

# Efektivitas Model Problem Based Learning (PBL) Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli

Zhean Sengga Pradipthama\*, Ali Muhaimin, Lukman

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Pendidikan Mandalika, Indonesia

\* Correspondence: [alimuhaimin@undikma.ac.id](mailto:alimuhaimin@undikma.ac.id)

## Abstract

The basic skills of passing the volleyball ball among fourth-grade students at SDN 1 Labuan Pandan are still low, as indicated by an initial learning completeness rate of only 37.5%. The low mastery of this technique is thought to be due to conventional teaching methods that do not sufficiently involve students in problem solving. This study aims to analyze the effectiveness of applying the Problem-Based Learning (PBL) model in improving learning outcomes in underhand passing in volleyball in terms of cognitive and psychomotor aspects. This study used the Classroom Action Research (CAR) method, which was carried out in two cycles, with each cycle consisting of the planning, implementation, observation, and reflection stages. The research subjects were 24 fourth-grade students. Data were collected through cognitive tests, psychomotor performance assessments, and observations of the learning process, then analyzed descriptively and quantitatively. The results showed a significant improvement in learning outcomes. Classical mastery in the cognitive aspect increased from 37.5% (pre-cycle) to 58.3% (cycle I) and 91.6% (cycle II). In the psychomotor aspect, mastery increased from 45.8% to 58.3% (cycle I) and 91.6% (cycle II). It was concluded that the PBL model was effective in improving volleyball learning outcomes because it encouraged students to be actively involved in analyzing movement problems and practicing their solutions contextually.

**Keyword:** Problem-based learning; learning outcomes; volleyball; underhand pass; PTK

## Abstrak

Keterampilan dasar passing bawah bola voli peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan masih rendah, ditunjukkan oleh ketuntasan belajar awal yang hanya mencapai 37,5%. Rendahnya penguasaan teknik ini diduga karena pembelajaran yang masih konvensional dan kurang melibatkan peserta didik dalam pemecahan masalah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penerapan model Problem Based Learning (PBL) dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli pada aspek kognitif dan psikomotorik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 24 peserta didik kelas IV. Data dikumpulkan melalui tes kognitif, penilaian unjuk kerja psikomotorik, dan observasi proses pembelajaran, kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar yang signifikan. Ketuntasan klasikal pada aspek kognitif meningkat dari 37,5% (pra-siklus) menjadi 58,3% (siklus I) dan 91,6% (siklus II). Pada aspek psikomotorik, ketuntasan meningkat dari 45,8% menjadi 58,3% (siklus I) dan 91,6% (siklus II). Disimpulkan bahwa model PBL efektif meningkatkan hasil belajar bola voli karena mendorong peserta didik untuk terlibat aktif dalam menganalisis masalah gerak dan mempraktikkan solusinya secara kontekstual.

**Kata kunci:** *Problem based learning*; hasil belajar; bola voli; passing bawah; PTK

Received: 26 Desember 2025 | Revised: 7, 12, 24 Januari, 5 Februari 2026

Accepted: 18 Februari 2026 | Published: 2 Maret 2026



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Pendidikan adalah suatu proses untuk mendapatkan pengetahuan, ilmu, dan pengalaman yang dilakukan oleh seseorang di dalam suatu lembaga formal dan non formal (Amrullah & Islamy, 2021). Pendidikan di sekolah merupakan pendidikan formal yang melibatkan guru dan siswa, interaksi antara guru dan siswa ini dapat disebut sebagai proses pembelajaran (Nopandri & Wathoni, 2024). Perubahan tingkah laku intelektual, moral, dan sosial budaya adalah tujuan utama pendidikan (Suharyanto, 2025). Proses pembelajaran ditujukan agar siswa dapat mempelajari keterampilan sebagaimana diharapkan (Wulandari et al., 2023). Keberhasilan dalam pendidikan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti pendidik, tujuan, sumber daya, dan metode pembelajaran. (Nurkhoiroh et al., 2023).

Oleh karena itu, pendidikan tidak hanya sekedar memperoleh ilmu pengetahuan tetapi juga membentuk pemikiran dan kepribadian peserta didik. (Triviona et al., 2025). Pendidikan jasmani dan kesehatan olahraga diajarkan di sekolah mempunyai peranan untuk memberikan kesempatan bagi peserta didik berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani dan kesehatan secara sistematis (Nopandri & Wathoni, 2024). Pendidikan jasmani juga mencakup kegiatan pembelajaran yang berlangsung secara formal antara guru dan siswa (Rismayanthi, 2011). Selain itu, pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong, merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang, baik itu perkembangan secara keterampilan motorik, pengetahuan, penalaran penghayatan nilai-nilai (Sari et al., 2024).

Pada pendidikan jasmani kemampuan kognitif, mototrok dan afektif dapat dikembangkan melalui berbagai materi pembelajaran yang melibatkan siswa untuk berperan aktif dalam pembelajaran. Terdapat berbagai metode pengajaran dalam kurikulum sekarang ini. Salah satu yang dianjurkan oleh kurikulum merdeka adalah PBL atau sebutan lain dari metodologi pembelajaran berbasis masalah (Putro et al., 2024). Model pembelajaran scientific dalam kurikulum 2013 yang digunakan pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) salah satunya yaitu *problem based learning* (Nopandri & Wathoni, 2024). Menurut (Shofiyah & Wulandari, 2018). PBL merupakan model pembelajaran yang menginisiasi siswa dengan menghadirkan sebuah masalah agar diselesaikan oleh siswa.

Peserta didik kemudian harus bekerja sama untuk menganalisis masalah tersebut, mengidentifikasi pengetahuan yang diperlukan, dan merumuskan solusi yang rasional. Model ini memungkinkan peserta didik untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis, bekerja dalam kelompok, dan memecahkan masalah nyata (Nurkhasanah et al., 2019). PBL juga mendukung pengembangan keterampilan komunikasi, karena peserta didik harus mengartikulasikan gagasan mereka dan menjelaskan pendekatan mereka kepada orang lain (Iryanto, 2021). Selama proses pemecahan masalah, siswa membangun pengetahuan serta mengembangkan keterampilan pemecahan masalah dan keterampilan self-regulated learner.

PBL mempersiapkan peserta didik untuk berfikir kritis, analitis dan untuk mencari serta menggunakan sumber pembelajaran yang sesuai (Shofiyah & Wulandari, 2018). Salah satu materi yang bisa menggunakan PBL adalah permainan bola voli. Bola voli merupakan olahraga beregu yang mengharuskan para pemainnya bekerja sama dan saling mendukung, hal ini penting dalam membentuk tim yang kuat dan tangguh. (Pulungan et al., 2023). Selain itu, bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan di lapangan yang kedua sisinya dipisahkan

oleh jaring net (Mile et al., 2022) . Dalam permainan bola voli tidak lepas dari yang namanya teknik dasar, mengenai teknik dasar dalam permainan bola voli sudah tidak asing lagi kita dengar diantaranya *passing, smash, service dan blok*.

Tujuan permainan adalah untuk mencetak poin dengan memasukkan bola ke area lawan tanpa kembali ke wilayahnya sendiri atau memaksa lawan melakukan pelanggaran. Permainan dimulai dengan servis dan termasuk pertukaran bola. Setiap kelompok yang mengikuti pertandingan bola voli mempunyai kesempatan untuk menyentuh bola sebanyak tiga kali sebelum dikembalikan kepada kelompok lawan. *Passing* merupakan teknik dasar yang sangat penting, yaitu mengoper bola kepada rekan satu tim dengan menggunakan teknik tertentu sehingga bola dapat dibawa kembali ke lapangan Sendiri. Pembelajaran bola voli merupakan salah satu materi yang diajarkan pada siswa SDN 1 Labuan Pandan dan termasuk bagian dari aktivitas olahraga bola besar.

Dalam pembelajaran yang dilaksanakan di SDN 1 Labuan Pandan Kelas 4 tentunya menghadapi beberapa masalah, diantaranya siswa kesulitan dalam memecahkan masalah bagaimana untuk melakukan teknik dan gerak *passing* bawah dan *passing* atas yang baik, sehingga berdampak pada nilai KKM. Adapun nilai KKM untuk mata pelajaran PJOK di SDN 1 Labuan Pandan adalah 70. Melihat kondisi tersebut maka diterapkannya model pembelajaran *problem based learning* dalam pembelajaran PJOK dengan tujuan untuk memecahkan permasalahan teknik dasar *passing* dapat meningkat, dan berimplikasi terhadap capaian KKM. Peran guru di dalam meningkatkan proses dan hasil belajar sangat penting karena dapat meningkatkan keaktifan peserta didik dalam proses pembelajaran supaya hasil belajar maksimal (Nopandri & Wathoni, 2024).

SDN 1 Labuan Pandan dipilih sebagai lokasi penelitian karena sekolah ini merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang secara rutin melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK), Khususnya materi bola voli, masih cenderung menggunakan pendekatan konvensional sehingga keterlibatan aktif peserta didik belum optimal. Pemilihan peserta didik kelas IV berdasarkan pada kondisi awal siswa yang menunjukkan rendahnya penguasaan teknik dasar bola voli, yang mencerminkan hasil pra-siklus dengan ketuntasan belajar kognitif dan psikomotorik masih berada dibawah kriteria ketentuan minimal. Secara perkembangan, siswa kelas IV berada ditahap yang tepat untuk dikembangkan kemampuan berpikir dan pemecahan masalah sederhana.

Oleh karena itu, penerapan model *problem based learning* dipandang relevan sebagai upaa perbaikan pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar bola voli. Berdasarkan pendahuluan penelitian, dirumuskan masalah penelitian bagaimana hasil penerapan model *problem based learning* (PBL) terhadap peningkatan hasil belajar bola voli pada peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan? Bagaimana peningkatan hasil belajar bola voli pada aspek kognitif peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan? Bagaimana peningkatan hasil belajar bola voli pada aspek psikomotorik peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan setelah diterapkan model *problem based learning* (PBL)?

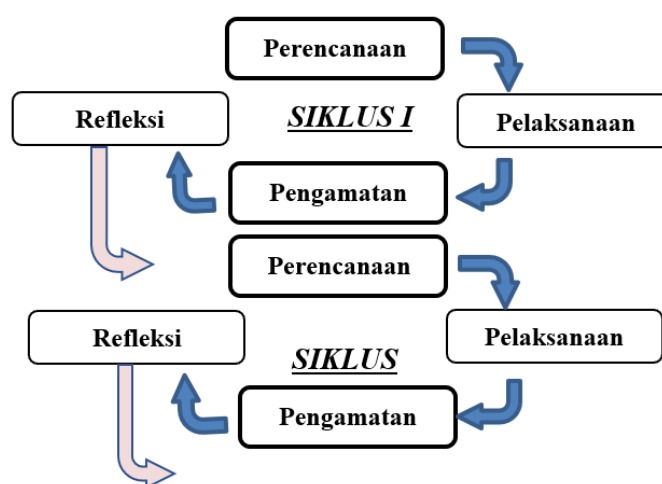
Sejalan dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan masalah penelitian ini adalah Untuk mengetahui hasil penerapan model *problem based learning* (PBL) terhadap peningkatan hasil belajar bola voli pada peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan. Untuk menganalisis peningkatan hasil belajar bola voli pada aspek kognitif peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan

Pandan. Untuk menganalisis peningkatan hasil belajar bola voli pada aspek psikomotorik peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan setelah diterapkan model *Problem Based Learning* (PBL).

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK), yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tahapan setiap siklus meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi (Machali, 2022). Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun perangkat pembelajaran PJK berbasis PBL, instrumen tes dan lembar observasi. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan menerapkan model PBL pada pembelajaran bola voli. Observasi dilakukan untuk menemati proses pembelajaran dan keterlibatan peserta didik, sedangkan refleksi digunakan sebagai dasar perbaikan pembelajaran pada siklus berikutnya. Subjek penelitian adalah 24 peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan yang terdiri atas 13 siswa laki-laki dan 11 siswa perempuan, dengan kemampuan awal teknik dasar bola voli yang masih rendah berdasarkan hasil pra-siklus.

Intrumen penelitian meliputi tes kognitif, penilaian keterampilan psikomotorik dan lembar observasi. Validitas instrumen ditetapkan melalui validitas isi yang mengacu pada kompetensi dasar dan indikator pembelajaran PJOK, sedangkan reliabilitas dijaga melalui penggunaan instrumen dan prosedur penilaian yang konsisten pada setiap siklus. Data dikumpulkan melalui tes, penilaian praktik, dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif persentase. Ketuntasan belajar dihitung dengan membandingkan jumlah peserta didik yang mencapai nilai  $\geq 75$  sesuai kriteria ketuntasan minimal (KKM/KKTP) terhadap jumlah seluruh peserta didik. Penelitian dinyatakan berhasil apabila  $\geq 85\%$  peserta didik mencapai ketuntasan belajar pada aspek kognitif dan psikomotorik.



Gambar 1. Siklus penelitian tindakan kelas

Dalam penelitian tindakan (PTK) ini yang menjadi subjek penelitian adalah peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan berjumlah 24 peserta didik. Jenis data dalam penelitian aktivitas kelas ini adalah data kuantitatif yaitu data tentang hasil belajar siswa pada aspek

kognitif dan psikomotorik. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini meliputi tes kognitif dan panel observasi psikomotorik (Wahidah et al., 2023). Analisis data dilakukan untuk mengubah jenis data hasil observasi dan tes menjadi data kuantitatif dalam bentuk deskripsi kualitatif (Suwandi, 2021). Analisis tersebut dilakukan dengan menerapkan teknik dan prosedur yang telah ditetapkan untuk mengetahui kecenderungan yang muncul selama proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentase, kriteria keberhasilan tindakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah tuntasnya hasil belajar tradisional mencapai  $\geq 85\%$  siswa, ditandai dengan peningkatan jumlah siswa yang mencapai nilai KKTP  $\geq 75$  (tuntas, tidak perlu remediasi) pada akhir siklus.

## Hasil

Data penelitian yang dikumpulkan berupa hasil observasi terhadap proses pembelajaran pada setiap siklus. Untuk selanjutnya, data hasil tes ini di bagi persiklus. Sebelum pelaksanaan tindakan, dilakukan observasi awal atau yang disebut dengan prasiklus untuk mengidentifikasi kemampuan awal peserta didik dalam menguasai teknik bola voli, dilakukan evaluasi pendahuluan. Kelas yang digunakan dalam penelitian ini memiliki kelemahan dalam hasil belajar dalam permainan bola voli yaitu kelas IV dengan jumlah siswa 24 orang di antaranya 13 putra dan 11 putri. Data awal menunjukkan hasil belajar aspek kognitif dan psikomotor tentang bola voli peserta kelas IV disajikan pada table 1.

Tabel 1. Data pra tindakan hasil belajar bola voli kelas IV

Keterangan	Pra Tindakan Kognitif	Pra Tindakan Psikomotorik
Jumlah Peserta didik	24	24
Rata -Rata	76	73
Tuntas	9 peserta didik (37,5%)	11 peserta didik (45,8%)
Belum Tuntas	15 peserta didik (62,5%)	13 peserta didik (54,1%)

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa hasil belajar bola voli pada tahap pra tindakan ini masih banyak peserta didik yang belum sepenuhnya menguasai teknik tersebut. Aspek kognitif masih rendah, yaitu terdapat 37,5% (9 peserta didik tuntas) dan 62,5% (15 peserta didik belum tuntas). Sedangkan pada aspek psikomotorik masih rendah yaitu 45,8 % (11 peserta didik tuntas) dan 54,1% (13 peserta didik belum tuntas). Berdasarkan dari data pra siklus di atas sebelum dilakukan tindakan dapat di lihat bahwa untuk penguasaan permainan bola voli masih banyak peserta didik yang belum sepenuhnya menguasai teknik tersebut. Penelitian tindakan kelas ini dilakukan dengan dua siklus. Hasil tes siklus I pada aspek kognitif dan psikomotorik dapat dilihat pada hasil tes berikut.

Tabel 2. Data hasil penilaian siklus I hasil belajar bola voli kelas IV

Keterangan	Kognitif Siklus I	Psikomotorik Siklus I
Jumlah Peserta didik	24	24
Rata -Rata	80	78
Tuntas	14 peserta didik (58,3%)	14 peserta didik (58,3%)
Belum Tuntas	10 peserta didik (41,6%)	10 peserta didik (41,6%)

Berdasarkan hasil observasi dan penilaian langsung terhadap praktik bola voli pada siklus I, terdapat peningkatan yang baik kemajuan tersebut tercermin dari perkembangan aktivitas guru dari pertemuan pertama hingga pertemuan kedua, model pengajarannya mengalami kemajuan dengan baik. Kemampuan mahasiswa dalam memperoleh proses dan produk keterampilan passing bola voli pada siklus I mengalami peningkatan nilai rata-rata mahasiswa sebelum dilepasliarkan. dari 37,5% menjadi 58,3% pada aspek kognitif dan 45,8% menjadi 58,3% pada aspek psikomotorik. Namun hasil tersebut belum mampu mencapai kriteria dasar yang ingin dicapai yaitu 85% siswa memenuhi kriteria ketuntasan minimal dan harus melanjutkan pembelajaran pada siklus II. Berdasarkan hasil tes yang dilakukan terhadap aspek pengetahuan atau kognitif dan psikomotorik adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Data hasil penilaian siklus II hasil belajar bola voli kelas IV

Keterangan	Kognitif Siklus II	Psikomotorik Siklus II
Jumlah Peserta didik	24	24
Rata -Rata	83	82
Tuntas	22 peserta didik (91,6%)	22 peserta didik (91,6%)
Belum Tuntas	2 peserta didik (8,3%)	2 peserta didik (8,3%)

Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus kedua dengan model *problem based learning* yang telah dilakukan, terlihat adanya peningkatan signifikan pada nilai siswa yang tuntas sebanyak 91,6% (22 peserta didik) sedangkan yang belum tuntas sebanyak 8,3 % (2 peserta didik). Hasil tersebut sudah berhasil mencapai kriteria klasikal yang ingin dicapai, yaitu 85% peserta didik mencapai kriteria ketuntasan. Penerapan model pembelajaran PBL yang diterapkan oleh peneliti bersama guru berhasil mengelola kondisi kelas dengan baik, sehingga proses belajar mengajar dapat berlangsung secara optimal. Penguasaan materi yang diajarkan oleh peneliti juga tercapai secara efektif pada siklus II.

Hal ini terlihat dari hasil penilaian yang diperoleh. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas menggunakan model PBL telah berhasil memenuhi target yang diharapkan dalam rencana pembelajaran. Selain persentase ketuntasan belajar, hasil penelitian dianalisis berdasarkan nilai rata-rata hasil belajar peserta didik pada setiap siklus. Pada tahap pra-siklus, nilai rata-rata aspek kognitif sebesar 76 dan aspek psikomotorik sebesar 73, yang menunjukkan kemampuan awal peserta didik masih berada di bawah harapan pembelajaran. Setelah penerapan model *problem based learning* pada siklus I, nilai rata-rata meningkat menjadi 80 pada aspek kognitif dan 78 pada aspek psikomotorik.

Peningkatan tersebut berlanjut pada siklus II, dengan nilai rata-rata mencapai 83 pada aspek kognitif dan 82 pada aspek psikomotorik. Peningkatan nilai rata-rata pada setiap siklus menunjukkan bahwa penerapan model *problem based learning* tidak hanya berdampak pada bertambahnya jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan, tetapi juga meningkatkan capaian belajar peserta didik secara klasikal. Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini difokuskan pada nilai rata-rata dan persentase ketuntasan belajar, karena tujuan utama penelitian tindakan kelas adalah mengevaluasi perbaikan proses dan hasil belajar secara menyeluruh pada tingkat kelas. Oleh karena itu, data nilai tertinggi, nilai terendah, dan standar deviasi tidak dianalisis secara terpisah, karena tidak menjadi indikator utama dalam penentuan

keberhasilan tindakan, yang ditetapkan berdasarkan ketercapaian ketuntasan klasikal minimal 85% peserta didik dengan nilai  $\geq 75$ .

## Pembahasan

Data penelitian yang diperoleh berupa data hasil pengamatan dalam proses pembelajaran untuk masing-masing siklus yang dimana model pembelajaran *problem based learning* sangat cocok untuk menunjang tujuan pembelajaran di sekolah karena akan menunjang kemampuan berpikir individu dan kelompok siswa ketika menyelesaikan tugas. Model pembelajaran *problem based learning* dapat diterapkan pada kegiatan pembelajaran bola voli siswa di kelas IV Labuan Pandan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model *problem based learning* (PBL) mampu meningkatkan hasil belajar bola voli peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan secara bertahap dari pra-siklus hingga siklus II, baik pada aspek kognitif maupun psikomotorik.

Peningkatan ini tidak hanya ditunjukkan oleh persentase ketuntasan belajar yang mencapai lebih dari 85%, tetapi juga oleh peningkatan nilai rata-rata pada setiap siklus. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa PBL efektif sebagai pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik dalam konteks pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Secara kognitif, peningkatan hasil belajar terjadi karena model PBL menempatkan peserta didik pada situasi pembelajaran berbasis masalah yang menuntut mereka untuk memahami konsep, menganalisis permasalahan, dan menemukan solusi secara mandiri maupun kelompok. Dalam pembelajaran bola voli, peserta didik tidak hanya menerima penjelasan teknik secara teoritis, tetapi juga dituntut untuk memahami permasalahan gerak, seperti cara melakukan passing yang benar agar bola dapat dikendalikan dengan baik.

Proses ini mendorong peserta didik untuk berpikir kritis dan memahami konsep gerak secara lebih mendalam. Dari sisi psikomotorik, PBL memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mempraktikkan secara langsung solusi atas permasalahan yang diberikan. Aktivitas diskusi kelompok dan praktik lapangan yang terstruktur memungkinkan peserta didik melakukan pengulangan gerak secara sadar dan terarah. Hal ini berkontribusi pada peningkatan keterampilan teknik dasar bola voli, khususnya passing, sebagaimana tercermin dari meningkatnya nilai rata-rata dan ketuntasan belajar pada aspek psikomotorik pada setiap siklus. Selain aspek kognitif dan psikomotorik, penerapan PBL juga berpotensi memengaruhi aspek afektif, seperti motivasi belajar, kerja sama, dan kepercayaan diri peserta didik.

Hasil observasi menunjukkan bahwa peserta didik menjadi lebih aktif, berani mencoba, serta mampu bekerja sama dalam kelompok selama proses pembelajaran berlangsung. Kondisi ini mendukung terciptanya suasana belajar yang lebih kondusif dan bermakna, yang pada akhirnya berimplikasi positif terhadap hasil belajar. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Qomariyah, 2019) menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran berbasis masalah efektif meningkatkan hasil belajar siswa pada kelas eksperimen dibandingkan dengan kelas kontrol yang menggunakan model pembelajaran konvensional. Model pembelajaran berbasis masalah disesuaikan dengan kehidupan sehari-hari dan keterampilan pemecahan masalah siswa serta meningkatkan motivasinya, sehingga efektif meningkatkan hasil belajar dan motivasi siswa (Fanany et al., 2024).

Model pembelajaran berbasis masalah efektif meningkatkan kemampuan berpikir kritis sejalan dengan tujuan program. Hal ini menjadikan model pembelajaran berbasis masalah mampu meningkatkan perkembangan anak baik secara kognitif, emosional maupun psikomotorik dan anak meningkatkan kesehatannya dengan melakukan aktivitas fisik. Hasil penelitian ini memberikan gambaran positif adanya peningkatan kesempurnaan klasikal pada lebih dari 85% siswa di kelas. IV Labuan Pandan. Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan bahwa guru PJOK disarankan untuk menerapkan model PBL sebagai alternatif pembelajaran bola voli di sekolah dasar, karena model ini mampu meningkatkan keaktifan, pemahaman konsep, serta keterampilan gerak peserta didik.

PBL juga dapat digunakan sebagai strategi pembelajaran untuk mengatasi rendahnya hasil belajar teknik dasar olahraga yang bersifat praktik. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah subjek penelitian yang relatif terbatas dan pelaksanaan penelitian yang hanya dilakukan dalam dua siklus tanpa kelompok pembandingan. Selain itu, waktu penelitian yang terbatas menyebabkan analisis lebih mendalam terhadap aspek afektif belum dapat dilakukan secara optimal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, menggunakan desain pembandingan, serta mengkaji lebih lanjut pengaruh PBL terhadap aspek afektif peserta didik. Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa penerapan model *problem based learning* memiliki kelebihan dalam meningkatkan hasil belajar bola voli melalui penguatan aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif peserta didik, meskipun tetap memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam pengembangan penelitian selanjutnya.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan model *problem based learning* (PBL) dalam pembelajaran bola voli pada peserta didik kelas IV SDN 1 Labuan Pandan terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar secara klasikal. Efektivitas tersebut tidak hanya tercermin dari peningkatan capaian belajar kognitif dan psikomotorik, tetapi juga dari perbaikan proses pembelajaran yang ditandai dengan meningkatnya keaktifan, keterlibatan, dan kerja sama peserta didik selama pembelajaran berlangsung. Melalui pembelajaran berbasis masalah, peserta didik didorong untuk memahami konsep gerak secara lebih mendalam serta mempraktikkan keterampilan teknik dasar bola voli secara kontekstual dan terarah.

Meskipun demikian, pelaksanaan PBL masih menghadapi kendala berupa keterbatasan waktu pembelajaran dan perbedaan kemampuan awal peserta didik, yang memerlukan pengelolaan kelas dan pendampingan guru secara intensif. Secara keseluruhan, model PBL dapat dijadikan sebagai alternatif strategi pembelajaran PJOK yang efektif dan relevan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran bola voli di Sekolah Dasar. Berdasarkan simpulan penelitian, disarankan agar guru PJOK menerapkan model *problem based learning* sebagai salah satu strategi pembelajaran, khususnya pada materi yang menuntut penguasaan keterampilan praktik seperti bola voli, dengan memperhatikan pengelolaan waktu dan heterogenitas kemampuan peserta didik.

Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung penerapan model pembelajaran inovatif melalui penyediaan sarana prasarana dan pengembangan kompetensi guru. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan melibatkan jumlah subjek yang lebih luas, menggunakan desain pembandingan, serta mengkaji lebih mendalam pengaruh PBL terhadap aspek afektif peserta didik, seperti motivasi dan sikap belajar, agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas model pembelajaran ini.

## Pernyataan Penulis

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa artikel berjudul “efektivitas model problem based learning (pbl) terhadap peningkatan hasil belajar bola voli pada SDN 1 labuan padan ” merupakan karya asli saya, belum pernah dipublikasikan, dan tidak sedang dalam proses publikasi di jurnal lain. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

## Daftar Pustaka

- Amrullah, M. K., & Islamy, M. I. (2021). Moderasi Beragama: Penanaman pada Lembaga Pendidikan Formal dan Nonformal. *Nizham Journal of Islamic Studies*, 9(02), 57-69. <https://doi.org/10.32332/nizham.v9i02.4308>
- Fanany, S., Santosa, I., & Sutarno, S. (2024). Penerapan Model Problem Based Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah di SMKN 3 Semarang. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(2), 770-781. <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/sport/article/view/11219>
- Iryanto, ND (2021). Meta Analisis Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) sebagai Sistem Belajar Mengajar Bahasa Indonesia Inovatif di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5 (5), 3829-3840. <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/1415>
- Mile, S., Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2022). Survei Sarana dan Prasarana Bola Voli di SMA/SMK Se-Kecamatan Suwawa Kabupaten Bone Bolango. *Jendela Olahraga*, 7(1), 50-63. <https://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/view/8943>
- Machali, I. (2022). Bagaimana Melakukan Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru. *Ijar. Jurnal Penelitian Aksi Indonesia*. 1(2), 2022-12. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/IJAR/article/view/12-21>
- Nopandri, R. A., & Wathoni, M. (2024). Efektivitas Model Pembelajaran Problem Based Learning terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Kelas X IPA SMA Muhammadiyah Ponjong. *Prosiding Semnasfip*. 2165–2173. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/SEMNASFIP/article/view/24084>
- Nurkhoiroh, N., Haryani, M., Pulungan, K. A., Haryanto, A. I., & Suardika, I. K. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Penerapan Gaya Mengajar Periksa Diri (Self Check Style) pada Siswa. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(2), 329-336. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v21i2.11226>

- Nurkhasanah, D., Wahyudi, W., & Indarini, E. (2019). Penerapan Model Problem Based Learning untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa Kelas V SD. *Jurnal Satya Widya*, 35(1), 33-41. <https://ejournal.uksw.edu/satyawidya/article/view/2509>
- Pulungan, K. A., Perdana, S., Haryanto, A. I., Haryani, M., & Kadir, S. S. (2023). The Psychological Skill Characteristics of Indonesian Volleyball Players From Player Positions. *Jurnal Keolahragaan*, 11(1), 122-130. <https://scholarhub.uny.ac.id/jolahraga/vol11/iss1/14/>
- Putro, B. C., Winarno, M. E., & Hariyanto, E. (2024). Putro, B. C. (2023). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Manipulatif untuk Siswa Kelas 3 SD. *Jurnal Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 27-36. <https://journal2.um.ac.id/index.php/gpji/article/view/51262>
- Qomariyah, S. N. (2019). Effect of problem based learning learning model to Improve Student Learning Outcomes. *International Journal of Educational Research Review*, 4(2), 217-222. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ijere/article/518056>
- Rismayanthi, C. (2011). Optimalisasi Pembentukan Karakter dan Kedisiplinan Siswa Sekolah Dasar Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 10-17. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/3478>
- Suwandi, S. (2021). Analisis Data Research dan Development Pendidikan Islam. *Journal of Islamic Education El Madani*, 1(1), 1-12. <https://journal.marwah-madani-riau.id/index.php/JIEE/article/view/11>
- Suharyanto, D. (2025). Penerapan Model PBL Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII F SMPN 04 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 5(2), 87-101. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/JPJK/article/view/97950>
- Sari, Y. Y., Ulfani, D. P., & Ramos, M. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478-488. <https://ejournal.ummuba.ac.id/index.php/pgsd/en/article/view/1657>
- Shofiyah, N., & Wulandari, F. E. (2018). Model Problem Based Learning (PBL) dalam Melatih Scientific Reasoning Siswa. *JPPIPA (Jurnal Penelitian Pendidikan IPA)*, 3(1), 33-38. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jppipa/article/view/3150>
- Triviona, P., Haetami, M., Hidasari, F. P., Atiq, A., & Bafadal, M. F. (2025). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Pembelajaran Problem Based Learning. *Jambura Health and Sport Journal*, 7(1), 8-17. <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/view/30139>
- Wulandari, A. P., Salsabila, A. A., Cahyani, K., Nurazizah, T. S., & Ulfiah, Z. (2023). Pentingnya Media Pembelajaran Dalam Proses Belajar Mengajar. *Journal on Education*, 5(2), 3928-3936. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.1074>
- Wahidah, A. N., Ashari, A., & Kurniawan, E. S. (2023). Implementasi Laboratorium Maya Rumah Belajar Untuk Meningkatkan Kemampuan Psikomotorik dan Kemampuan Berpikir Kreatif Peserta Didik. *Jurnal Inovasi Pendidikan Sains (JIPS)*, 4(2), 54-61. <https://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jips/article/view/3421>