



Penerapan Pembelajaran Berbasis Masalah Untuk Meningkatkan Kreativitas Gerak Siswa Pada Aktivitas Senam Lantai Di SMP Negeri 17 Makassar

Sudirman Burhanuddin¹, M.Imran Hasanuddin²

^{1,2} Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Alamat: Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Kec Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222

Email: Sudirman.burhanuddin@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan model pembelajaran berbasis masalah (Problem-Based Learning) dalam meningkatkan kreativitas gerak siswa pada aktivitas senam lantai di SMP Negeri 17 Makassar. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 28 siswa kelas VIII-B, terdiri atas 16 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Data dikumpulkan melalui observasi, tes praktik senam lantai, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai kreativitas gerak dari 74,28 pada siklus I menjadi 87,10 pada siklus II, dengan persentase ketuntasan belajar meningkat dari 67,8% menjadi 92,8%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa model Problem-Based Learning dapat menumbuhkan partisipasi aktif, keberanian bereksresi, dan kemampuan siswa dalam mengembangkan variasi gerak senam lantai. Dengan demikian, penerapan model Problem-Based Learning efektif digunakan sebagai alternatif strategi pembelajaran inovatif dalam pendidikan jasmani untuk mengembangkan kreativitas gerak dan sikap kolaboratif siswa.

Kata kunci: Problem-Based Learning, kreativitas gerak, senam lantai, pendidikan jasmani

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan motorik, pengetahuan, serta nilai-nilai sosial yang mendukung kehidupan sehat dan aktif. Melalui aktivitas jasmani yang terencana, peserta didik tidak hanya dilatih untuk bergerak, tetapi juga untuk berpikir, bekerja sama, dan beradaptasi terhadap berbagai situasi fisik maupun sosial. Oleh karena itu, pendidikan jasmani memiliki peranan strategis dalam membentuk karakter disiplin, sportivitas, dan kreativitas siswa sebagai bekal dalam menghadapi tantangan kehidupan modern. Dalam konteks kurikulum merdeka yang kini diterapkan di berbagai jenjang pendidikan, guru pendidikan jasmani dituntut untuk

mampu mengembangkan proses pembelajaran yang lebih berpusat pada siswa (*student-centered learning*). Artinya, peserta didik tidak lagi menjadi objek pembelajaran yang pasif, melainkan subjek yang aktif dalam menemukan dan mengembangkan potensi dirinya. . Joyce & Weil (2011) menjelaskan bahwa model pembelajaran inovatif yang berpusat pada siswa dapat meningkatkan keterlibatan aktif, kreativitas, serta kemampuan berpikir kritis peserta didik. Namun, kenyataannya di lapangan, masih banyak pembelajaran pendidikan jasmani yang berorientasi pada hasil akhir keterampilan semata tanpa memberi ruang bagi eksplorasi dan kreativitas gerak siswa.

Salah satu aktivitas dalam pendidikan jasmani yang menuntut tingkat kreativitas tinggi adalah senam lantai. Aktivitas ini menggabungkan unsur kelenturan, kekuatan, keseimbangan, serta ekspresi artistik dalam suatu rangkaian gerak. Menurut Gallahue & Donnelly (2003), keterampilan gerak dalam senam lantai tidak hanya bergantung pada kemampuan fisik, tetapi juga pada kemampuan berpikir kreatif dalam menciptakan variasi gerak yang efisien dan estetis. Adapun hasil pengamatan yang dilakukan di SMP Negeri 17 Makassar menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih kesulitan dalam mengembangkan variasi gerak yang mandiri. Siswa cenderung pasif dan hanya mengikuti contoh guru tanpa melakukan eksplorasi bentuk gerak baru. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses pembelajaran di sekolah masih bersifat instruktif dan kurang memberi kesempatan bagi siswa untuk berpikir secara divergen. Guru lebih sering berperan sebagai demonstrator utama, sementara siswa hanya menjadi pengamat dan peniru. Akibatnya, muncul kejenuhan, kurangnya partisipasi aktif, serta rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan senam lantai. Jika hal ini terus berlangsung, maka potensi pembelajaran jasmani untuk menumbuhkan kreativitas dan kemandirian gerak akan sulit tercapai. Permasalahan ini muncul karena pendekatan pembelajaran yang digunakan masih menitikberatkan pada pencapaian hasil keterampilan, bukan pada proses eksplorasi gerak. Diedrich (2010) menegaskan bahwa kreativitas siswa hanya dapat tumbuh apabila mereka diberi kebebasan bereksperimen dan menemukan solusi terhadap masalah yang dihadapi. Guru lebih sering berperan sebagai demonstrator utama, sementara siswa hanya menjadi pengamat dan peniru. Akibatnya, muncul kejenuhan, kurangnya partisipasi aktif, serta rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan

senam lantai. Jika hal ini terus berlangsung, maka potensi pembelajaran jasmani untuk menumbuhkan kreativitas dan kemandirian gerak akan sulit tercapai.

Selain faktor metode mengajar, permasalahan juga muncul karena minimnya variasi strategi pembelajaran yang diterapkan dalam kegiatan jasmani di sekolah. Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 17 Makassar, diketahui bahwa guru masih menggunakan pendekatan konvensional seperti *direct instruction*, di mana kegiatan didominasi instruksi satu arah. Sementara model pembelajaran inovatif yang mendorong eksplorasi dan pemecahan masalah, seperti *Problem-Based Learning* (PBL), belum diterapkan secara optimal. Hal ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kreativitas gerak siswa belum berkembang dengan baik. Salah satu pendekatan yang potensial untuk diterapkan adalah model *Problem-Based Learning* (PBL). Menurut Arends (2012), PBL merupakan model pembelajaran yang menantang siswa untuk belajar melalui pemecahan masalah kontekstual sehingga mereka dapat mengembangkan kemampuan berpikir tingkat tinggi (*higher order thinking skills*). Dalam model ini, siswa berperan aktif dalam menemukan konsep, menyusun strategi, dan menguji hasil pemecahan masalah. Dalam konteks pembelajaran senam lantai, PBL dapat diterapkan dengan memberikan situasi masalah seperti “bagaimana merangkai tiga gerakan dasar menjadi satu rangkaian yang harmonis dan aman dilakukan.” Dengan pendekatan ini, siswa didorong untuk berpikir kreatif, bekerja sama, dan mengemukakan ide-ide baru dalam bentuk gerakan. Melalui penerapan *Problem-Based Learning*, siswa akan lebih termotivasi untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran karena mereka berperan langsung dalam menciptakan solusi gerak. Dengan demikian, pembelajaran tidak hanya berorientasi pada hasil keterampilan motorik, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kreatif dan komunikasi antar siswa. Guru bertindak sebagai fasilitator yang mengarahkan, bukan sebagai satu-satunya sumber pengetahuan. Situasi ini akan menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif, dinamis, dan menyenangkan.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk memperkuat paradigma baru dalam pembelajaran pendidikan jasmani, yaitu pembelajaran yang menekankan kreativitas, kolaborasi, dan pemecahan masalah. Melalui penelitian tindakan kelas ini, diharapkan akan diperoleh bukti empiris bahwa penerapan model *Problem-Based Learning* dapat meningkatkan kreativitas gerak siswa pada aktivitas senam lantai, khususnya di SMP

Negeri 17 Makassar. Hasil penelitian ini diharapkan pula menjadi referensi bagi guru-guru PJOK dalam mengembangkan model pembelajaran inovatif yang relevan dengan karakteristik siswa sekolah menengah pertama.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research (CAR)* yang bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui penerapan model *Problem-Based Learning (PBL)*. Menurut Kemmis dan McTaggart (2018), penelitian tindakan dilakukan melalui siklus spiral yang terdiri atas empat tahap utama, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Model ini dipilih karena mampu memberikan solusi langsung terhadap permasalahan pembelajaran yang terjadi di kelas secara kolaboratif antara guru dan peneliti.

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 17 Makassar, Kecamatan Tamalanrea, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan, selama dua bulan yaitu pada Februari hingga Maret 2025. Sekolah ini dipilih karena berdasarkan observasi awal, siswa masih menunjukkan kreativitas gerak yang rendah dalam pembelajaran senam lantai. Subjek penelitian adalah 28 siswa kelas VIII-B yang terdiri atas 16 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Kelas ini dipilih secara purposive karena mewakili kondisi pembelajaran yang memerlukan inovasi model pengajaran untuk meningkatkan kreativitas siswa.

Setiap siklus penelitian terdiri dari empat tahap kegiatan. Pada tahap perencanaan, peneliti dan guru PJOK menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) berbasis PBL, menyiapkan media pembelajaran dan instrumen observasi. Tahap pelaksanaan tindakan dilakukan dengan menerapkan pembelajaran berbasis masalah yang menuntut siswa memecahkan persoalan gerak, seperti menciptakan rangkaian senam lantai yang variatif dan harmonis. Menurut Arends (2022), PBL dapat mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreatif, serta kolaboratif melalui pemecahan masalah kontekstual. Tahap observasi digunakan untuk menilai keterlibatan siswa, kerja sama kelompok, dan tingkat kreativitas gerak, sedangkan tahap refleksi dilakukan untuk mengevaluasi hasil tindakan dan merencanakan perbaikan pada siklus berikutnya. Instrumen penelitian terdiri atas lembar observasi kreativitas gerak, tes praktik senam lantai, dan dokumentasi foto serta video

kegiatan pembelajaran. Aspek kreativitas yang diamati mengacu pada teori Beghetto dan Kaufman (2019), yaitu kelancaran (*fluency*), keluwesan (*flexibility*), keaslian (*originality*), dan elaborasi (*elaboration*). Penilaian dilakukan secara individual berdasarkan rubrik yang telah divalidasi oleh ahli pendidikan jasmani.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, tes praktik, dan wawancara singkat dengan siswa serta guru. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif digunakan untuk menghitung peningkatan hasil belajar dan ketuntasan siswa, sedangkan analisis kualitatif digunakan untuk menggambarkan perubahan perilaku, partisipasi, dan kreativitas siswa selama proses pembelajaran. Creswell & Creswell (2023), kombinasi data kuantitatif dan kualitatif dalam penelitian tindakan memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang lebih komprehensif terhadap perubahan perilaku belajar.

Analisis data dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu analisis kuantitatif deskriptif dan analisis kualitatif reflektif. Analisis kuantitatif digunakan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar dan kreativitas siswa melalui perhitungan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan belajar dengan rumus:

$$P = \frac{\text{Jumlah siswa yang tuntas}}{\text{Jumlah seluruh siswa}} \times 100\%$$

Kriteria keberhasilan tindakan ditetapkan apabila minimal 85% siswa mencapai nilai ≥ 75 dalam aspek kreativitas gerak, serta menunjukkan peningkatan keaktifan, kerja sama, dan keberanian dalam mengeksplorasi gerakan senam lantai. Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa penerapan model *Problem-Based Learning* efektif dalam meningkatkan kreativitas gerak siswa di SMP Negeri 17 Makassar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus untuk mengetahui peningkatan kreativitas gerak siswa melalui penerapan model *Problem-Based Learning* (PBL). Penilaian dilakukan berdasarkan empat indikator kreativitas, yaitu kelancaran (*fluency*), keluwesan (*flexibility*), keaslian (*originality*), dan elaborasi (*elaboration*), mengacu pada teori Beghetto dan Kaufman (2019).

a. Hasil Siklus I

Pada siklus I, guru memperkenalkan konsep PBL dan memberikan masalah sederhana berupa “bagaimana membuat rangkaian senam lantai dengan tiga gerakan dasar yang harmonis.” Siswa mulai beradaptasi dengan model baru, tetapi masih banyak yang pasif dan bergantung pada instruksi guru. Hasil observasi kreativitas gerak siswa pada siklus I dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Observasi Kreativitas Gerak Siswa Siklus I

No	Aspek Kreativitas	Nilai Rata-rata	Keterangan
1	Kelancaran (Fluency)	72.5	Cukup
2	Keluwesan (Flexibility)	73.2	Cukup
3	Keaslian (Originality)	75.4	Baik
4	Elaborasi (Elaboration)	76	Baik
	Rata-rata keseluruhan	74.28	Cukup

Dari 28 siswa, sebanyak 19 siswa (67,8%) mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM \geq 75), sedangkan 9 siswa (32,2%) belum tuntas. Nilai rata-rata kelas sebesar 74,28 menunjukkan bahwa pembelajaran dengan model PBL mulai memberi pengaruh positif, meskipun hasilnya belum optimal. Permasalahan utama yang ditemukan pada siklus I adalah kurangnya keaktifan siswa dalam mengemukakan ide gerak, keterbatasan dalam transisi antar gerakan, serta rendahnya keberanian menampilkan hasil kerja kelompok.

b. Hasil Siklus II

Perbaikan dilakukan pada siklus II dengan menambahkan sesi *brainstorming gerak*, memperjelas peran antar anggota kelompok, dan memberikan waktu lebih banyak untuk eksplorasi ide. Guru juga menampilkan contoh video senam lantai kreatif agar siswa mendapatkan inspirasi gerak yang lebih variatif. Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada semua aspek kreativitas seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Observasi Kreativitas Gerak Siswa Siklus II

No	Aspek Kreativitas	Nilai Rata-rata	Keterangan
1	Kelancaran (Fluency)	86.8	Baik

2	Keluwesanan (Flexibility)	88.2	Baik
3	Keaslian (Originality)	87.4	Baik
4	Elaborasi (Elaboration)	86	Baik
	Rata-rata keseluruhan	87.1	Baik Sekali

Dari 28 siswa, 26 siswa (92,8%) mencapai ketuntasan belajar. Rata-rata nilai meningkat sebesar 12,82 poin dibandingkan dengan siklus I. Peningkatan ini menunjukkan bahwa model PBL efektif dalam meningkatkan kreativitas gerak siswa dalam pembelajaran senam lantai.

c. Peningkatan Nilai Kreativitas Siswa

Untuk memperjelas peningkatan dari siklus I ke siklus II, berikut disajikan hasil perbandingan rata-rata nilai kreativitas siswa dalam bentuk tabel dan diagram, sebagai berikut:

Tabel 3. Peningkatan Rata-rata Nilai Kreativitas Siswa

	Rata-rata Nilai	Persentase Ketuntasan
I	74,28	67,8%
II	87,10	92,8%

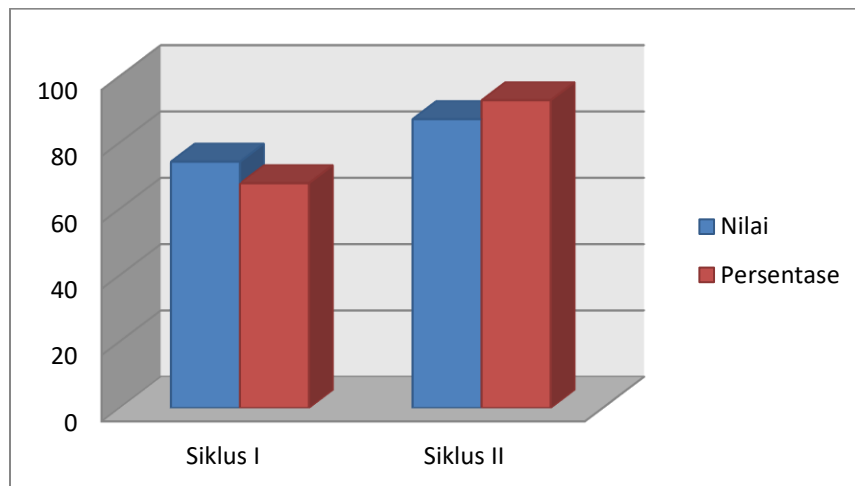


Diagram 1. Perbandingan hasil kreativitas siswa dari siklus I ke siklus II

Dari tabel 3 dan diagram 1, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada rata-rata nilai kreativitas siswa, dari 74,28 (cukup) pada siklus I menjadi 87,10 (baik sekali) pada siklus II. Selain itu, tingkat ketuntasan belajar meningkat dari 67,8% menjadi 92,8%, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu mengembangkan kreativitas gerak secara mandiri dan variatif.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model *Problem-Based Learning* efektif dalam meningkatkan kreativitas gerak siswa pada pembelajaran senam lantai di SMP Negeri 17 Makassar. Model PBL memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpikir kritis, menemukan solusi, dan mengekspresikan ide-ide baru melalui kegiatan fisik. Temuan ini sejalan dengan pendapat Arends (2022) yang menyatakan bahwa PBL mampu menumbuhkan kemampuan berpikir tingkat tinggi (*higher order thinking skills*) melalui proses eksplorasi dan pemecahan masalah yang bermakna.

Peningkatan kreativitas gerak siswa terjadi karena model PBL menempatkan siswa sebagai pusat kegiatan belajar. Siswa tidak lagi hanya meniru contoh dari guru, tetapi juga berperan aktif dalam menemukan variasi gerak yang baru. Hal ini sejalan dengan teori Beghetto dan Kaufman (2019) yang menjelaskan bahwa kreativitas dapat berkembang ketika siswa diberi ruang kebebasan untuk bereksperimen dan mengelola ide geraknya sendiri dalam lingkungan yang mendukung.

Dari aspek afektif, penerapan PBL juga meningkatkan kepercayaan diri dan kerja sama siswa. Selama pembelajaran, siswa dituntut berkomunikasi dan menyampaikan ide gerak kepada teman kelompoknya, yang pada akhirnya memperkuat aspek sosial dan emosional. Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian Mulyani & Suherman (2021) yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis masalah dalam pendidikan jasmani dapat menumbuhkan kemampuan kolaborasi, komunikasi, serta rasa tanggung jawab dalam kelompok.

Selain itu, aspek kognitif siswa juga meningkat, terlihat dari kemampuan mereka memahami konsep kesinambungan gerak, keseimbangan tubuh, dan estetika dalam senam lantai. Menurut Gallagher et al. (2020), pembelajaran berbasis masalah membantu siswa menghubungkan pengalaman praktis dengan pemahaman teoretis, sehingga mereka dapat menerapkan pengetahuan motorik secara lebih reflektif dan terarah.

Keterlibatan aktif siswa selama proses pembelajaran juga menunjukkan bahwa PBL efektif menciptakan suasana belajar yang bermakna dan menyenangkan. Siswa merasa dihargai karena ide mereka dijadikan bagian dari solusi, bukan sekadar mengikuti instruksi guru. Hal ini mendukung teori Vygotsky (dalam Joyce & Weil, 2021) bahwa proses belajar

yang interaktif dan sosial dapat mempercepat perkembangan kemampuan berpikir kreatif melalui zona perkembangan proksimal (*zone of proximal development*).

Dengan demikian, keberhasilan peningkatan kreativitas gerak siswa dalam penelitian ini tidak hanya disebabkan oleh penerapan teknik baru, tetapi juga karena adanya perubahan paradigma pembelajaran, dari *teacher-centered* menjadi *student-centered*. Guru berperan sebagai fasilitator yang menciptakan situasi belajar menantang, sedangkan siswa sebagai subjek yang aktif mengeksplorasi potensi geraknya.

Berdasarkan hasil dua siklus penelitian, penerapan *Problem-Based Learning* terbukti mampu meningkatkan nilai rata-rata kreativitas siswa dari 74,28 menjadi 87,10. Selain peningkatan nilai, terjadi pula perubahan sikap siswa yang lebih berani, percaya diri, dan mampu berpikir kritis terhadap tugas gerak yang diberikan. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model *Problem-Based Learning* tidak hanya meningkatkan hasil belajar siswa secara kuantitatif, tetapi juga membentuk sikap kreatif, percaya diri, dan kolaboratif. Dengan demikian, penerapan PBL dalam pembelajaran senam lantai dapat menjadi alternatif strategis bagi guru pendidikan jasmani untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna, kontekstual, dan inspiratif bagi siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan di SMP Negeri 17 Makassar, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis masalah (*Problem-Based Learning*) efektif dalam meningkatkan kreativitas gerak siswa pada aktivitas senam lantai. Melalui penerapan PBL, siswa menjadi lebih aktif, percaya diri, dan berani mengeksplorasi berbagai variasi gerak yang orisinal dan menarik. Peningkatan rata-rata nilai kreativitas dari 74,28 pada siklus I menjadi 87,10 pada siklus II, serta ketuntasan belajar dari 67,8% menjadi 92,8%, menunjukkan keberhasilan model ini dalam menciptakan pembelajaran yang lebih bermakna dan kolaboratif. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar guru pendidikan jasmani menggunakan model PBL sebagai alternatif strategi pembelajaran yang mendorong keterlibatan aktif dan pengembangan kreativitas siswa, khususnya dalam kegiatan yang menuntut eksplorasi gerak seperti senam lantai. Sekolah juga diharapkan mendukung penerapan model pembelajaran

inovatif dengan menyediakan fasilitas dan waktu yang memadai, sementara penelitian selanjutnya dapat mengkaji efektivitas PBL pada cabang olahraga lain atau konteks pembelajaran jasmani yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th ed.). McGraw-Hill.
- Arends, R. I. (2022). *Belajar untuk mengajar: Model-model pembelajaran inovatif*. Jakarta: Kencana.
- Beghetto, R. A., & Kaufman, J. C. (2019). *Nurturing creativity in the classroom*. Cambridge University Press.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- Diedrich, P. (2010). The role of creativity in physical education learning. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(3), 44–52.
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2003). *Developmental physical education for all children* (5th ed.). Human Kinetics.
- Gallagher, K., McKinney, S., & Sullivan, P. (2020). Problem-based learning and creative movement in physical education. *Journal of Pedagogical Research*, 4(2), 112–125.
- Joyce, B., & Weil, M. (2011). *Models of teaching* (9th ed.). Pearson Education.
- Joyce, B., Weil, M., & Calhoun, E. (2021). *Models of teaching* (10th ed.). Pearson.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2018). *The action research planner: Doing critical participatory action research*. Springer.
- Mulyani, N., & Suherman, A. (2021). Pembelajaran berbasis masalah dalam pendidikan jasmani untuk meningkatkan kemampuan kolaborasi siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(2), 85–94.