaikan tindakan pada siklus berikutnya.

Selanjutnya, untuk mengetahui besarnya peningkatan hasil belajar dari kondisi awal sampai akhir penelitian, data nilai rata-rata dan persentase ketuntasan dibandingkan secara sistematis. Perbandingan tersebut disajikan dalam bentuk tabel yang memuat nilai rata-rata, jumlah siswa yang tuntas, jumlah siswa yang belum tuntas, dan persentase ketuntasan pada masing-masing tahap penelitian. Hasil perbandingan digunakan untuk menentukan apakah tindakan yang diberikan melalui model *Problem Based Learning* mampu meningkatkan hasil belajar akurasi *chest pass* siswa.

Keberhasilan penelitian ditentukan berdasarkan indikator keberhasilan tindakan, yaitu adanya peningkatan nilai rata-rata keterampilan akurasi *chest pass*, peningkatan persentase ketuntasan belajar, serta peningkatan aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Penelitian dinyatakan mencapai keberhasilan apabila hasil belajar pada siklus II menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan kondisi awal dan siklus I serta telah mencapai kriteria ketuntasan yang ditetapkan dalam penelitian. Dengan demikian, analisis data tidak hanya berfokus pada pencapaian nilai akhir siswa, tetapi juga mempertimbangkan perubahan proses pembelajaran dan keterlibatan siswa selama penerapan model *Problem Based Learning*.

HASIL PENELITIAN

Kondisi Awal (Prasiklus)

Sebelum tindakan dilakukan, peneliti melaksanakan observasi awal dan tes keterampilan akurasi *chest pass* pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon yang berjumlah 30 siswa, terdiri atas 15 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan *chest pass* dengan teknik yang benar. Kesalahan yang sering ditemukan meliputi posisi tangan yang kurang tepat, koordinasi gerakan tubuh yang belum baik, serta arah operan yang belum akurat. Selain itu, aktivitas siswa dalam pembelajaran masih rendah karena pembelajaran cenderung berpusat pada guru sehingga siswa kurang terlibat dalam proses menemukan dan memperbaiki kesalahan gerak.

Hasil tes awal menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan akurasi *chest pass* masih tergolong rendah. Dari 30 siswa, hanya 12 siswa (40%) yang mencapai nilai ketuntasan, sedangkan 18 siswa (60%) belum mencapai ketuntasan. Nilai rata-rata kelas pada tahap prasiklus adalah 68,33.

Tabel 1. Hasil Belajar Akurasi Chest Pass pada Prasiklus

Uraian	Hasil
Jumlah siswa	30
Siswa tuntas	12
Siswa belum tuntas	18

Persentase ketuntasan	40,00%
Persentase belum tuntas	60,00%
Nilai rata-rata	68,33

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan akurasi *chest pass* siswa masih perlu ditingkatkan melalui penerapan model pembelajaran yang lebih aktif dan berpusat pada siswa, yaitu model *Problem Based Learning* (PBL).

Hasil Siklus I

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilakukan dengan menerapkan model pembelajaran *Problem Based Learning*. Guru memberikan permasalahan yang berkaitan dengan teknik dan ketepatan *chest pass*, kemudian siswa bekerja dalam kelompok untuk mengidentifikasi kesalahan, melakukan latihan, dan mencari solusi terhadap masalah yang ditemukan. Selama pembelajaran, siswa mulai menunjukkan keterlibatan yang lebih baik dalam kegiatan diskusi dan latihan.

Berdasarkan hasil observasi, aktivitas siswa mengalami peningkatan dibandingkan kondisi awal. Siswa mulai aktif berdiskusi, mengamati gerakan teman, serta memberikan masukan terhadap teknik yang dilakukan. Meskipun demikian, masih terdapat beberapa siswa yang belum mampu melakukan *chest pass* secara tepat dan konsisten.

Hasil tes pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa. Dari 30 siswa, sebanyak 21 siswa (70%) telah mencapai ketuntasan, sedangkan 9 siswa (30%) belum mencapai ketuntasan. Nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 76,50.

Tabel 2. Hasil Belajar Akurasi Chest Pass pada Siklus I

Uraian	Hasil
Jumlah siswa	30
Siswa tuntas	21
Siswa belum tuntas	9
Persentase ketuntasan	70,00%
Persentase belum tuntas	30,00%
Nilai rata-rata	76,50

Peningkatan hasil belajar pada siklus I menunjukkan bahwa penerapan model PBL mulai memberikan dampak positif terhadap kemampuan akurasi *chest pass* siswa. Namun demikian, hasil yang diperoleh belum mencapai indikator keberhasilan penelitian sehingga tindakan dilanjutkan pada siklus II.

Hasil Siklus II

Pelaksanaan tindakan pada siklus II dilakukan dengan memperbaiki kelemahan yang ditemukan pada siklus I. Guru memberikan bimbingan yang lebih intensif, memperjelas teknik *chest pass*, serta meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan pemecahan masalah dan latihan kelompok.

Hasil observasi menunjukkan bahwa aktivitas siswa semakin meningkat. Siswa terlihat lebih percaya diri, aktif berdiskusi, saling memberikan umpan balik, dan mampu memperbaiki kesalahan gerakan secara mandiri. Kerja sama dalam kelompok juga berjalan lebih baik dibandingkan dengan siklus sebelumnya.

Hasil tes pada siklus II menunjukkan peningkatan yang signifikan. Dari 30 siswa, sebanyak 27 siswa (90%) telah mencapai ketuntasan, sedangkan hanya 3 siswa (10%) yang belum mencapai ketuntasan. Nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 84,67.

Tabel 3. Hasil Belajar Akurasi Chest Pass pada Siklus II

Uraian	Hasil
---------------	--------------

Jumlah siswa	30
Siswa tuntas	27
Siswa belum tuntas	3
Persentase ketuntasan	90,00%
Persentase belum tuntas	10,00%
Nilai rata-rata	84,67

Hasil pada siklus II menunjukkan bahwa indikator keberhasilan penelitian telah tercapai. Sebagian besar siswa telah mampu melakukan *chest pass* dengan teknik yang benar dan tingkat akurasi yang lebih baik.

Perbandingan Hasil Prasiklus, Siklus I, dan Siklus II

Perbandingan hasil belajar siswa pada setiap tahapan penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang konsisten setelah penerapan model *Problem Based Learning*.

Tabel 4. Perbandingan Hasil Belajar Akurasi Chest Pass

Tahap	Nilai Rata-rata	Siswa Tuntas	Persentase Ketuntasan
Prasiklus	68,33	12	40,00%
Siklus I	76,50	21	70,00%
Siklus II	84,67	27	90,00%

Berdasarkan tabel tersebut, nilai rata-rata siswa meningkat dari 68,33 pada prasiklus menjadi 76,50 pada siklus I dan meningkat lagi menjadi 84,67 pada siklus II. Persentase ketuntasan belajar juga mengalami peningkatan dari 40,00% pada prasiklus menjadi 70,00% pada siklus I, kemudian meningkat menjadi 90,00% pada siklus II.

Peningkatan hasil belajar tersebut menunjukkan bahwa penerapan model *Problem Based Learning* mampu meningkatkan kemampuan akurasi *chest pass* siswa. Melalui kegiatan pemecahan masalah, diskusi kelompok, latihan, dan pemberian umpan balik, siswa menjadi lebih aktif dalam proses pembelajaran serta mampu memahami dan memperbaiki teknik *chest pass* secara lebih efektif. Dengan demikian, model PBL terbukti dapat meningkatkan hasil belajar akurasi *chest pass* permainan bola basket pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar akurasi *chest pass* dalam permainan bola basket pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon. Peningkatan tersebut terlihat dari perubahan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan belajar siswa pada setiap tahap penelitian. Pada kondisi awal atau prasiklus, nilai rata-rata siswa sebesar 68,33 dengan persentase ketuntasan sebesar 40% atau 12 dari 30 siswa. Setelah diterapkan model PBL pada siklus I, nilai rata-rata meningkat menjadi 76,50 dengan persentase ketuntasan 70% atau 21 siswa. Selanjutnya, setelah dilakukan perbaikan pembelajaran pada siklus II, nilai rata-rata meningkat menjadi 84,67 dengan persentase ketuntasan 90% atau 27 siswa. Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan secara bertahap setelah pembelajaran menggunakan model PBL.

Pada kondisi prasiklus, rendahnya hasil belajar menunjukkan bahwa sebagian siswa belum menguasai teknik *chest pass* secara optimal. Kesulitan terlihat pada ketepatan arah operan, koordinasi gerak, posisi tangan, dan pengaturan kekuatan ketika mendorong bola. Kondisi tersebut juga berkaitan dengan rendahnya keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa cenderung mengikuti instruksi guru tanpa banyak kesempatan untuk

menganalisis kesalahan gerak dan mencari solusi secara mandiri. Dalam pembelajaran keterampilan olahraga, kondisi seperti ini dapat menghambat perkembangan kemampuan karena penguasaan keterampilan gerak memerlukan pengalaman praktik, pengulangan, umpan balik, dan kesempatan untuk memperbaiki kesalahan.

Penerapan PBL pada siklus I memberikan perubahan terhadap proses pembelajaran. Siswa mulai dilibatkan dalam permasalahan yang berkaitan langsung dengan keterampilan *chest pass*. Guru tidak hanya memberikan contoh gerakan, tetapi mengarahkan siswa untuk mengidentifikasi masalah, mendiskusikan penyebab kesalahan, melakukan latihan, dan mencoba memperbaiki gerakan. Perubahan proses tersebut diikuti dengan peningkatan hasil belajar. Dari 30 siswa, jumlah siswa yang mencapai ketuntasan meningkat dari 12 siswa pada prasiklus menjadi 21 siswa pada siklus I. Nilai rata-rata juga meningkat dari 68,33 menjadi 76,50.

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan Arends mengenai PBL yang menempatkan masalah autentik sebagai fokus pembelajaran dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan kemampuan berpikir serta keterampilan memecahkan masalah. Dalam konteks penelitian ini, permasalahan yang diberikan bukan hanya masalah teoritis, tetapi berupa masalah nyata dalam keterampilan gerak, seperti bola tidak tepat sasaran, arah operan menyimpang, atau kekuatan dorongan bola belum sesuai. Dengan menghadapkan siswa pada permasalahan tersebut, siswa memperoleh kesempatan untuk menghubungkan pengetahuan teknik dengan pengalaman praktik. Konsep PBL yang menggunakan masalah sebagai fokus pembelajaran juga konsisten dengan literatur PBL yang menekankan variasi desain pembelajaran dan pentingnya kesesuaian metode dengan tujuan serta karakteristik peserta didik.

Hasil penelitian juga dapat dijelaskan berdasarkan pemikiran Barrows (1986). Barrows menjelaskan bahwa PBL bukanlah satu metode pembelajaran yang memiliki bentuk tunggal, melainkan mencakup berbagai desain pembelajaran berbasis masalah. Perbedaan desain dan keterampilan guru dalam mengelola pembelajaran dapat menghasilkan pengalaman belajar yang berbeda. Dalam penelitian ini, PBL diterapkan melalui pemberian masalah mengenai akurasi *chest pass*, pembentukan kelompok, proses penyelidikan dan latihan, pemberian umpan balik, serta evaluasi hasil latihan. Dengan demikian, siswa tidak hanya menerima teknik *chest pass* dari guru, tetapi terlibat dalam proses menemukan penyebab kesalahan dan menentukan cara memperbaikinya.

Peningkatan hasil pada siklus I belum sepenuhnya mencapai target yang ditetapkan karena masih terdapat 9 siswa yang belum mencapai ketuntasan. Hasil refleksi menunjukkan bahwa beberapa siswa masih mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik secara konsisten. Selain itu, beberapa siswa masih pasif dalam diskusi kelompok dan belum optimal dalam memberikan umpan balik kepada teman. Oleh karena itu, tindakan pada siklus II dilakukan dengan memberikan bimbingan yang lebih intensif, memperjelas demonstrasi teknik, meningkatkan kesempatan praktik, dan mengarahkan siswa agar lebih aktif dalam mengamati serta mengevaluasi gerakan.

Perbaikan tindakan pada siklus II menghasilkan peningkatan yang lebih besar. Nilai rata-rata meningkat dari 76,50 pada siklus I menjadi 84,67 pada siklus II. Jumlah siswa yang mencapai ketuntasan meningkat dari 21 menjadi 27 siswa, sedangkan persentase ketuntasan meningkat dari 70% menjadi 90%. Dengan demikian, terdapat peningkatan ketuntasan sebesar 20 poin persentase dari siklus I ke siklus II. Jika dibandingkan dengan kondisi prasiklus, persentase ketuntasan meningkat sebesar 50 poin persentase, yaitu dari 40% menjadi 90%.

Peningkatan tersebut juga relevan dengan pandangan Rusman tentang pembelajaran berbasis masalah yang menggunakan masalah sebagai konteks bagi peserta didik untuk mengembangkan kemampuan berpikir dan keterampilan pemecahan masalah. Dalam pembelajaran *chest pass*, siswa memperoleh pengalaman untuk mengidentifikasi

permasalahan teknik, melakukan percobaan gerak, mendiskusikan hasil, serta melakukan perbaikan. Proses tersebut membuat siswa lebih aktif sebagai subjek pembelajaran. Dengan demikian, peningkatan hasil belajar tidak hanya dipengaruhi oleh bertambahnya frekuensi latihan, tetapi juga oleh perubahan proses belajar dari menerima informasi menjadi mengidentifikasi masalah dan mencari solusi.

Hasil penelitian ini selanjutnya dapat dibandingkan dengan penelitian terdahulu. Penelitian Benny Aprial M. pada siswa kelas X SMA Negeri 5 Tanjung Balai menunjukkan bahwa penerapan PBL dengan pendekatan saintifik pada materi *chest pass* meningkatkan ketuntasan belajar dari 59,38% pada siklus I menjadi 84,38% pada siklus II, dengan nilai rata-rata meningkat dari 73,34 menjadi 80,09. Temuan tersebut memiliki pola yang sejalan dengan penelitian ini, yaitu terjadi peningkatan hasil belajar setelah tindakan PBL diberikan dalam dua siklus. Meskipun persentase dan nilai rata-rata berbeda karena karakteristik subjek, instrumen, dan kondisi pembelajaran yang berbeda, kedua penelitian sama-sama menunjukkan peningkatan setelah penerapan pembelajaran berbasis masalah.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Adirahma (2023) yang melibatkan 30 siswa dalam pembelajaran permainan bola basket. Penelitian tersebut melaporkan bahwa penerapan PBL meningkatkan ketuntasan aspek pengetahuan dari 66,6% pada siklus I menjadi 100% pada siklus II, sedangkan aspek keterampilan meningkat dari 73,33% menjadi 86,6%. Kesamaan jumlah subjek dengan penelitian ini memberikan konteks perbandingan yang relevan, walaupun materi, instrumen, dan indikator penilaian tidak sepenuhnya sama. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa PBL dapat diterapkan pada pembelajaran bola basket untuk meningkatkan aspek pengetahuan maupun keterampilan.

Penelitian lain yang lebih baru juga menunjukkan pola serupa. Sukiyandari, A'la, dan Rahmawati (2026) melaporkan peningkatan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket setelah penerapan PBL dalam penelitian tindakan kelas dua siklus. Pada penelitian tersebut, persentase keberhasilan hasil belajar meningkat dari 50% pada prasiklus menjadi 60% pada siklus I dan 75% pada siklus II. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa penerapan PBL dalam pembelajaran teknik dasar bola basket dapat diikuti oleh peningkatan aktivitas dan hasil belajar siswa.

Penelitian Adhitya, Satyawan, dan Suwiwa juga menunjukkan peningkatan hasil belajar permainan bola basket setelah penerapan PBL. Pada materi *chest pass*, penelitian tersebut melaporkan ketuntasan sebesar 28,6% pada prasiklus, meningkat menjadi 62% pada siklus I, dan mencapai 95,2% pada siklus II. Hasil tersebut memiliki pola peningkatan yang serupa dengan penelitian ini, yaitu peningkatan ketuntasan secara bertahap dari kondisi awal menuju siklus I dan kemudian meningkat kembali pada siklus II.

Jika dilihat dari proses pembelajaran, peningkatan hasil penelitian ini dapat dipahami karena PBL memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui permasalahan yang dekat dengan aktivitas permainan. Dalam materi *chest pass*, masalah dapat berupa ketidaktepatan arah operan, bola tidak sampai kepada sasaran, posisi tangan yang salah, atau kurangnya koordinasi gerak. Ketika siswa diminta menemukan penyebab dan solusi terhadap masalah tersebut, siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih aktif. Aktivitas mengamati, mencoba, mendiskusikan, memperbaiki, dan mengevaluasi gerakan dapat membantu siswa memahami hubungan antara teknik yang dilakukan dan hasil operan yang diperoleh.

Penerapan PBL juga memberikan ruang bagi siswa untuk bekerja sama. Dalam kelompok, siswa dapat bergantian menjadi pelaku gerakan, pengamat, dan pemberi umpan balik. Kondisi tersebut memungkinkan siswa mendapatkan lebih banyak kesempatan untuk mengamati kesalahan dan memahami teknik yang benar. Guru tetap berperan penting sebagai fasilitator yang mengarahkan proses pembelajaran, memberikan koreksi terhadap kesalahan teknik, dan memastikan kegiatan kelompok berjalan sesuai tujuan pembelajaran.

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara penerapan PBL dan peningkatan hasil belajar akurasi *chest pass* dalam konteks penelitian tindakan kelas ini. Peningkatan tersebut ditunjukkan secara deskriptif melalui kenaikan nilai rata-rata dari 68,33 pada prasiklus menjadi 76,50 pada siklus I dan 84,67 pada siklus II, serta kenaikan ketuntasan dari 40% menjadi 70% dan kemudian 90%. Temuan ini konsisten dengan prinsip PBL yang menekankan penggunaan masalah sebagai pemicu aktivitas belajar dan pemecahan masalah, serta sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu mengenai PBL dalam pembelajaran bola basket.

Namun demikian, hasil penelitian perlu dipahami dalam konteks desain PTK yang dilakukan pada satu kelas dengan 30 siswa. Oleh karena itu, peningkatan yang ditemukan menggambarkan perubahan pada kelas yang diteliti dan tidak secara otomatis dapat digeneralisasikan kepada seluruh siswa SMA. Faktor lain seperti intensitas latihan, pengalaman siswa, kemampuan awal, kualitas bimbingan guru, serta kondisi pembelajaran juga dapat berkontribusi terhadap perubahan hasil belajar.

Secara keseluruhan, pembahasan menunjukkan bahwa penerapan model *Problem Based Learning* dalam pembelajaran akurasi *chest pass* memberikan perubahan positif terhadap proses dan hasil belajar siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon. PBL memberikan kesempatan kepada siswa untuk menghadapi masalah gerak yang nyata, melakukan penyelidikan melalui latihan, bekerja sama, memperoleh umpan balik, dan melakukan refleksi terhadap hasil latihan. Proses tersebut sejalan dengan karakteristik PBL yang dikemukakan oleh Barrows, Arends, dan Rusman serta didukung oleh temuan beberapa penelitian terdahulu pada pembelajaran bola basket. Hasil tersebut menjadi dasar bahwa PBL dapat digunakan sebagai salah satu pendekatan pembelajaran dalam upaya memperbaiki hasil belajar keterampilan *chest pass* pada konteks kelas yang diteliti.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar akurasi *chest pass* permainan bola basket pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon, dapat disimpulkan bahwa penerapan model PBL dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Peningkatan tersebut terlihat dari nilai rata-rata dan persentase ketuntasan belajar yang diperoleh pada setiap tahap penelitian.

Pada kondisi awal atau prasiklus, nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 68,33 dengan persentase ketuntasan sebesar 40%, yaitu 12 dari 30 siswa telah mencapai kriteria ketuntasan. Setelah diterapkan model PBL pada siklus I, nilai rata-rata meningkat menjadi 76,50 dengan persentase ketuntasan sebesar 70%, yaitu 21 siswa telah mencapai ketuntasan. Selanjutnya, setelah dilakukan perbaikan pembelajaran pada siklus II, nilai rata-rata meningkat menjadi 84,67 dengan persentase ketuntasan sebesar 90%, yaitu 27 dari 30 siswa telah mencapai ketuntasan.

Penerapan PBL juga memberikan perubahan terhadap proses pembelajaran. Siswa menjadi lebih aktif dalam mengidentifikasi permasalahan, berdiskusi, melakukan latihan, memberikan umpan balik, bekerja sama dalam kelompok, serta mengevaluasi dan memperbaiki kesalahan dalam melakukan *chest pass*. Dengan demikian, model *Problem Based Learning* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif model pembelajaran PJOK untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan akurasi *chest pass* pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Ambon.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut.

1. Bagi guru PJOK, disarankan untuk menggunakan model pembelajaran *Problem Based Learning* sebagai salah satu alternatif dalam pembelajaran permainan bola basket, khususnya materi *chest pass*. Guru dapat memberikan permasalahan gerak yang sesuai dengan kemampuan siswa sehingga siswa memperoleh kesempatan untuk menganalisis kesalahan, mencari solusi, melakukan latihan, dan memperbaiki keterampilan secara aktif.
2. Bagi siswa, diharapkan dapat lebih aktif dan bertanggung jawab selama mengikuti proses pembelajaran. Siswa hendaknya tidak hanya menunggu instruksi guru, tetapi berusaha mengidentifikasi kesalahan gerak, berdiskusi dengan teman, melakukan latihan secara sungguh-sungguh, dan menerima umpan balik untuk meningkatkan keterampilan *chest pass*.
3. Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mendukung penggunaan model pembelajaran yang inovatif dan berpusat pada siswa. Sekolah diharapkan dapat menyediakan sarana dan prasarana olahraga yang memadai agar proses pembelajaran PJOK, khususnya permainan bola basket, dapat berlangsung secara efektif.
4. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan penerapan PBL dalam pembelajaran PJOK. Penelitian berikutnya dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih besar, materi keterampilan olahraga yang berbeda, instrumen penilaian yang lebih beragam, atau membandingkan PBL dengan model pembelajaran lainnya.
5. Bagi penelitian berikutnya, disarankan agar data hasil belajar diperoleh melalui instrumen yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya serta dilengkapi dengan data observasi proses pembelajaran. Dengan demikian, perubahan hasil belajar dan proses pembelajaran dapat dianalisis secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhitya, I. G. N. B. P., & Suwiwa, I. G. (2026). Penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* untuk meningkatkan hasil belajar permainan bola basket pada siswa kelas IXA SMP Negeri 14 Denpasar tahun pelajaran 2024/2025. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 26(1), 23–32. <https://doi.org/10.36728/jis.v26i1.5326>
- Aditya, R., Helmi, B., & Usman, K. (2020). Implementation of problem based learning models with scientific approaches in efforts to improve learning results in chestpass basketball game for class X high school students 5 Tanjung Balai 2014–2015 academic. *Proceedings of the 2nd International Conference on Social, Applied Science, and Technology in Home Economics (UNICOSS 2019)*. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200305.037>
- Ahmadi, N. (2007). *Permainan bola basket*. Era Intermedia.
- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th ed.). McGraw-Hill.
- Barrows, H. S. (1986). A taxonomy of problem-based learning methods. *Medical Education*, 20(6), 481–486. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.1986.tb01386.x>
- Barrows, H. S. (1996). Problem-based learning in medicine and beyond: A brief overview. *New Directions for Teaching and Learning*, 1996(68), 3–12. <https://doi.org/10.1002/tl.37219966804>
- Barrows, H. S., & Tamblyn, R. M. (1980). *Problem-based learning: An approach to medical education*. Springer Publishing Company.
- Candra, G., & Haryanto, J. (2025). Problem-based learning in physical education and sport: A systematic review of implementation approaches, learning outcomes, and contextual determinants. *Journal of Educational and Learning Studies*, 8(2). <https://doi.org/10.32698/02472>

- Ginting, F. A., Made, S. I., & Kadek, Y. P. L. (2024). Implementasi model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) berbasis IT untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi bola basket pada peserta didik kelas XI Akuntansi B SMK Negeri 1 Singaraja. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 15(1), 1–5. <https://doi.org/10.23887/jpko.v15i1.82494>
- Harja, A. A., & Rahmat, A. (2022). Pengaruh metode pembelajaran *Project Based Learning* dan metode pembelajaran *Discovery Learning* terhadap hasil belajar keterampilan *chest pass* dalam permainan bola basket. *E-Jurnal Pendidikan Mutiara*, 7(2).
- Hmelo-Silver, C. E. (2004). Problem-based learning: What and how do students learn? *Educational Psychology Review*, 16(3), 235–266. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000034022.16470.f3>
- Indrawan, A. (2018). Upaya meningkatkan prestasi belajar mata kuliah pendidikan bola basket melalui pembelajaran *Student Centered Learning* dengan menggunakan model *Problem Based Learning and Inquiry* (PBL). *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*.
- Indrawati, I., Sabrina, R., & Hidayat, S. (2024). Penggunaan model pembelajaran berbasis masalah pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X SMAN 2 Krakatau Steel Cilegon. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(3). <https://doi.org/10.23969/jp.v9i3.17502>
- Irawan, C. R., Carsiwan, C., & Martini, T. (2026). The effect of problem-based learning on students' adversity quotient. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 15(2). <https://doi.org/10.15294/active.v15i2.58053>
- Kristiyanto, A. (2010). *Penelitian tindakan kelas (PTK) dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga*. UNS Press.
- Maulana, I., & Bhakti, Y. H. (2025). The effectiveness of problem-based learning model in physical education subjects in senior high schools. *Journal for Lesson and Learning Studies*, 8(1). <https://doi.org/10.23887/jlls.v8i1.89965>
- Putra, I. K. A. D. (2023). Penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) berbasis ICT untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi bola basket *chest pass* dan *bounce pass* pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 5 Singaraja tahun pelajaran 2022/2023 [Skripsi, Universitas Pendidikan Ganesha].
- Putra, K. G. D., Satyawan, I. M., & Wijaya, M. A. (2026). Implementasi model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi teknik dasar *passing chest pass* bola basket pada murid kelas X.3 SMA Negeri 7 Denpasar. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 9(2). <https://doi.org/10.31004/jrpp.v9i2.60774>
- Rahmadi, R., Hardinata, R., Ahwan, M., et al. (2023). Enhancing 21st century collaboration skills in physical education through the problem-based learning model. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 4(3), 270–282. [https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4\(3\).14112](https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4(3).14112)
- Riskayani, N. L. (2022). Model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 10(1), 1–7. <https://doi.org/10.23887/jjp.v10i1.47192>
- Rosdiani, D. (2015). *Kurikulum pendidikan jasmani*. Alfabeta.
- Rusman. (2017). *Model-model pembelajaran: Mengembangkan profesionalisme guru*. Rajawali Pers.
- Sabhara, R., Irvan, I., & Amir, A. (2022). 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. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran*, 4(1), 294–304.
- Saputra, I. E., Herul, H., Suherman, A., & Rahayu, E. T. (2023). Pengaruh *Project Based Learning* model terhadap kemampuan pengetahuan permainan bola basket siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 376–380. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10077181>
- Sukiyandari, L., A'la, M., & Rahmawati, A. D. (2026). Penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar passing bola basket. *Journal Sport Science Indonesia*, 5(3), 94–103. <https://doi.org/10.31258/jassi.5.3.94-103>
- Susanto, A. P., Wijaya, A. D., Gultom, A. S., & Muhazir, A. (2025). Systematic literature review: Penerapan model pembelajaran kolaboratif untuk meningkatkan kerja sama tim dalam bola basket. *Journal Physical Health Recreation*, 5(4), 340–351. <https://doi.org/10.55081/jphr.v5i4.4813>
- Wissel, H. (2012). *Basketball: Steps to success* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Yani, A. (2021). *Aktivitas permainan dalam outdoor education*. Ahlimedia Book.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2003). *Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78*.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2022). *Capaian pembelajaran pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah pada Kurikulum Merdeka*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Widyananta, I. P. A., Hita, I. P. A. D., & Mahotama, I. B. G. J. (2025). Upaya meningkatkan hasil belajar passing *chest pass* dalam permainan bola basket melalui pembelajaran berbasis permainan untuk menumbuhkan karakter disiplin peserta didik: Kajian studi literatur. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(10), 726–735. <https://doi.org/10.60126/jim.v3i10.962>