

PENINGKATAN HASIL BELAJAR PJOK PADA MATERI *PASSING* BOLA VOLI MELALUI *PROBLEM BASED LEARNING*

**I Made Sujana¹, I Ketut Semarayasa², I Komang Sukarata Adnyana³, I Putu Panca Adi⁴,
Ni Luh Putu Spyanawat⁵**

^{1,2,3,4,5}Universitas Pendidikan Ganesha

¹sujana201788@gmail.com, ²ketut.semarayasa@undiksha.ac.id,

³sukarata.adnyana@undiksha.ac.id, ⁴panca.adi@undiksha.ac.id. ⁵putu.spyanawati@undiksha.ac.id

Abstract

Objective: This study aimed to improve the learning outcomes of Physical Education, Sports, and Health (PJOK) in volleyball passing materials through the implementation of the Problem Based Learning (PBL) model. Methods: This research was Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles. The research subjects were 35 eighth-grade students of SMP Negeri 4 Kubutambahan. Data were collected through observation, cognitive tests, and performance assessments to measure learning mastery in the affective, cognitive, and psychomotor aspects. Results: The results indicated a significant increase in classical learning mastery from the pre-cycle (52.4%) to cycle I (82.9%) and cycle II (93.3%). Specifically, the affective aspect increased from 60.0% to 94.3%, the cognitive aspect from 62.9% to 94.3%, and the psychomotor aspect from 34.3% to 91.4%. Conclusion: The Problem Based Learning (PBL) model is effective in significantly improving PJOK learning outcomes in volleyball passing across all three learning domains. It is recommended that Physical Education teachers adopt this model as an alternative for active and contextual learning.

Keywords: *Problem Based Learning (PBL), Learning Outcomes, Physical Education, Volleyball, Passing, Classroom Action Research.*

Abstrak

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi passing bola voli melalui penerapan model Problem Based Learning (PBL). Metode: Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus. Subjek penelitian adalah 35 siswa kelas VIII B SMP Negeri 4 Kubutambahan. Data dikumpulkan melalui observasi, tes kognitif, dan penilaian unjuk kerja untuk mengukur ketuntasan belajar pada aspek afektif, kognitif, dan psikomotor. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan ketuntasan belajar klasikal dari prasiklus (52,4%) menjadi siklus I (82,9%) dan siklus II (93,3%). Secara spesifik, aspek afektif meningkat dari 60,0% menjadi 94,3%, aspek kognitif dari 62,9% menjadi 94,3%, dan aspek psikomotor dari 34,3% menjadi 91,4%. Kesimpulan: Model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) efektif dalam meningkatkan hasil belajar PJOK materi passing bola voli secara signifikan pada ketiga ranah pembelajaran. Guru PJOK disarankan untuk mengadopsi model ini sebagai alternatif pembelajaran yang aktif dan kontekstual.

Kata Kunci: *Problem Based Learning (PBL), Hasil Belajar, PJOK, Bola Voli, Passing, Penelitian Tindakan Kelas.*

Submitted: 2026-01-05	Revised: 2026-01-13	Accepted: 2026-01-20
-----------------------	---------------------	----------------------

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki misi yang unik dan holistic : mengembangkan potensi peserta didik secara seimbang dalam ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Keunikan ini sekaligus menjadi tantangan kompleksnya, karena ketiga aspek tersebut harus terintegrasi dalam sebuah proses pembelajaran yang dinamis dan kontekstual. Idealnya, penguasaan keterampilan gerak (psikomotor) didasari oleh pemahaman konsep (kognitif) dan dibingkai oleh sikap-sikap positif seperti kerjasama dan tanggung jawab (afektif). Namun, realitas di lapangan kerap menunjukkan kesenjangan. Aspek psikomotor, khususnya dalam olahraga permainan seperti bola voli, sering menjadi titik lemah. Rendahnya penguasaan teknik dasar, misalnya *passing*, bukan sekadar masalah ketidakmampuan fisik, tetapi dapat berakar pada metode pembelajaran yang kurang menyentuh aspek pemecahan masalah dan kolaborasi sesungguhnya (Kurniawan, 2023).

Di sinilah *Problem-Based Learning* (PBL) menawarkan sebuah paradigma alternatif. Berbeda dengan instruksi langsung yang terfragmentasi, PBL menempatkan siswa di jantung proses belajar melalui penggalan dan penyelesaian masalah autentik. Dalam konteks PJOK, pendekatan ini bukan sekadar melatih gerak, tetapi mengajak siswa *berpikir* dan *berkolaborasi* untuk mengatasi tantangan permainan. Penelitian terdahulu menguatkan proposisi ini. PBL terbukti tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis bola voli, tetapi secara signifikan membangun keterampilan kerjasama tim dan motivasi belajar, karena struktur pembelajarannya yang interaktif dan berpusat pada siswa (Astuti et al., 2024; Xia et al., 2025). Dengan kata lain, PBL berpotensi menjadi jembatan yang menyatukan ketiga ranah pembelajaran tersebut secara lebih organik.

Namun, menerapkan sebuah inovasi pedagogis seperti PBL di kelas nyata memerlukan lebih dari sekadar keyakinan teoretis. Diperlukan sebuah pendekatan penelitian yang reflektif dan adaptif, yang mampu menangkap dinamika kelas dan mengarahkan perbaikan secara sistematis. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) menjawab kebutuhan ini. Sebagai sebuah metodologi yang dirancang untuk memperbaiki praktik secara langsung, PTK dengan siklus perencanaan-tindakan-observasi-refleksinya memungkinkan guru meneliti sekaligus meningkatkan kualitas pembelajarannya sendiri. Bukti empiris menunjukkan efektivitas PTK dalam mendongkrak capaian psikomotor siswa, karena sifatnya yang iteratif memungkinkan identifikasi masalah spesifik dan penyempurnaan tindakan secara real-time (Serevina & Maulana, 2017; Sumarni et al., 2016). PTK dan PBL, dengan demikian, dapat menjadi pasangan strategis: PBL sebagai *intervensi* pembelajaran, dan PTK sebagai *kerangka* untuk menyempurnakan penerapannya.

Untuk mengukur keberhasilan integrasi ini, diperlukan alat ukur yang selaras dengan filosofi pembelajaran holistik. Penilaian tradisional yang hanya mengejar angka akhir sering gagal menangkap perkembangan sikap dan proses penguasaan keterampilan. Penilaian Autentik hadir sebagai antitesisnya. Penilaian jenis ini mengevaluasi ketiga ranah kognitif, afektif, psikomotor melalui tugas dan situasi yang mencerminkan tantangan sesungguhnya (Alafnan, 2025; Oroh et al., 2025). Dalam pembelajaran *passing* bola voli, ini berarti menilai bukan hanya hasil akhir bola yang tepat, tetapi juga pemahaman prosedur, kerja sama dalam tim, dan konsistensi gerakan. Meskipun kompleks, penilaian autentik memberikan gambaran utuh dan bermakna tentang perkembangan siswa, sekaligus mengarahkan pembelajaran pada pencapaian kompetensi yang aplikatif.

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas, penelitian ini dilakukan. Berfokus pada permasalahan rendahnya hasil belajar keterampilan *passing* bola voli, studi ini bertujuan untuk menyelidiki dan mendokumentasikan peningkatan yang mencakup aspek afektif, kognitif, dan psikomotor melalui penerapan model *Problem-Based Learning* (PBL). Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, di SMP Negeri 4 Kubutambahan. Seluruh proses dan hasil pembelajaran akan dievaluasi menggunakan instrumen Penilaian Autentik yang komprehensif. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya memperbaiki sebuah masalah pembelajaran spesifik, tetapi juga memberikan sebuah model praktis tentang bagaimana menyelaraskan inovasi pedagogis (PBL), metodologi penelitian yang tepat (PTK), dan sistem evaluasi yang holistik (Penilaian Autentik) untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani yang seutuhnya.

METODE(Tahoma, 10 pt.Spasi 1,15)

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran secara langsung di kelas (Rahman et al., 2023). Desain penelitian mengikuti model siklus berulang yang terdiri dari empat tahap utama: perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*) (Arikunto, 2014).

Setting dan Subjek Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 4 Kubutambahan pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII B yang berjumlah 35 orang, terdiri dari 20 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan.

Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Tahapan penelitian dimulai dengan observasi awal untuk mengidentifikasi masalah, yaitu rendahnya hasil belajar passing bola voli. Berdasarkan identifikasi masalah, dirancang tindakan dengan menerapkan model PBL.

1. **Siklus I:** Fokus pada pengenalan dan penerapan awal model PBL. Siswa dibagi ke dalam 7 kelompok kecil (masing-masing 5 anggota) untuk mendiskusikan dan memecahkan masalah terkait teknik *passing atas* dan *passing bawah*. Guru berperan sebagai fasilitator yang memandu proses orientasi masalah, pengorganisasian belajar, penyelidikan, penyajian hasil, serta evaluasi.
2. **Siklus II:** Dilakukan berdasarkan refleksi dari siklus I. Perbaikan difokuskan pada peningkatan ketersediaan alat (bola voli) dan pendalaman pemahaman siswa melalui latihan dan diskusi yang lebih intensif untuk mengatasi kendala teknis yang masih ditemukan.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan instrumen penilaian autentik yang mengukur tiga aspek hasil belajar:

1. **Aspek Afektif:** Dinilai menggunakan lembar observasi yang memuat indikator percaya diri, kerja sama, tanggung jawab, menghargai teman, dan menjaga keselamatan (Sujana, 2025).
2. **Aspek Kognitif:** Diukur melalui tes tertulis berbentuk uraian yang menanyakan prosedur teknik *passing atas* dan *passing bawah*.
3. **Aspek Psikomotor:** Dinilai menggunakan rubrik penilaian keterampilan (*performance assessment*) yang mengamati sikap awal, pelaksanaan, dan akhir dari gerakan *passing atas* dan *bawah*. Penilaian dilakukan oleh tiga penilai (guru PJOK) untuk menjaga objektivitas.

Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Persentase ketuntasan belajar per aspek dan klasikal dihitung dengan rumus: $\text{Persentase Ketuntasan Klasikal} = \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100$ persen.

Kriteria Keberhasilan Tindakan

Penelitian dinyatakan berhasil dan dihentikan apabila **minimal 75%** siswa mencapai Ketuntasan Minimal (KKM) secara individual (nilai ≥ 75) dan ketuntasan klasikal untuk setiap aspek (afektif, kognitif, psikomotor) juga mencapai **minimal 75%**.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Data hasil belajar dikumpulkan dari tiga aspek: afektif, kognitif, dan psikomotor. Berikut adalah paparan data hasil penelitian dari tahap prasiklus hingga siklus II.

1. Hasil Belajar Prasiklus

Kondisi awal siswa sebelum diterapkan tindakan diperoleh melalui observasi dan tes awal. Data ketuntasan belajar siswa pada prasiklus dapat dilihat pada Tabel 1, 2, dan 3.

Tabel 1. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Afektif Prasiklus

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	8	22,9%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	13	37,1%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	14	40,0%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Pada aspek afektif, sebanyak 21 siswa (60,0%) telah mencapai ketuntasan minimal (nilai ≥ 75). Namun, 14 siswa (40,0%) masih berada dalam kategori tidak tuntas (nilai < 75), dengan mayoritas berada pada kategori "cukup".

Tabel 2. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Kognitif Prasiklus

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	0	0%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	22	62,9%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	13	37,1%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Aspek kognitif menunjukkan 22 siswa (62,9%) tuntas belajar. Tidak ada siswa yang mencapai kategori "sangat baik", dan 13 siswa (37,1%) nilainya masih di bawah KKM.

Tabel 3. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Psikomotor Prasiklus

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	1	2,9%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	11	31,4%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	17	48,6%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	6	17,1%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Aspek psikomotor merupakan aspek dengan capaian terendah pada prasiklus. Hanya 12 siswa (34,3%) yang tuntas, sementara 23 siswa (65,7%) belum tuntas, dengan 6 siswa bahkan berada dalam kategori "kurang".

Tabel 4. Rekapitulasi Ketuntasan Belajar Prasiklus per Aspek

Aspek Penilaian	Jumlah Siswa Tuntas	Persentase Ketuntasan	Rata-rata Nilai	Kategori Klasikal
Afektif	21	60,0%	76,4	Cukup
Kognitif	22	62,9%	70,0	Cukup
Psikomotor	12	34,3%	60,5	Kurang
Rata-rata Ketuntasan		52,4%		Cukup

Interpretasi: Secara keseluruhan, ketuntasan belajar klasikal pada prasiklus adalah 52,4% dan dikategorikan "cukup". Terlihat ketimpangan yang signifikan antara aspek kognitif dan psikomotor, di mana penguasaan keterampilan gerak (psikomotor) siswa masih sangat rendah.

2. Hasil Belajar Siklus I

Setelah penerapan model PBL pada siklus I, diperoleh peningkatan hasil belajar siswa. Data selengkapnya disajikan pada Tabel 5, 6, dan 7.

Tabel 5. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Afektif Siklus I

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	11	31,4%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	19	54,3%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	5	14,3%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Terjadi peningkatan jumlah siswa tuntas pada aspek afektif menjadi 30 siswa (85,7%). Siswa yang tidak tuntas berkurang drastis dari 14 menjadi 5 siswa.

Tabel 6. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Kognitif Siklus I

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	2	5,7%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	27	77,1%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	6	17,1%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Pada aspek kognitif, siswa tuntas meningkat menjadi 29 orang (82,9%). Untuk pertama kalinya, muncul siswa yang mencapai kategori "sangat baik".

Tabel 7. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Psikomotor Siklus I

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	3	8,6%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	25	71,4%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	7	20,0%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Peningkatan paling mencolok terjadi pada aspek psikomotor. Jumlah siswa tuntas melonjak menjadi 28 siswa (80,0%) dari yang sebelumnya hanya 12 siswa.

Tabel 8. Rekapitulasi Ketuntasan Belajar Siklus I per Aspek

Aspek Penilaian	Jumlah Siswa Tuntas	Persentase Ketuntasan	Kenaikan dari Prasiklus	Kategori Klasikal
Afektif	30	85,7%	+25.7%	Baik
Kognitif	29	82,9%	+20.0%	Baik
Psikomotor	28	80,0%	+45.7%	Baik
Rata-rata Ketuntasan		82,9%	+30.5%	Baik

Interpretasi: Penerapan PBL pada siklus I berhasil meningkatkan ketuntasan klasikal menjadi 82,9% (kategori "baik"). Semua aspek menunjukkan kenaikan di atas 20%, dengan lonjakan tertinggi pada aspek psikomotor sebesar 45.7%.

3. Hasil Belajar Siklus II

Pelaksanaan perbaikan pada siklus II menghasilkan peningkatan ketuntasan belajar yang lebih optimal. Data lengkap disajikan pada Tabel 9, 10, dan 11.

Tabel 9. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Afektif Siklus II

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	19	54,3%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	14	40,0%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	2	5,7%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas

5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Sebanyak 33 siswa (94,3%) telah tuntas pada aspek afektif. Mayoritas siswa yang tuntas kini berada pada kategori "sangat baik".

Tabel 10. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Kognitif Siklus II

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	5	14,3%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	28	80,0%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	2	5,7%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Ketuntasan aspek kognitif mencapai 33 siswa (94,3%). Jumlah siswa kategori "sangat baik" meningkat, dan siswa tidak tuntas berkurang menjadi hanya 2 orang.

Tabel 11. Distribusi Nilai dan Ketuntasan Aspek Psikomotor Siklus II

No.	Interval Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase	Ketuntasan
1	86 – 100	Sangat Baik	8	22,9%	Tuntas
2	75 – 85	Baik	24	68,6%	Tuntas
3	41 – 74	Cukup	3	8,6%	Tidak Tuntas
4	21 – 40	Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
5	1 – 20	Sangat Kurang	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah			35	100%	

Interpretasi: Aspek psikomotor mengalami peningkatan konsistensi. Sebanyak 32 siswa (91,4%) berhasil tuntas, dengan peningkatan signifikan pada kategori "sangat baik".

Tabel 12. Rekapitulasi Ketuntasan Belajar Siklus II dan Perbandingan Antar Siklus

Aspek Penilaian	Prasiklus	Siklus I	Siklus II	Kenaikan (Prasiklus → Siklus II)
Afektif	60,0%	85,7%	94,3%	+34.3%
Kognitif	62,9%	82,9%	94,3%	+31.4%
Psikomotor	34,3%	80,0%	91,4%	+57.1%
Rata-rata Ketuntasan	52,4%	82,9%	93,3%	+40.9%

Interpretasi: Hasil pada siklus II menunjukkan pencapaian ketuntasan klasikal yang sangat tinggi, yaitu 93,3% (kategori "sangat baik"). Tren peningkatan terjadi secara konsisten pada setiap siklus untuk semua aspek. Peningkatan kumulatif tertinggi dari prasiklus hingga siklus II terjadi pada aspek psikomotor (+57.1%), diikuti oleh afektif (+34.3%) dan kognitif (+31.4%).

Pembahasan

Penelitian tindakan kelas ini secara jelas mendemonstrasikan bahwa model *Problem-Based Learning* (PBL) mampu menjadi katalis yang efektif untuk memperbaiki kualitas pembelajaran *passing* bola voli secara holistik. Peningkatan ketuntasan klasikal dari 52,4% (prasiklus) menjadi 93,3% (siklus II) bukan sekadar angka statistik, melainkan cerminan dari pergeseran dinamika kelas di mana siswa berubah dari pasif menjadi aktif, dan pembelajaran keterampilan berubah dari sekadar meniru menjadi memahami konteks.

Temuan paling mencolok adalah lonjakan luar biasa pada aspek psikomotor, yang meningkat sebesar 57,1% dari kondisi awal. Hasil ini mendapatkan penguatan empiris yang menemukan bahwa program latihan berbasis *playing circuit* sebuah turunan dari PBL secara signifikan meningkatkan keterampilan dasar bola voli siswa. Dalam penelitian ini, kerangka masalah dalam PBL (seperti "bagaimana melakukan passing yang efektif saat posisi tidak ideal") memaksa siswa untuk secara aktif mengeksplorasi, berlatih, dan mengevaluasi gerakan mereka

dalam konteks bermakna. Latihan tidak lagi bersifat repetitif tanpa tujuan, tetapi ditujukan untuk memecahkan tantangan spesifik, sehingga mengakselerasi pembentukan memori otot dan koordinasi (Astuti et al., 2024).

Di sisi lain, peningkatan yang stabil pada aspek afektif dan kognitif PBL dalam olahraga tim secara khusus dirancang untuk membangun dimensi sosial-emosional. Pembagian ke dalam kelompok kecil menciptakan interdependensi positif; siswa tidak hanya bertanggung jawab pada diri sendiri, tetapi juga pada keberhasilan kelompoknya. Situasi ini secara alami memupuk nilai-nilai seperti kerja sama, komunikasi, dan tanggung jawab, yang teramati dalam lembar observasi. Secara kognitif, tes uraian yang menanyakan prosedur teknik menunjukkan bahwa siswa tidak hanya bisa melakukan, tetapi juga mulai mampu mengartikulasikan *alasan* di balik suatu gerakan (Xia et al., 2025). Ini mengindikasikan berkembangnya pemahaman konseptual, yang merupakan fondasi dari keterampilan bermain yang cerdas.

Proses refleksi yang menjadi jiwa dari PTK terbukti menjadi faktor penentu keberhasilan. Kendala yang teridentifikasi di siklus I, seperti keterbatasan alat dan kedalaman pemahaman, tidak dilihat sebagai kegagalan, melainkan sebagai umpan balik berharga. Adaptasi dengan menambah bola voli dan intensifikasi diskusi pemecahan masalah di siklus II adalah bentuk *directed improvement* (Beringer, 2007). Siklus tindakan yang berulang ini memungkinkan peneliti-guru untuk menyempurnakan intervensi secara real-time, sehingga pembelajaran menjadi lebih responsif terhadap kebutuhan nyata siswa.

Meski demikian, penting untuk mengakui bahwa keberhasilan ini tidak terlepas dari konteks. Peran guru sebagai fasilitator yang ahli sangat krusial. Guru tidak hanya memberi instruksi, tetapi mendesain masalah yang menantang, memandu diskusi, dan memberikan *scaffolding* tepat waktu. Tantangan utama yang mungkin dihadapi di setting lain adalah beban persiapan dan penguasaan kelas yang lebih besar di awal penerapan, sebagaimana diisyaratkan dalam beberapa literatur. Oleh karena itu, keberlanjutan model ini memerlukan komitmen dan dukungan berupa pelatihan bagi guru.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa model *Problem-Based Learning* (PBL) efektif meningkatkan hasil belajar *passing* bola voli secara holistik. Ketuntasan klasikal naik dari 52,4% (prasiklus) menjadi 93,3% (siklus II), dengan peningkatan tertinggi pada aspek psikomotor (+57,1%). Keberhasilan ini didukung oleh kerangka Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang memungkinkan perbaikan berkelanjutan dan penggunaan penilaian autentik yang komprehensif. Disimpulkan bahwa PBL merupakan strategi yang tepat untuk pembelajaran PJOK yang aktif dan kontekstual, dengan catatan guru berperan sebagai fasilitator yang responsif. Untuk penelitian selanjutnya, model ini dapat diujicobakan pada materi atau cabang olahraga lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Alafnan, M. A. (2025). Enhancing educational outcomes using Alafnan taxonomy: integrating cognitive, affective, and psychomotor domains. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 14(3), 2419–2437. <https://doi.org/10.11591/ijere.v14i3.33147>
- Astuti, Y., Bakhtiar, S., Orhan, B. E., Amsari, D., Balasekaran, G., & Németh, Z. (2024). The Influence of Mental Training and Playing Circuit-Based Training Program on Student Volleyball Learning Outcomes. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 12(1), 99–105. <https://doi.org/10.13189/saj.2024.120112>
- Beringer, J. (2007). Application of problem based learning through research investigation. *Journal of Geography in Higher Education*, 31(3), 445–457. <https://doi.org/10.1080/03098260701514033>
- Kurniawan, A. (2023). *Analisis minat belajar teori PJOK siswa kelas VIII SMPN 13 Kota Jambi*.

- Oroh, E. Z., Ali, M. I., Pelenkahu, N., Usman, H., & Rorintulus, O. A. (2025). Authentic Assessment in Higher Education to Increase Critical Thinking and Develop Metacognitive Awareness. *Studies in English Language and Education*, 12(2), 827–844. <https://doi.org/10.24815/siele.v12i2.45077>
- Serevina, V., & Maulana, S. (2017). Implementation of experience based learning strategies to increase achievement of students learning outcomes. *Proceedings of the 29th International Business Information Management Association Conference - Education Excellence and Innovation Management through Vision 2020: From Regional Development Sustainability to Global Economic Growth*, 130–139. <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85029764892&partnerID=40&md5=441c665cc5d7e89dd78db549d291bfe4>
- Sumarni, W., Wardani, S., Sudarmin, S., & Gupitasari, D. N. (2016). Project based learning (PBL) to improve psychomotoric skills: A classroom action research. *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia*, 5(2), 157–163. <https://doi.org/10.15294/jpii.v5i2.4402>
- Xia, Y., Tasi, K.-C., Chen, F., & Yu, H.-C. (2025). Fostering teamwork skills through PBL volleyball courses: A social psychological study of Chinese vocational college students. *Environment and Social Psychology*, 10(4). <https://doi.org/10.59429/esp.v10i4.3575>