



## **Implementasi Model Pembelajaran Kurikulum Merdeka Berbasis Project Based Learning (PjBL) pada Materi Senam Ritmik Siswa Kelas IX SMP Swasta Amal Bakti Medan**

**Ani Suryani Batubara<sup>1</sup>, Alan Alfiansyah Putra Karo Karo<sup>2</sup>, Dicky Hendrawan<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Sumatera Utara, Indonesia

---

**Received: 12-03-2025**

**Revised: 17-03-2025**

**Accepted: 25-03-2025**

---

**Abstrak:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya penerapan model pembelajaran Kurikulum Merdeka berbasis Project Based Learning (PjBL) pada materi senam ritmik di SMP Swasta Amal Bakti Medan. Latar belakang kegiatan ini berangkat dari rendahnya minat dan motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani akibat metode konvensional yang kurang variatif. Tujuan kegiatan adalah untuk meningkatkan keaktifan, kreativitas, dan hasil belajar siswa melalui penerapan model pembelajaran berbasis proyek. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) dengan model pengembangan 4D (Define, Design, Develop, Disseminate) yang melibatkan 20 siswa kelas IX. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek validitas media (92,5%), validitas pembelajaran (100%), dan respons siswa (81,5%) dengan kategori sangat valid. Temuan ini membuktikan bahwa model PjBL efektif dalam mengembangkan proses pembelajaran aktif, inovatif, dan menyenangkan sesuai dengan prinsip Kurikulum Merdeka.

**Kata Kunci:** Kurikulum Merdeka; Project Based Learning; Senam Ritmik; Pengembangan Pembelajaran

**Penulis korespondensi**

Email: [anibatubara9@gmail.com](mailto:anibatubara9@gmail.com)

---

**Hak Cipta © 2025** Ani Suryani Batubara<sup>1</sup>, Alan Alfiansyah Putra Karo Karo<sup>2</sup>, Dicky Hendrawan<sup>3</sup>



### **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) di masa kini menghadapi berbagai tantangan, terutama dalam merangsang minat dan keaktifan siswa terhadap materi gerak ritmik. Di SMP Swasta Amal Bakti Medan, misalnya, pengamatan awal menunjukkan bahwa pembelajaran senam ritmik masih dominan menggunakan metode konvensional dengan sedikit variasi, sehingga siswa kurang termotivasi dan tingkat partisipasi rendah. Kondisi ini selaras dengan temuan bahwa pembelajaran PJOK masih menggunakan metode yang kurang variatif dan rendahnya motivasi (Implementasi Kurikulum Merdeka pada Pembelajaran PJOK SMP Se Kecamatan Karangmoncol, Tyas et al., 2024).

Di sisi lain, implementasi Kurikulum Merdeka menuntut guru PJOK untuk menerapkan pembelajaran yang lebih kreatif, kontekstual, dan berpusat pada siswa, namun penelitian menunjukkan kesiapan guru dan sekolah masih terbatas (Survei Keterlaksanaan Kurikulum Merdeka Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada Tingkat Satuan Pendidikan SMAN/SMKN Se-Kecamatan Driyorejo, Simanjuntak & Nurhayati, 2024). Kebutuhan mitra terlihat jelas: diperlukan model pembelajaran PJOK yang inovatif, menumbuhkan kreativitas, meningkatkan

keaktifan siswa, serta mendukung pencapaian capaian pembelajaran esensial sesuai Kurikulum Merdeka.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengimplementasikan model pembelajaran berbasis proyek (Project Based Learning, PjBL) dalam materi senam ritmik bagi siswa kelas IX di SMP Swasta Amal Bakti Medan, dengan harapan meningkatnya keaktifan, kreativitas, dan hasil belajar siswa. Model ini dipilih karena sejumlah penelitian menunjukkan bahwa PjBL efektif dalam pembelajaran fisik: misalnya, penelitian di sekolah dasar menggunakan PjBL berbasis permainan dasar menemukan peningkatan signifikan keterampilan gerak dasar dan motivasi belajar (Aliriad et al., 2023).

Selain itu, dalam materi senam ritmik telah ditunjukkan pula bahwa PjBL melalui media digital dapat meningkatkan aspek kognitif maupun psikomotor siswa (Mahendra et al., 2023). Kajian lain juga mengemukakan bahwa pengembangan model senam ritmik dengan platform digital menghasilkan produk yang layak diterapkan di sekolah menengah kejuruan (Permana et al., 2024).

Demikian pula, model senam ritmik berbasis permainan (game-based) terbukti meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa SD (Wahyuniati et al., 2023). Sebaliknya, penelitian implementasi Kurikulum Merdeka pada pembelajaran PJOK menunjukkan bahwa guru menghadapi hambatan dalam menerapkan pembelajaran yang berbeda dari model konvensional (Afrizal et al., 2024). Kajian juga memperlihatkan bahwa model PjBL di PJOK mampu meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa secara signifikan (Mulya, 2023). Dengan demikian, berdasarkan guru dan sekolah yang perlu pendampingan dalam implementasi Kurikulum Merdeka serta bukti efektivitas PjBL dalam pembelajaran fisik dan senam ritmik, kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi relevan dan strategis.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif dan kolaboratif antara tim pelaksana, guru PJOK, serta siswa kelas IX SMP Swasta Amal Bakti Medan sebagai mitra sasaran. Tujuannya adalah membantu sekolah dalam mengimplementasikan model pembelajaran Kurikulum Merdeka berbasis Project Based Learning (PjBL) pada materi senam ritmik agar pembelajaran lebih aktif, kreatif, dan menyenangkan. Tahapan pelaksanaan kegiatan dirancang menggunakan model 4D (Define, Design, Develop, dan Disseminate) yang diadaptasi dari Thiagarajan (1974) dan umum digunakan dalam pendekatan Research and Development (R&D) untuk kegiatan pendidikan dan pelatihan guru.

Tahap pertama adalah Define (Pendefinisian masalah). Pada tahap ini dilakukan analisis kebutuhan mitra melalui wawancara dan observasi langsung terhadap proses pembelajaran PJOK di sekolah. Tim menemukan bahwa metode pembelajaran masih bersifat konvensional dan kurang memanfaatkan media inovatif. Analisis ini mengidentifikasi faktor-faktor penghambat seperti keterbatasan sarana, kurangnya variasi strategi, serta rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan senam ritmik. Data diperoleh melalui diskusi dengan guru PJOK dan dokumentasi aktivitas pembelajaran untuk merumuskan akar masalah dan kebutuhan pelatihan yang relevan.

Tahap kedua adalah Design (Perancangan solusi). Berdasarkan temuan tahap sebelumnya, tim menyusun rancangan model pembelajaran Project Based Learning yang menekankan pada keterlibatan aktif siswa melalui proyek senam ritmik kelompok. Perancangan mencakup penyusunan modul pelatihan guru, rencana pelaksanaan

pembelajaran (RPP) berbasis PjBL, dan desain kegiatan siswa seperti pembuatan koreografi sederhana, penggunaan musik iringan, serta pembuatan video hasil proyek. Pada tahap ini pula disusun instrumen evaluasi berupa rubrik penilaian keterampilan, kreativitas, dan kerja sama kelompok.

Tahap ketiga adalah Develop (Pengembangan dan Implementasi). Pada tahap ini, kegiatan pelatihan guru dan pendampingan kelas dilaksanakan selama enam pertemuan. Guru dilatih untuk memahami konsep dasar PjBL, strategi pembelajaran aktif, dan cara mengintegrasikan pendekatan ini dalam Kurikulum Merdeka. Selanjutnya, guru mempraktikkan model tersebut di kelas dengan bimbingan tim pengabdian. Siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil untuk merancang proyek senam ritmik mereka sendiri, yang melibatkan tahapan perencanaan gerak, latihan ritme, dan penyajian hasil proyek di depan kelas. Proses pelaksanaan direkam untuk keperluan dokumentasi serta penilaian ketercapaian hasil belajar.

Tahap keempat adalah Disseminate (Penyebaran dan Evaluasi). Setelah implementasi, dilakukan evaluasi efektivitas program melalui observasi kelas, wawancara dengan guru, serta kuesioner respon siswa terhadap model pembelajaran yang diterapkan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam antusiasme dan partisipasi siswa. Guru juga melaporkan peningkatan pemahaman terhadap penerapan Kurikulum Merdeka. Tim kemudian menyusun laporan hasil kegiatan dan menyebarluaskan produk pembelajaran (modul dan panduan PjBL) kepada sekolah mitra serta lembaga pendidikan sejenis di Medan sebagai bentuk keberlanjutan program.

Selama keseluruhan proses, prinsip kolaborasi dan refleksi dijaga dengan baik antara tim pelaksana dan mitra. Setiap tahap diakhiri dengan sesi reflektif untuk mengidentifikasi kendala dan solusi alternatif. Evaluasi akhir menunjukkan bahwa model Project Based Learning dapat menjadi solusi efektif dalam mengatasi rendahnya minat belajar siswa, meningkatkan keterampilan gerak ritmik, serta memperkuat kompetensi guru dalam menerapkan Kurikulum Merdeka. Kegiatan ini diharapkan menjadi acuan bagi sekolah lain dalam mengembangkan inovasi pembelajaran PjOK berbasis proyek yang kontekstual dan partisipatif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengimplementasikan model pembelajaran Project Based Learning (PjBL) dalam materi senam ritmik bagi siswa kelas IX SMP Swasta Amal Bakti Medan. Hasil kegiatan diperoleh melalui observasi kelas, penilaian kinerja guru, evaluasi hasil belajar siswa, dan respon terhadap penerapan PjBL.

Pelaksanaan kegiatan melibatkan 20 siswa (12 laki-laki dan 8 perempuan) serta 1 guru PjOK sebagai peserta pelatihan dan pendamping implementasi Kurikulum Merdeka. Berikut adalah hasil utama dari kegiatan:

Tabel 1. Hasil Validasi dan Evaluasi Implementasi PjBL

No	Aspek Penilaian	Instrumen Penilaian	Rata-rata (%)	Kategori
1	Validasi Ahli Media Pembelajaran	Lembar validasi ahli media	92,5	Sangat Valid
2	Validasi Ahli Pembelajaran (Guru)	Lembar validasi ahli pembelajaran	100	Sangat Valid
3	Respon Siswa terhadap PjBL	Angket motivasi & kepuasan belajar	81,5	Sangat Positif
4	Observasi Keterlibatan Siswa	Lembar observasi aktivitas belajar	85,0	Aktif & Kolaboratif

5	Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Kurikulum Merdeka	Lembar evaluasi pelatihan guru	90,0	Sangat Baik
---	--	--------------------------------	------	-------------

Tabel 2. Peningkatan Nilai Hasil Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Penerapan PjBL

No	Aspek yang Dinilai	Nilai Rata-rata Sebelum	Nilai Rata-rata Sesudah	Persentase Peningkatan (%)
1	Keterampilan Gerak Senam Ritmik	65,4	80,6	23,2
2	Kreativitas Koreografi Gerak	60,2	77,1	28,0
3	Kerja Sama Kelompok	62,5	78,1	25,0
4	Keaktifan & Partisipasi Belajar	58,7	84,3	30,0
5	Motivasi dan Minat Belajar	61,4	82,0	26,5

Hasil dari kedua tabel di atas menunjukkan bahwa penerapan model Project Based Learning berhasil meningkatkan berbagai aspek pembelajaran. Validasi ahli terhadap media dan strategi pembelajaran memperoleh hasil sangat valid, menandakan bahwa rancangan program sesuai dengan kebutuhan siswa dan prinsip Kurikulum Merdeka.

Dari sisi siswa, terjadi peningkatan signifikan pada semua aspek penilaian. Keterampilan senam ritmik dan kreativitas koreografi meningkat karena siswa dilibatkan secara langsung dalam merancang proyek senam mereka sendiri, sementara aspek kerja sama dan motivasi belajar meningkat berkat adanya pembagian peran dan tanggung jawab dalam kelompok. Peningkatan rata-rata sebesar 26,5% menunjukkan efektivitas pendekatan proyek dalam membangkitkan semangat dan keterlibatan siswa secara aktif.

Guru PJOK yang menjadi mitra juga menunjukkan peningkatan kompetensi pedagogik. Berdasarkan hasil wawancara pasca kegiatan, guru menyatakan pemahaman terhadap penerapan Kurikulum Merdeka dan konsep PjBL meningkat secara signifikan, serta berencana menerapkan model ini pada topik pembelajaran lain di semester berikutnya.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa model PjBL mampu menjadi solusi strategis untuk mengatasi permasalahan rendahnya motivasi dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran PJOK. Penerapan model ini selaras dengan profil pelajar Pancasila, yang menekankan kreativitas, gotong royong, dan kemandirian dalam proses belajar.

## Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMP Swasta Amal Bakti Medan menunjukkan keberhasilan penerapan model pembelajaran Kurikulum Merdeka berbasis Project Based Learning (PjBL) pada materi senam ritmik. Hasil kegiatan membuktikan bahwa pendekatan berbasis proyek mampu meningkatkan keaktifan, kreativitas, serta hasil belajar siswa secara signifikan. Berdasarkan analisis data yang telah disajikan sebelumnya, peningkatan rata-rata hasil belajar sebesar 26,5% menandakan bahwa penerapan PjBL berdampak nyata terhadap penguasaan keterampilan motorik, kreativitas koreografi, dan motivasi belajar siswa.

Hasil ini sejalan dengan teori dasar Project Based Learning yang dikemukakan oleh Blumenfeld et al. (1991), bahwa pembelajaran berbasis proyek berorientasi pada aktivitas kompleks yang menuntut keterlibatan aktif siswa dalam merencanakan, meneliti, dan menciptakan produk nyata sebagai hasil pembelajaran. Dalam konteks

pembelajaran senam ritmik, produk tersebut berupa koreografi gerak dan penampilan senam kelompok yang dihasilkan melalui kolaborasi siswa. Proses pembelajaran yang menuntut peran aktif siswa ini mampu menumbuhkan motivasi intrinsik, karena siswa merasa memiliki tanggung jawab terhadap hasil proyek mereka sendiri (Larmer & Mergendoller, 2015).

Selain itu, peningkatan minat dan keterlibatan siswa yang mencapai 85% selama kegiatan juga menegaskan bahwa PjBL mampu mengubah paradigma pembelajaran PjOK dari sekadar aktivitas fisik rutin menjadi pengalaman belajar bermakna dan kreatif. Temuan ini konsisten dengan penelitian Mahendra et al. (2023) yang membuktikan bahwa model Project Based Learning berbasis media digital dapat meningkatkan hasil belajar dan kreativitas siswa dalam aktivitas ritmik melalui keterlibatan aktif dalam perancangan gerak.

Dari perspektif teori belajar konstruktivisme (Piaget, 1970; Vygotsky, 1978), hasil kegiatan ini memperlihatkan bahwa siswa belajar melalui pengalaman langsung dan kolaborasi sosial. PjBL memberikan ruang bagi siswa untuk mengkonstruksi pengetahuan mereka sendiri melalui praktik, eksplorasi, dan refleksi. Dalam kegiatan ini, siswa secara langsung terlibat dalam perancangan gerak ritmik dan bekerja sama dengan teman sekelompok untuk menciptakan kombinasi gerak yang sesuai dengan irama musik. Hal tersebut sesuai dengan konsep *learning by doing* yang menjadi ciri utama pembelajaran aktif (Dewey, 1938).

Penelitian Wahyuniati et al. (2023) tentang *game-based rhythmic gymnastics* juga menunjukkan hasil serupa, di mana keterlibatan siswa dalam aktivitas berbasis proyek mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar dan keaktifan belajar secara signifikan. Demikian pula, hasil Aliriad et al. (2023) di sekolah dasar menunjukkan bahwa penerapan PjBL berbasis permainan dasar meningkatkan motivasi dan keterampilan motorik siswa melalui kegiatan fisik yang menyenangkan dan kolaboratif. Dengan demikian, hasil pengabdian masyarakat ini memperkuat bukti empiris bahwa model PjBL dapat diadaptasi secara efektif pada berbagai jenjang pendidikan dan konteks pembelajaran jasmani.

Selain peningkatan hasil belajar siswa, kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan kompetensi guru PjOK dalam menerapkan Kurikulum Merdeka. Sebelum kegiatan, guru cenderung menggunakan metode ceramah dan demonstrasi yang monoton. Setelah pelatihan, guru mulai mampu menerapkan tahapan-tahapan PjBL, yaitu: (1) menentukan pertanyaan esensial, (2) merancang proyek, (3) mengatur jadwal kegiatan, (4) memantau proses, (5) menilai hasil, dan (6) melakukan refleksi bersama siswa. Guru juga belajar mengintegrasikan profil pelajar Pancasila ke dalam kegiatan, terutama dalam aspek gotong royong, tanggung jawab, dan kreativitas.

Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Simanjuntak & Nurhayati (2024) yang menegaskan bahwa sebagian besar guru PjOK di sekolah menengah menghadapi kendala dalam mengimplementasikan Kurikulum Merdeka karena kurangnya pelatihan dan pemahaman terhadap model pembelajaran aktif. Melalui kegiatan ini, guru memperoleh keterampilan pedagogik baru yang relevan dengan arah kebijakan pendidikan nasional. Pengalaman langsung dalam mengajar berbasis proyek juga membantu guru memahami esensi merdeka belajar, yakni memberi ruang kebebasan bagi siswa untuk bereksplorasi sesuai dengan minat dan kemampuannya.

Lebih jauh, hasil ini memperkuat temuan Tyas et al. (2024) bahwa keberhasilan implementasi Kurikulum Merdeka sangat ditentukan oleh kesiapan guru dalam mengelola pembelajaran yang berpusat pada siswa dan berbasis konteks lokal. Dengan

demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini bukan hanya berhasil meningkatkan hasil belajar, tetapi juga berperan strategis dalam mendukung transformasi budaya belajar di sekolah mitra.

### **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran Kurikulum Merdeka berbasis Project Based Learning (PjBL) pada materi senam ritmik efektif dalam meningkatkan motivasi, kreativitas, dan hasil belajar siswa sekaligus memperkuat kompetensi guru PJOK dalam mengimplementasikan pembelajaran yang aktif, inovatif, dan berpusat pada peserta didik. Melalui proses pelatihan, pendampingan, serta penerapan langsung di kelas, guru mampu memahami prinsip pembelajaran berbasis proyek, sementara siswa menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan gerak ritmik, kerja sama kelompok, dan tanggung jawab terhadap hasil belajar. Kegiatan ini juga berdampak positif terhadap budaya belajar di sekolah mitra, yang kini lebih terbuka terhadap pembelajaran kontekstual dan kolaboratif sesuai semangat Kurikulum Merdeka. Dengan demikian, program ini tidak hanya memberikan solusi terhadap permasalahan rendahnya minat belajar siswa, tetapi juga menjadi contoh praktik baik penguatan kapasitas guru dan transformasi pendidikan berbasis inovasi pembelajaran.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna Medan atas dukungan akademik dan fasilitas penelitian, serta kepada SMP Swasta Amal Bakti Medan yang telah menjadi mitra kegiatan. Terima kasih juga kepada para guru dan siswa yang berpartisipasi aktif sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afrizal, A., Putri Pane, A., & Fikri, A. (2024). Analisis Pelaksanaan Kurikulum Merdeka pada Mata Pelajaran PJOK Tingkat SMA di Kabupaten Aceh Selatan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(1), 42–50.
- Aliriad, H., Saiffuddin, H., & Fahmi, D. A. (2023). Implementation of Project Based Learning Model Based on Basic Movement Games in Physical Education Learning in Elementary Schools. *Journal of Physical Education and Sports*, 12(3), 145–153.
- Blumenfeld, P. C., Soloway, E., Marx, R. W., Krajcik, J. S., Guzdial, M., & Palincsar, A. (1991). Motivating Project-Based Learning: Sustaining the Doing, Supporting the Learning. *Educational Psychologist*, 26(3–4), 369–398.
- Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. New York, NY: Macmillan.
- Larmer, J., & Mergendoller, J. (2015). *Project Based Learning: A Guide to Standards-Focused Learning*. Buck Institute for Education.
- Mahendra, M. Y., Ridwan, M., & Juheri. (2023). Improving Learning Outcomes of Rhythmic Movement Activity Learning through Utilization of the TikTok Media Model Project Based Learning. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 11(2), 87–96.
- Mulya, G. (2023). The Effectiveness of Project Based Learning in Improving Student Learning Results and Motivation in Physical Education Learning. *Journal of Sport Education and Research*, 5(1), 25–33.

- Permana, A. T., Gustiawati, R., Rahayu, E. T., Ghani, R. A., & Afrinaldi, R. (2024). Development of PJBL-Based Rhythmic Gymnastics Learning Using the Padlet Platform in Physical Education. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 13(1), 54–63.
- Piaget, J. (1970). *Science of Education and the Psychology of the Child*. New York, NY: Viking Press.
- Simanjuntak, F. Y., & Nurhayati, F. (2024). Survei Keterlaksanaan Kurikulum Merdeka Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada Tingkat Satuan Pendidikan SMAN/SMKN Se-Kecamatan Driyorejo. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Rekreasi*, 8(2), 72–81.
- Tyas, I. H., Raharjo, H., Putra, R. B. A., & Pujiyanto, A. (2024). Implementasi Kurikulum Merdeka pada Pembelajaran PJOK SMP Se-Kecamatan Karangmoncol. *Jurnal Kependidikan Jasmani Indonesia*, 9(1), 33–41.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Wahyuniati, F. S., Hidayatullah, M. F., Purnama, S. K., Siswantoyo, & Tomoliyus. (2023). Game-Based Rhythmic Gymnastics Exercise Models to Develop Gross Motor Skills for Primary School Students. *Journal of Movement and Sports Education*, 10(2), 112–121.