

**IMPROVING THE STUDENTS' ACTIVE PARTICIPATION
AND LEARNING ACHIEVEMENT OF *PENDIDIKAN
KESEGERAN JASMANI***

Subarjana

Abstract

This research aimed at improving students' active participation in learning, minimizing mistakes in learning concept mastery, and improving the students' learning achievement. This action research employing the problem-based learning approach was done in three cycles in the *Pendidikan Kesegaran Jasmani* course in the D2-PGSD of Physic and Health Education study program, Department of Sport Education, Faculty of Health Sciences State University of Yogyakarta academic year of 2007/2008. Findings suggested that the implementation of the problem-based learning could improve students' active participation, mastery of learning materials, learning achievement, and ability to finish individual assignment.

Key words: *problem-based learning, group discussion*

PENINGKATAN KEAKTIFAN DAN HASIL BELAJAR MATA KULIAH PENDIDIKAN KESEGERAN JASMANI

Subarjana

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan mahasiswa dalam pembelajaran, mengurangi kesalahan penguasaan konsep pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar mahasiswa. Penelitian tindakan kelas pendekatan *problem based learning* berlangsung selama tiga siklus. Penelitian dilakukan pada mata kuliah Pendidikan Kesegaran Jasmani Program Studi D2-PGSD Penjaskes, Jurusan POR FIK-UNY, pada semester genap tahun ajaran 2007/2008. Disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran *problem based learning* dapat meningkatkan keaktifan, pemahaman materi, prestasi belajar, dan kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas individu.

Kata kunci: *problem based learning*, diskusi kelompok

Pendahuluan

Mutu pembelajaran, selain ditentukan oleh metode dan teknik yang dipilih oleh dosen, serta cara pengorganisasian siswa, juga sangat ditentukan oleh partisipasi siswa (Suparman, 2002: 1). Dalam proses pembelajaran, dosen biasanya menggunakan beberapa metode pembelajaran, misalnya ceramah, demonstrasi, penugasan, tanya jawab atau yang lainnya. Namun demikian, dosen harus tetap memilih pendekatan sistem pembelajaran yang mengarah pada pengelolaan individu dan menempatkan mahasiswa sebagai subjek yang harus merencanakan, menggali, menginterpretasikan, dan mengevaluasi hasil belajarnya sendiri. Dalam hal ini mahasiswa dituntut untuk berperan aktif, sedangkan dosen sebagai pengajar berperan sebagai fasilitator yang siap melayani kebutuhan belajar mahasiswa. Oleh karena itu, dosen harus mampu menciptakan *enjoyable learning* (situasi pembelajaran yang nyaman), mampu mendorong motivasi dan minat belajar sehingga mahasiswa mempunyai perhatian yang tinggi dalam pembelajaran tersebut.

Untuk mewujudkan sistem pembelajaran yang demikian itu tidaklah mudah, karena berbagai permasalahan selalu menyertai dinamika pendidikan. Dalam pembelajaran mata kuliah Pendidikan Kesegaran Jasmani mahasiswa PGSD Penjaskes berbagai permasalahan juga muncul. Berdasarkan pengamatan pada proses pembelajaran awal nampak bahwa respon mahasiswa untuk mengikuti pelajaran sangat kurang. Mahasiswa nampak kurang berkonsentrasi untuk mengikuti pembelajaran. Hal ini ditandai oleh kondisi mahasiswa yang sebagian duduk sambil berbincang-bincang dengan teman terdekatnya, ada sebagian lagi kelihatan mengantuk. Keaktifan mahasiswa juga sangat rendah. Jika diberi kesempatan untuk bertanya, mahasiswa tidak berani mengajukan pertanyaan ataupun menyampaikan pendapatnya. Kemandirian mahasiswa dalam mengerjakan tugas dari dosen juga kurang ditanggapi dengan baik.

Memperhatikan permasalahan-permasalahan tersebut, maka perlu segera dilakukan tindakan untuk mengatasinya agar kualitas pembelajaran bisa berjalan dengan baik dan akhirnya hasil belajar mahasiswa bisa

optimal. Tentu saja tindakan yang paling tepat adalah dengan menerapkan metode pembelajaran yang lain, yang sekiranya cocok untuk kondisi kelas saat itu. Penerapan metode pembelajaran *problem based learning* (pemecahan masalah) kiranya dipandang tepat karena metode ini dirancang lebih banyak melibatkan keaktifan dan kemandirian mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian tindakan kelas ini dirancang berdasarkan konsep konstruktivistik dalam pembelajaran, yakni dengan menerapkan model *problem based learning* dengan cara diskusi kelompok dan kerja mandiri untuk meningkatkan aktivitas dan kemandirian mahasiswa serta untuk mengurangi terjadinya kesalahan konsep dalam penguasaan materi, sehingga hasil belajar bisa meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) meningkatkan keaktifan mahasiswa dalam pembelajaran, (2) mengurangi kesalahan konsep pada penguasaan materi pembelajaran mahasiswa, dan (3) meningkatkan hasil belajar mahasiswa.

Problem based learning pada dasarnya merupakan model pembelajaran yang berfokus pada penyajian permasalahan (nyata atau simulasi) kepada mahasiswa, kemudian mahasiswa diminta mencari pemecahannya melalui serangkaian penelitian dan investigasi berdasarkan teori, konsep, prinsip yang dipelajarinya dari berbagai bidang ilmu (Pannen, 2001: 85). *Problem based learning* mengintegrasikan pembelajaran bidang ilmu dan keterampilan memecahkan masalah, memanfaatkan situasi yang kolaboratif, dan menekankan pada proses belajar untuk belajar dengan memberikan tanggung jawab maksimal kepada mahasiswa untuk menentukan proses belajarnya (Wilson dan Cole, 1996).

Problem based learning merupakan pendekatan pembelajaran yang berbeda dengan pendekatan pembelajaran tradisional yang pada pendekatan tradisional biasanya dosen sangat berperan. *Problem based learning* merupakan salah satu bentuk pembelajaran yang berlandaskan pada paradigma konstruktivisme yang sangat mementingkan mahasiswa dan berorientasi pada proses belajar mahasiswa (*student-centered learning*). Oleh karena itu, pemecahan masalah yang dapat menumbuhkan proses belajar mahasiswa secara kelompok maupun individual, merupakan ciri *problem based learning* (Pannen, 2001: 89).

Menurut Savoie dan Hughes (1994), *problem based learning* memiliki karakteristik-karakteristik sebagai berikut: (1) belajar dimulai dengan suatu permasalahan, (2) memastikan bahwa permasalahan diberikan berhubungan dengan dunia nyata, (3) mengorganisasikan pelajaran di seputar permasalahan, (4) memberikan tanggungjawab yang besar kepada siswa dalam membentuk dan menjalankan secara langsung proses belajar mereka sendiri, menggunakan kelompok kecil, dan (5) menuntut siswa untuk mendemonstrasikan apa yang telah mereka pelajari dalam bentuk penampilan. Menurut Wagiran (2007: 3) penggunaan strategi *problem-based learning* dalam pembelajaran memungkinkan terciptanya kondisi pembelajaran yang kondusif bagi siswa untuk belajar, bekerja sama secara efektif dalam interaksi belajar mengajar, dan guru memberikan pengarahan dan bimbingan kepada siswa. Dengan demikian peran siswa dan guru berjalan optimal.

Problem based learning sebagai salah satu bentuk pembelajaran yang konstruktivisme, merupakan salah satu alternatif pembelajaran yang dapat diterapkan dalam upaya mengatasi terjadinya miskonsepsi (Suparno, 2005). Dalam hal ini dosen dapat memberikan persoalan sesuai dengan topik yang hendak dipelajari, dan mahasiswa diminta untuk memecahkan persoalan itu baik secara kelompok maupun secara individual. Dengan mencermati hasil dialog atau hasil kuis yang diberikan pada akhir diskusi kelompok maka dosen dengan mudah dapat menentukan apakah mahasiswa mengalami miskonsepsi atau tidak.

Menurut Pannen (2001: 97) urutan pembelajaran yang menggunakan model *problem based learning* mempunyai dua tahapan inti, yaitu analisis pemecahan masalah secara kolaboratif dan belajar mandiri (*self-directed learning*). Analisis pemecahan masalah secara kolaboratif terjadi dengan cara mengelompokkan mahasiswa ke dalam kelompok kecil. Tahap selanjutnya adalah tahap belajar mandiri. Pada tahap ini mahasiswa terlibat dalam upaya pemanfaatan berbagai sumber informasi untuk mencari jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan yang dimunculkan. Sebagai fasilitator, dosen membantu pengembangan kemampuan bernalar dan menantang kemampuan bernalar mahasiswa. Dosen dapat mengevaluasi kedalaman pemahaman mahasiswa tentang permasalahan yang dipelajari. Dalam

penelitian ini yang dimaksud pembelajaran dengan pendekatan *problem based learning* adalah pembelajaran dengan cara pemecahan masalah melalui diskusi kelompok dan tugas mandiri.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, dengan pendekatan *problem based learning* berbasis diskusi dan tugas mandiri. Desain penelitian tindakan terdiri dari empat komponen yang merupakan suatu siklus dimulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini direncanakan berlangsung selama tiga siklus. Siklus pertama terdiri atas 4 kali tatap muka, siklus kedua terdiri 6 kali tatap muka dan siklus ketiga juga terdiri atas 6 kali tatap muka. Penelitian ini dilakukan pada mata kuliah Pendidikan Kesegaran Jasmani Program Studi D2-PGSD Penjaskes, Jurusan POR FIK-UNY, pada semester genap tahun ajaran 2007/2008, dengan jumlah mahasiswa 36 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi untuk mengadakan pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku mahasiswa secara langsung dalam satu kelompok atau individu, serta untuk mengetahui keaktifan mahasiswa. Untuk memudahkan pencatatan peneliti dibantu oleh seorang asisten. Keaktifan mahasiswa ditandai dengan frekuensi keterlibatan mahasiswa dalam bertanya atau menjawab pertanyaan selama kuliah berlangsung, partisipasi dalam kelas, dan perhatian terhadap perkuliahan. Untuk mengetahui pemahaman materi perkuliahan atau untuk mengetahui kesalahan interpretasi terhadap materi perkuliahan (miskonsepsi) dilakukan dengan cara tanya jawab (dialog) langsung pada setiap tatap muka dan melalui kuis pada akhir siklus. Untuk mengetahui kemampuan menyelesaikan tugas mandiri mahasiswa diberi tugas-tugas individu yang harus dikerjakan di luar jam kuliah. Untuk mengetahui hasil belajar dilakukan dengan cara tes tertulis. Data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada pertemuan pertama sampai keempat, dosen menyampaikan materi perkuliahan dengan metode ceramah dengan bantuan media komputer dan LCD proyektor. Sese kali mahasiswa diberi kesempatan untuk bertanya atau berpendapat, dan sese kali dosen memberikan pertanyaan kepada mahasiswa.

Gambaran situasi pada pertemuan pertama sampai keempat adalah mahasiswa bersifat pasif. Mahasiswa mengambil tempat duduk menggerombol dibelakang, meskipun di bagian depan masih banyak tempat duduk yang kosong. Sebagian mahasiswa terlihat mengantuk, dan sebagian mahasiswa berbincang-bincang dengan teman terdekatnya. Motivasi mahasiswa untuk memahami materi nampak rendah. Hal ini ditunjukkan ketika mahasiswa diberi kesempatan bertanya, setiap tatap muka hanya ada satu atau dua anak yang mengajukan pertanyaan, dan ketika diberi pertanyaan oleh dosen hanya mahasiswa yang ditunjuk dosen saja yang berani menjawab pertanyaan, sementara yang tidak ditunjuk, tidak ada keberanian menjawab pertanyaan dosen. Tugas individu belum dikerjakan secara optimum. Begitu juga dengan hasil belajar juga belum optimum.

Setelah dilakukan tindakan kelas melalui pendekatan pembelajaran *problem based learning* (pemecahan masalah) dengan diskusi kelompok serta memberi tugas-tugas mandiri, maka terjadilah peningkatan-peningkatan yang hasilnya sebagai berikut:

1. Siklus Pertama

a. Perencanaan

Putaran pertama ini direncanakan berlangsung 4 kali pertemuan. Pada putaran pertama ini mahasiswa dibagi menjadi 4 kelompok, sehingga setiap kelompok berisi 9 mahasiswa. Pembagian kelompok ditentukan oleh dosen berdasarkan nomor urut presensi. Setiap kelompok membahas materi yang sama. Untuk memperlancar jalannya diskusi setiap mahasiswa diminta menyiapkan bahan kuliah, baik dengan membaca diktat kuliah atau mencari pada buku-buku penunjang lainnya.

b. Pelaksanaan Tindakan

Untuk memperlancar jalannya kuliah dilakukan pembagian waktu sebagai berikut: 10 menit dosen memberi pengantar, 30 menit mahasiswa melakukan diskusi kelompok, 40 menit presentasi dengan bantuan transparansi dan pembahasan, dan 20 menit penguatan dosen. Setiap pertemuan ada satu kelompok untuk mempresentasikan karyanya dan dibahas bersama-sama oleh seluruh mahasiswa. Para mahasiswa yang tidak menyajikan makalah diminta memperhatikan penyajian makalah oleh kelompok penyaji, sambil membuat catatan-catatan kecil yang dianggap penting. Selanjutnya para mahasiswa secara bergantian diminta mengajukan pertanyaan atau pendapat kepada kelompok penyaji, dan kelompok penyaji menanggapi atas pertanyaan-pertanyaan tersebut. Pada akhir kuliah dosen memberikan pertanyaan kepada mahasiswa untuk mengetahui daya serap mahasiswa dan selanjutnya dosen memberi penguatan terhadap masalah-masalah yang sedang dibahas tersebut. Pada akhir siklus pertama ini mahasiswa diberi tugas individu. Untuk mengetahui penguasaan materi dan sekaligus kemampuan belajar mahasiswa pada siklus pertama ini, maka pada akhir siklus ini dosen menyampaikan kuis/soal ujian yang harus dikerjakan oleh mahasiswa.

c. Observasi

Pada tahap observasi ini, yang diamati adalah perilaku mahasiswa yang mencakup situasi kelas, dan keaktifan mahasiswa. Dosen mencatat kegiatan mahasiswa, apakah mahasiswa berperan aktif dalam diskusi kelompok, siapa yang bertanya dan siapa yang menjawab pertanyaan, baik bertanya kepada kelompok penyaji atau kepada dosen.

d. Hasil Evaluasi dan refleksi

Peran aktif mahasiswa mulai nampak dibandingkan perkuliahan dengan metode ceramah yang disampaikan dosen pada pertemuan-pertemuan sebelumnya. Beberapa mahasiswa sudah berani mengajukan pertanyaan, namun jumlah mahasiswa yang berani menjawab pertanyaan relatif lebih sedikit dibanding jumlah mahasiswa yang mengajukan

petanyaan. Dalam satu kelompok penyaji masih nampak ada mahasiswa yang kurang menguasai masalah, hal ini nampak ketika menjawab pertanyaan dari temannya kurang begitu fokus pada masalah yang dihadapi. Hal ini terjadi mungkin disebabkan jumlah mahasiswa dalam satu kelompok terlalu besar, sehingga tidak semua mahasiswa mau melibatkan diri dalam diskusi. Pemahaman terhadap materi perkuliahan lebih baik dari empat pertemuan pertama, namun demikian masih perlu ditingkatkan. Masih banyak mahasiswa yang mengumpulkan tugas tidak sesuai jadwal yang disepakati.

2. Siklus Kedua

a. Perencanaan

Pada siklus kedua ini mahasiswa dikelompokkan menjadi 6 kelompok, sehingga tiap kelompok terdiri atas 6 orang. Pembagian kelompok ditentukan oleh dosen. Tiap kelompok membahas permasalahan yang sama yang diberikan oleh dosen. Hasil diskusi kelompok dipresentasikan dan disimulasikan (dipraktikkan di lapangan). Selanjutnya, dibahas secara bersama-sama. Setiap kuliah mahasiswa diharapkan membawa buku sumber yang relevan.

b. Pelaksanaan Tindakan

Sebelum diskusi kelompok dilakukan, terlebih dahulu selama 10 menit dosen menjelaskan materi yang harus didiskusikan atau masalah yang harus dipecahkan. Diskusi kelompok dilakukan selama kurang lebih 20 menit. Tiap kelompok harus membuat catatan-catatan hasil diskusi. Satu kelompok diminta mempraktekan di lapangan. Waktu yang diperlukan untuk simulasi adalah 30 menit. Setelah itu selama 20 menit dilakukan pembahasan secara bersama-sama. Selama praktek semua mahasiswa yang tidak melakukan simulasi dimohon mengamati dan mencatat hal-hal yang dianggap perlu untuk ditanyakan atau didiskusikan kembali. Selanjutnya, selama 20 menit dosen membuka kesempatan tanya jawab bagi mahasiswa

terhadap materi yang sedang dibahas dan memberi penguatan. Pada akhir siklus kedua ini mahasiswa diberi tugas mandiri (individu) yang harus dikerjakan di rumah. Untuk mengetahui kemampuan belajar pada siklus kedua ini, maka pada akhir siklus ini dosen menyampaikan kuis/soal ujian yang harus dikerjakan oleh mahasiswa.

c. Observasi

Dosen mencatat keaktifan mahasiswa sepanjang proses pembelajaran. Dosen mencatat kegiatan mahasiswa, apakah mahasiswa berperan aktif dalam diskusi kelompok, dan dalam kegiatan simulasi, siapa yang bertanya dan siapa yang menjawab pertanyaan, baik bertanya kepada kelompok penyaji atau kepada dosen.

d. Evaluasi dan refleksi

Peran aktif mahasiswa nampak lebih baik dari pada siklus sebelumnya. Beberapa mahasiswa sudah berani mengajukan pertanyaan, namun jumlah mahasiswa yang berani menjawab pertanyaan relatif lebih sedikit dibanding jumlah mahasiswa yang mengajukan pertanyaan. Sebagian mahasiswa belum dapat mengumpulkan tugas individu sesuai dengan jadwal yang sudah disepakati. Dalam kegiatan simulasi sebagian mahasiswa nampak kurang kompak, hal ini mungkin disebabkan pembagian kelompok yang tidak sesuai dengan keinginan hatinya.

3. Siklus III

a. Perencanaan

Pada siklus ketiga ini kegiatan hampir sama dengan siklus kedua, kecuali pembagian kelompok ditentukan oleh mahasiswa. Setiap kelompok terdiri atas 6 mahasiswa. Pada siklus ketiga ini permasalahan yang harus dikaji berupa studi kasus. Setiap kelompok membahas kasus yang sama. Selain itu setiap mahasiswa juga harus menyelesaikan tugas mandiri.

b. Pelaksanaan Tindakan

Seperti pada siklus kedua, pada siklus ketiga ini pada awal tatap muka selama 10 menit dosen menyampaikan kasus-kasus yang terjadi di lapangan untuk didiskusikan oleh kelompok. Diskusi kelompok dilakukan selama kurang lebih 20 menit. Satu kelompok diminta mempraktikkan di lapangan dengan waktu kurang lebih 30 menit. Setelah itu dilakukan pembahasan secara bersama-sama. Mahasiswa yang tidak melakukan simulasi diminta mencatat hal-hal yang dianggap penting untuk ditanyakan atau didiskusikan. Setelah selesai simulasi dilanjutkan pembahasan, dengan durasi waktu kurang lebih selama 20 menit. Diakhir perkuliahan dosen membuka dialog dan selanjutnya memberi penguatan terhadap masalah yang dipelajari tersebut. Pada akhir siklus ketiga ini mahasiswa diberi tugas mandiri (individu) yang harus dikerjakan di rumah. Untuk mengetahui kemampuan belajar pada siklus ketiga ini, maka pada akhir siklus ini dosen menyampaikan kuis/soal ujian yang harus dikerjakan oleh mahasiswa.

c. Observasi

Pada siklus ketiga ini dosen tetap melakukan pencatatan berbagai kegiatan mahasiswa baik secara kelompok maupun individu, serta memberi penguatan seperlunya. Apakah mahasiswa berperan aktif dalam diskusi kelompok, dan dalam kegiatan simulasi, siapa yang bertanya dan siapa yang menjawab pertanyaan, baik bertanya kepada kelompok penyaji atau kepada dosen.

d. Evaluasi Hasil

Peran aktif mahasiswa lebih baik dari pada pada siklus kedua. Mahasiswa yang berani mengajukan pertanyaan lebih banyak dari pada siklus sebelumnya, demikian juga jumlah mahasiswa yang berani menjawab pertanyaan juga relatif lebih banyak dibanding siklus sebelumnya. Mahasiswa nampak serius dan tertantang untuk menyelesaikan tugas mandiri, yang berupa penyelesaian kasus. Kelompok diskusi nampak lebih kompak, hal ini mungkin disebabkan pembagian kelompok yang ditentukan sendiri oleh mahasiswa.

Secara kuantitatif hasil penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Keaktifan Mahasiswa

Keaktifan mahasiswa pada 4 tatap muka pertama dengan pendekatan pembelajaran secara tradisioal diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: (1) rata-rata mahasiswa yang terlibat aktif mendengarkan dan mencatat ada 19 orang (52,7%), (2) bertanya pada dosen atau teman mahasiswa ada 3 orang (8,3%), (3) menjawab pertanyaan dosen atau teman sendiri ada 2 orang (5,6%).

Pada siklus I dari rangkaian penelitian tindakan kelas ini keaktifan mahasiswa mulai nampak nyata. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) rata-rata jumlah mahasiswa yang mendengarkan dan aktif mencatat ada 24 orang (66,7%), (2) bertanya pada dosen atau teman mahasiswa ada 16 orang (44,4%), (3) menjawab pertanyaan dosen atau teman sendiri ada 9 orang (25,0%), dan (4) yang berperan aktif dalam diskusi kelompok rata-rata ada 22 orang (61,1%).

Pada siklus II, hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) rata-rata jumlah mahasiswa yang mendengarkan dan aktif mencatat ada 34 orang (94,4%), (2) bertanya pada dosen atau teman mahasiswa ada 20 orang (56,6%), (3) menjawab pertanyaan dosen atau teman sendiri ada 18 orang (50,0%), dan (4) yang berperan aktif dalam diskusi kelompok rata-rata ada 28 orang (77,8%).

Sementara itu, pada akhir penelitian tindakan kelas ini, yaitu pada siklus ke III, hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) rata-rata jumlah mahasiswa yang mendengarkan dan aktif mencatat ada 34 orang (94,4%), (2) bertanya pada dosen atau teman mahasiswa ada 24 orang (66,7%), (3) menjawab pertanyaan dosen atau teman sendiri ada 18 orang (50,0%), dan (4) yang berperan aktif dalam diskusi kelompok rata-rata ada 30 orang (83,3%).

2. Penyelesaian Tugas Individu

Kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas individu yang harus dikerjakan di rumah pada 4 kali tatap muka pertama jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu ada 24 orang (66,6%) dengan rincian perolehan nilai tertinggi 62, nilai terendah 40 dan nilai rata-

rata mencapai 54. Pada siklus I, jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu ada 25 orang (69,4%) dengan rincian perolehan nilai tertinggi 76, nilai terendah 60 dan nilai rata-rata mencapai 62. Sedangkan pada siklus II, jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu ada 30 orang (83,3%) dengan rincian perolehan nilai tertinggi 80, nilai terendah 56 dan nilai rata-rata 65,5. Sementara itu, pada siklus III, jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu ada 32 orang (88,9%) dengan rincian perolehan nilai tertinggi 80, nilai terendah 60 dan nilai rata-rata 74,3.

3. Hasil Ujian

Hasil ujian yang datanya diperoleh melalui tes tulis, pada akhir kuliah pada 4 kali tatap muka pertama, perolehan nilai tertinggi 66, nilai terendah 50 dan nilai rata-rata mencapai 58. Pada siklus I perolehan nilai tertinggi 80, nilai terendah 56 dan nilai rata-rata mencapai 65,7. Pada siklus II, perolehan nilai tertinggi 81, nilai terendah 64 dan nilai rata-rata 73,9. Sementara itu, pada siklus III, perolehan nilai tertinggi 84, nilai terendah 60 dan nilai rata-rata 75,1.

Prinsip dasar pembelajaran *problem based learning* bukan sekedar transfer gagasan dari dosen kepada mahasiswa, melainkan lebih banyak melibatkan keaktifan dan kemandirian mahasiswa, sehingga mahasiswa tidak hanya pasif mendengarkan dan mencatat, tetapi bisa aktif terlibat langsung dalam proses pembelajaran. Penelitian tindakan kelas ini dirancang untuk meningkatkan aktivitas dan kemandirian mahasiswa serta untuk mengurangi terjadinya kesalahan konsep dalam penguasaan materi, sehingga hasil belajar bisa meningkat. Oleh karena itu, pembelajaran *problem based learning* dirancang dengan cara mengajak mahasiswa belajar secara berkelompok dan kerja mandiri, sehingga mahasiswa akan aktif mencari informasi untuk memecahkan masalah, dengan jalan mendiskusikan masalah tersebut pada kelompok kecil, sehingga dalam proses ini mahasiswa terlibat untuk mengajukan pertanyaan, atau menjawab pertanyaan teman sendiri dan selanjutnya mahasiswa akan lebih bisa

mandiri untuk berpikir lebih nalar, sehingga kesalahan konsep dalam menguasai materi menjadi lebih kecil, dan hasil belajar lebih baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran melalui pendekatan *problem based learning* dengan berbasis diskusi dapat meningkatkan keaktifan mahasiswa dan akhirnya dapat meningkatkan hasil belajar. Keaktifan mahasiswa yang meliputi kegiatan mendengarkan dan mencatat, bertanya pada dosen atau teman mahasiswa, menjawab pertanyaan dosen atau teman sendiri, berperan aktif dalam diskusi kelompok nampak jelas terjadi pada siklus III, bila dibandingkan siklus-siklus sebelumnya. Peningkatan keaktifan mahasiswa terjadi karena proses pembelajaran melalui pendekatan ini berorientasi pada proses belajar mahasiswa, seperti dinyatakan oleh Wagiran (2007) bahwa penggunaan strategi *problem-based learning* dalam pembelajaran memungkinkan terciptanya kondisi pembelajaran yang kondusif bagi siswa untuk belajar, bekerja sama secara efektif dalam interaksi belajar mengajar, dan tugas dosen memberikan pengarahan dan bimbingan kepada mahasiswa. Dengan demikian, peran siswa dan dosen berjalan optimal.

Dalam hal mengumpulkan tugas individu, kepatuhan mahasiswa untuk mengumpulkan tugas sesuai waktu yang tersedia nampak ada kecenderungan semakin meningkat. Jika pada tatap muka awal jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu ada 24 orang (66,6%), pada siklus I jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu ada 25 orang (69,4%), pada siklus II jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu menjadi 30 orang (83,3%), dan pada siklus III jumlah mahasiswa yang mengumpulkan tugas individu menjadi 32 orang (88,9%). Peningkatan peran mahasiswa dalam mengumpulkan tugas individu ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran *problem based learning* dapat membantu mahasiswa untuk berpikir kreatif sehingga tidak mengalami banyak hambatan ketika harus menyelesaikan tugas individu. Dinyatakan oleh Mudjiman (2007: 56) pembelajaran melalui *problem based learning* selain membiasakan kerja kelompok juga membiasakan mahasiswa untuk melakukan kegiatan secara mandiri, membiasakan mahasiswa melakukan refleksi terhadap kegiatan pembelajaran, membiasakan mahasiswa melakukan *self assessment* dan membiasakan mahasiswa berpikir kreatif.

Melalui pendekatan ini tingkat pemahaman materi juga dapat segera diketahui. Dengan mencermati hasil dialog atau hasil kuis yang diberikan pada akhir diskusi kelompok, maka dosen dengan mudah dapat menentukan apakah mahasiswa mengalami miskonsepsi atau tidak. Dengan diketahui adanya miskonsepsi pada mahasiswa, dosen segera dapat merumuskan dan melakukan langkah-langkah untuk memperbaikinya. Dilihat dari perolehan nilai rata-rata, juga terjadi peningkatan hasil. Pada siklus I perolehan nilai rata-rata 65,7; pada siklus II nilai rata-rata meningkat menjadi 73,9; dan pada siklus III meningkat lagi menjadi nilai rata-rata 75,1. Menurut Peraturan Akademik Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2000, nilai ujian 75 (B+) mempunyai bobot nilai 3,25 yang berarti perolehan nilai rata-rata mata kuliah Pendidikan Kesegaran Jasmani Mahasiswa memiliki indek kelulusan dalam katagori sangat memuaskan. Perolehan nilai mahasiswa ini menggambarkan bahwa pendekatan *problem based learning* cukup efektif terhadap perbaikan proses pembelajaran yang selanjutnya mempunyai dampak terhadap peningkatan hasil belajar.

Jika diamati secara seksama tingkat keaktifan mahasiswa, tingkat kemandirian mahasiswa dan keberhasilan perolehan nilai ujian mahasiswa terjadi peningkatan secara bertahap dari siklus I menuju siklus-siklus berikutnya. Keadaan ini sesuai pendapat yang dinyatakan oleh Mudjiman (2007: 54) bahwa pengetahuan pada dasarnya dibangun secara bertahap melalui partisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Pendapat yang sama dinyatakan oleh Slameto (1995: 3) bahwa perubahan dalam belajar bersifat kontinyu dan fungsional. Sebagai hasil belajar, perubahan yang terjadi dalam diri seseorang berlangsung secara berkesinambungan, tidak statis. Satu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan ataupun proses belajar berikutnya hingga mencapai tingkat yang lebih baik bahkan sempurna.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya dapat diambil kesimpulan bahwa penggunaan pembelajaran *problem based learning* dapat meningkatkan keaktifan mahasiswa, meningkatkan pemahaman materi dan

akhirnya dapat meningkatkan prestasi belajar. Sebelum penerapan pembelajaran *problem based learning* rata-rata mahasiswa yang bertanya ada 3 orang (8,3%), meningkat menjadi 24 orang (66,7%), yang menjawab pertanyaan ada 2 orang (5,6%), meningkat menjadi 18 orang (50,0%). Kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas individu, sebelum penerapan pembelajaran *problem based learning* nilai rata-rata 55,0, meningkat menjadi rata-rata 74,3. Hasil ujian meningkat dari rata-rata 58,0 sebelum ada tindakan kelas, menjadi rata-rata 75,1 setelah dilakukan penerapan pembelajaran *problem based learning*.

Saran

Kegiatan pembelajaran dengan pendekatan *problem based learning* memerlukan manajemen waktu yang baik. Mempersiapkan mahasiswa dalam kelompok diskusi memerlukan waktu yang lama jika mahasiswa belum terbiasa belajar berkelompok. Oleh karena itu, perencanaan pembelajaran yang matang perlu dipersiapkan oleh dosen. Di sisi lain jika diskusi berjalan dengan cara debat kusir, dosen harus pandai mengarahkan dan memotivasi mahasiswa agar proses diskusi dapat berjalan dengan baik dan dapat memecahkan masalah yang sedang didalaminya.

Daftar Pustaka

- Mudjiman, H. (2007). *Belajar mandiri (self motivated learning)*. Solo: Lembaga Pengembangan Pendidikan UNS.
- Savoi, J. M. dan Hughes, A. S. (1994). Problem Based Learning as Classroom Solution. *Educational Leadership*. November 1994, pp.54-57.
- Slameto. (1995). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Suparman, A. (2002). *Active learning, greating excitement in the classrom*. www.udel/cte/tabook/patric/htm.

- Suparno. (2005). *Miskonsepsi dan perubahan konsep pendidikan fisika*. Jakarta: PT. Grafindo.
- Pannen, P. (2001). *Konstruktivisme dalam pembelajaran*. Jakarta: Dirjen Dikti. Departemen Pendidikan Nasional.
- Wagiran. (2007). *Peningkatan keaktifan mahasiswa dan reduksi miskonsepsi melalui pendekatan problem based learning. Laporan Penelitian*. Yogyakarta: UNY.
- Wilson B.G. & Cole, P. (1996). *Cognitif Teaching Models*. In Jonassen, H.H. (ed.) *Hanbook of Resbearch for Educational, Communication and Technology*. New York: Macmilan.

Biodata Penulis

Suharjana. Lahir di Kulonprogo, 16 Agustus 1961. Lulus Sarjana Pendidikan Olahraga tahun 1987. Pendidikan Strata 1 Jurusan Pendidikan Olahraga diraih tahun 1987 di FPOK IKIP Yogyakarta (Sekarang FIK UNY). Tahun 1997 menyelesaikan pendidikan Strata 2 Program Studi Ilmu Kesehatan Olahraga di Universitas Airlangga Surabaya. Sekarang sedang mengikuti pendidikan Strata 3 pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya. Sejak tahun 1988 sampai sekarang menjadi staf pengajar di FIK UNY. Karya ilmiah yang relevan adalah: 1) Peningkatan Mutu Pembelajaran Mata Kuliah Kebugaran Jasmani Prodi S1 PJKR-FIK Melalui Pendekatan Gaya Mandiri Tahun 2002, 2) Pembelajaran Melalui Observasi untuk mengembangkan keterampilan fisik dan tanggapan psikologis dalam olahraga, tahun 2007.