MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* MELALUI TEKNIK DASAR PENCAK SILAT

Gustaman Candra Pardini¹, Maftu²

¹Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Banten

²Mahasiswa Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi

¹candrapardini2@gmail.com, ² maftu10041997@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang menggunakan model pembelajaran *problem based learning*. Dalam hal ini membantu siswa mewujudkan kreativitas mereka, guru dapat melatih keterampilan bidang pengetahuan dan keterampilan teknis. Guru juga dapat melatih keterampilan kreatif yaitu cara berpikir menghadapi masalah secara kreatif, atau sikap-sikap untuk memunculkan gagasan-gagasan original. Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan deskriptif kualitatif. Teknik dalam pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan studi literatur yang dimana menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik pemeriksaan keabsahan data menggunakan triangulasi data. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dalam pembelajaran menggunakan model *problem based learning* sangatlah tepat untuk dijadikan salah satu upaya dalam meningkatkan kemampuan berfikir kritis dan berani untuk memecahkan masalah pada pembelajaran penjasokes melalui materi pencak silat.

Kata Kunci: *Problem Based Learning*, Pencak Silat

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pembelajaran yang menggunakan gerak atau aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pembelajaran. Di samping itu melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani ingin mewujudkan sumbangannya terhadap perkembangan anak yang tidak berat sebelah. Sumbangan yang diberikan pendidikan jasmani adalah memberikan perkembangan secara menyeluruh, karena yang dikembangkan bukan hanya aspek keterampilan gerak dan kebugaran jasmani (ranah jasmani dan psikomotor), tetapi perkembangan ranah kognitif dan efektif, (Lutan dalam Pauweni 2010)

Penjabaran dari pengembangan ranah kognitif, efektif dan psikomotor dalam pendidikan jasmani dituangkan melalui sebuah panduan pembelajaran atau lebih dikenal dengan kurikulum. Kurikulum yang terdapat dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama salah satunya adalah permainan dan olahraga. Dalam penjabaran materi permainan dan olahraga salah satunya meliputi beladiri. Dalam beladiri ini terdapat ranah afektif yang sangat membantu siswa dalam pembelajaran teknik dasar pencak silat. Karena dengan ranah afektif dalam beladiri pencak silat dapat membentuk sikap siswa seperti kerja sama, jujur dan percaya diri.

Selain itu dalam aspek kognitif bisa membantu pengetahuan siswa, karena dalam pembelajaran teknik dasar pencak silat mendorong siswa untuk berfikir dan mengetahui bentuk-bentuk teknik dasar pencak silat dengan menggunakan berbagai model pembelajaran. Menurut Dini Rosdiani menjelaskan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah mengembangkan kondisi fisik, mental dan integrasi soal dan membentuk pribadi yang mandiri dan memilih bentuk pendidikan jasmani yang

sesuai dengan keadaan kondisi seseorang, irama dan aktivitas fisik yang sesuai dengan keadaan lingkungan sosial dan membina kesehatan yang standar.

Kita ketahui bersama bahwa khusus dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pembelajarannya tidak hanya teori, namun lebih banyak praktek, sehingga guru berusaha memberikan yang terbaik agar proses belajar mengajar terlaksana dengan baik, namun untuk pembelajaran materi beladiri pencak silat ditemui hal-hal sebagai berikut: 1) pembelajaran pencak silat selalu monoton, 2) materi pencak silat tidak dapat dikembangkan. Adapun hal-hal yang menjadi kendalanya antara lain: 1) sekolah tidak memiliki sarana dan prasarana pencak silat, 2) guru tidak menguasai teknik dasar pencak silat/tidak mahir, dan 3) guru memiliki panduan pencak silat namun panduan pembelajaran tersebut memuat kombinasi gerak dari teknik dasar pencak silat, sehingga guru sulit untuk mempelajarinya.

Dalam membantu siswa mewujudkan kreativitas mereka, guru dapat melatih keterampilan bidang pengetahuan dan keterampilan teknis. Guru juga dapat melatih keterampilan kreatif yaitu cara berpikir menghadapi masalah secara kreatif, atau sikap-sikap untuk memunculkan gagasan-gagasan original. Oleh karena itu dibutuhkan model pembelajaran yang sesuai, salah satu alternatif model pembelajaran yang memungkinkan dikembangkannya kreativitas siswa dan hasil belajar siswa adalah *Problem Based Learning* (PBL). (Menurut Duch. 1995, dalam buku Aris shoimin) yang menyatakan bahwa *problem based learning* (PBL) model pembelajaran yang bercirikan adanya permasalahan nyata sebagai konteks untuk para peserta didik belajar berpikir kritis dan keteampilan memecahkan masalah serta memperoleh pengetahuan.

Dengan menerapkan model PBL perkembangan siswa tidak hanya terjadi pada aspek kognitif, tetapi juga aspek afektif dan psikomotorik melalui penghayatan secara internal akan problema yang dihadapi. Sehingga ketiga dimensi kreativitas yang meliputi dimensi *process*, dimensi *personal* dan *press*, serta dimensi *product* siswa dapat dikembangkan selama proses pembelajaran.

Pembelajaran model *Problem Based Learning* dianggap sangat penting dalam pengajaran ilmu karena dapat meningkatkan kreativitas proses belajar siswa, meningkatkan kinerja siswa pada tugas yang diberikan, dan menumbuhkan pengetahuan yang lebih baik.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode Penelitian pada dasarnya merupakan *cara ilmiah* untuk mendapatkan *data* dengan *tujuan* dan *kegunaan* tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu, *cara ilmiah*, *data*, *tujuan* dan *kegunaan*.

Jenis penelitian ini adalah penelitian studi literatur (literasi) yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara mempelajari dan mengkaji buku-buku yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti, teknik ini dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai dan literatur buku-buku dan diharapkan peneliti dapat memperoleh data secara teoritis sebagai penunjang penelitian.

Sedangkan tujuan dalam penelitian studi literatur ini adalah mencari dasar pijakan atau pondasi untuk memperoleh dan membangun landasan teori, kerangka berfikir, dan menentukan dugaan sementara atau sering atau sering pula disebut sebagai hipotesis penelitian, sehingga para peneliti dapat mengerti, melokasiakn, mengorganisasikan, dan kemudian

menggunakan variasi pustaka dalam bidangnya.

Desain penelitian diperlukan untuk memperjelas langkah-langkah dalam melaksanakan penelitian. Tentang rancangan penelitian dijelaskan Nasution bahwa, "Desain penelitian merupakan rencana tentang cara mengumpulkan dan menganalisis data agar dapat dilaksanakan secara ekonomis serta serasi dengan tujuan penelitian itu." Sugiyono menjelaskan bahwa desain penelitian atau paradigma penelitian diartikan sebagai "pola pikir yang menunjukkan hubungan variabel yang akan diteliti yang sekaligus mencerminkan jenis dan jumlah rumusan masalah yang perlu dijawab melalui penelitian, teori yang digunakan untuk merumuskan hipotesis, jenis dan jumlah hipotesis, serta teknik analisis statistik yang akan digunakan".

Desain yang akan digunakan pada penelitian ini adalah *Literatur*. Dalam desain penelitian ini terdapat dua sumber pertama sumber primer (*primary source*) dan kedua sumber sekunder (*secondary source*). Sumber primer adalah karangan asli yang ditulis oleh seorang yang melihat, mengalami, atau mengerjakan sendiri. Sedangkan sumber sekunder (*secondary source*) adalah tulisan tentang penelitian orang lain, tinjauan, ringkasan, kritikan, dan tulisan-tulisan serupa mengenai hal-hal yang tidak langsung disaksikan atau dialami sendiri oleh penulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang tercantum dalam sumber primer model pembelajaran *Problem Based Learning* (*PBL*) sangatlah sesuai untuk dijaikan model pembelajaran yang difokuskan, karna melalui pembelajaran berbasis masalah siswa dapat belajar untuk kerjasama dalam kelompok atau individu dan belajar berinteraksi, di

sampling pengalaman belajar yang berhubungan dengan pemecahan masalah seperti membuat hipotesis, merancang percobaan, melakukan penelitian, mengumpulkan data, menginterpretasikan data, membuat kesimpulan, mempresentasikan, berdiskusi, dan membuat laporan.

Keadaan tersebut menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis masalah dapat memberikan pengalaman yang kaya pada siswa. Dengan kata lain, penggunaan pembelajaran berbasis masalah dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang apa yang mereka pelajari sehingga diharapkan mereka dapat menerapkannya dalam kondisi nyata pada kehidupan sehari-hari.

Pembelajaran berbasis masalah merupakan model pembelajaran yang berorientasi pada kerangka kerja teoretik konstruktivisme. Dalam model pembelajaran berbasis masalah, fokus pembelajaran ada pada masalah yang dipilih sehingga siswa tidak saja mempelajari konsep-konsep yang berhubungan dengan masalah tetapi juga metode ilmiah untuk memecahkan masalah tersebut. Oleh sebab itu, siswa tidak saja harus memahami konsep yang relevan dengan masalah yang menjadi pusat perhatian, tetapi juga memperoleh pengalaman belajar yang berhubungan dengan keterampilan menerapkan metode ilmiah dalam pemecahan masalah dan menumbuhkan pola pikir kritis.

Dari data yang diperoleh dari beberapa sumber yang kita dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *problem based learning* terdapat pengaruh yang signifikan dan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan pembelajaran penjas agar siswa terbiasa dan mampu dengan cepat

menguasai segala permasalahan yang sedang dihadapi atau yang akan dihadapi oleh peserta didik.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Margetson bahwa, “ kurikulum *Problem Based Learning* dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan perkembangan keterampilan belajar dengan pola pikir yang terbuka, reflektif, kritis, dan belajar aktif”.

Dalam model *Problem Based Learning* menekankan pada proses pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berperan aktif dalam proses pembelajaran diantaranya melalui kerja kelompok.

SIMPULAN

Dapat kita simpulkan bahwa dalam pembelajaran dengan menggunakan model *problem based learning* sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan kemampuan berpikir kritis siswa sebelum dan sesudah pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) pada peserta didik. Dibandingkan antara sebelum dan sesudah perlakuan metode pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL), kemampuan berpikir kritis siswa dalam mata pelajaran penjas pada materi teknik dasar pencak silat. Maka dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) berpengaruh secara signifikan dan sangat positif terhadap kemampuan berpikir kritis siswa dimana nilai rata-rata dari berbagai sumber setelah diberikan perlakuan menggunakan model pembelajaran *problem based learning* lebih besar dibandingkan rata-rata yang tidak menggunakan perlakuan model pembelajaran *problem based learning*.

2. Terbukti bahwa menggunakan model pembelajaran *problem based learning* dapat dijadikan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan pembelajaran penjas agar siswa dapat dengan cepat menguasai materi pencak silat ataupun materi lainnya.
3. Ternyata setelah kita simpulkan dari berbagai sumber peneliti bahwa pembelajaran menggunakan model *problem based learning* peserta didik sangat senang dan merasa sangat mudah dalam belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Rosdiani Dini.(2012) *Dinamika Olahraga dan Pengembangan Nilai*.(Bandung: Alfabeta
- Shoimin Aris, (2014) 68 Model pembelajaran inovatif dalam kurikulum 2013, (Yogyakarta: Ar-ruzz media).
- Hamdayama Jumanta, (2014) : Model dan metode pembelajaran kreatif dan berkarakter. (Bogor : Ghalia indonesia. Hal 209
- Ngalimun, (2013) *Strategi dan Model Pembelajaran*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo)
- Rusman, (2011) *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalitas Guru*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada)
- Mulyana (2013) pendidikan pencak silat, membangun jati diri dan arakter bangsa. (Bandung ; Remaja rosdakarya)
- Rusmono. (2012) *Pembelajaran dengan Problem Based Learning itu Perlu*. (Jakarta: Ghaila Indonesia.).
- Cooper dan Taylor dalam Mohammad Imam Farisi.(2010). Pengembangan Asesmen Diri Siswa (*Student Self-Assessment*) sebagai Model Penilaian dan Pengembangan Karakter. Artikel disampaikan pada Konferensi Ilmiah Nasional “Asesmen dan Pembangunan Karakter Bangsa”
- Nasution. (2011) *Metode Research Penelitian Ilmiah*. (Jakarta: PT Bumi Aksara)
- Diantama Suarifqi. (2018) Metode Penelitian Pendidikan, (Bandung : Pustaka Rahmat)