

**MENINGKATKAN KARAKTER KEMANDIRIAN SEBAGAI BAGIAN DIMENSI
PROFIL LULUSAN PADA MURID SMPN 8 BANJARBARU MELALUI
PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA BESAR**

Muhammad Fata Januar¹, Arie Rakhman², Trinaldi Andika Putra³

^{1,2} Universitas Lambung Mangkurat

³SMPN 8 Banjarbaru

¹fatajanuar13@gmail.com, ²Arie.rakhman@ulm.ac.id, ³sinyomusmus@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to improve students' independence character through modified big ball game learning (handball) in Physical Education, Sports, and Health (PJOK). The study used the Classroom Action Research (CAR) method conducted in two cycles, namely Cycle I and Cycle II. The subjects of this study were 27 students of class VII F at SMPN 8 Banjarbaru. Data collection techniques included observation, documentation, and an independence questionnaire consisting of 16 statement items. In Cycle I, learning activities were carried out through simple handball games involving passing, dribbling, catching, and teamwork activities. In Cycle II, learning was implemented in a more structured way by giving students responsibilities and roles in the game so that they became more active and confident. The results showed an improvement in students' independence character. In Cycle I, the assessment percentage reached 81.31% with a very good category, while in Cycle II it increased to 92.45% with a very good category. These findings indicate that the implementation of modified big ball games (handball) was able to improve students' independence character in PJOK learning. Students became more active, responsible, confident, and able to take initiative during the learning process.

Keywords: independence, handball game, big ball game, physical education, classroom action research

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan karakter kemandirian murid melalui pembelajaran permainan modifikasi bola besar (bola tangan) pada mata pelajaran

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, yaitu siklus I dan siklus II. Subjek penelitian adalah murid kelas VII F SMPN 8 Banjarbaru yang berjumlah 27 murid. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan angket kemandirian yang terdiri dari 16 butir pernyataan. Pembelajaran pada siklus I dilaksanakan melalui permainan bola tangan sederhana untuk melatih aktivitas mengoper, menggiring, menangkap, dan kerja sama tim. Pada siklus II, pembelajaran dilakukan lebih terstruktur dengan pemberian tanggung jawab dan peran dalam permainan sehingga murid lebih aktif dan percaya diri. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan karakter kemandirian murid. Pada siklus I diperoleh persentase penilaian sebesar 81,31% dengan kategori sangat baik, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 92,45% dengan kategori sangat baik. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penerapan permainan modifikasi bola besar (bola tangan) mampu meningkatkan karakter kemandirian murid dalam pembelajaran PJOK. Murid menjadi lebih aktif, bertanggung jawab, percaya diri, dan mampu mengambil inisiatif selama proses pembelajaran berlangsung.

Kata kunci: kemandirian, permainan bola tangan, permainan bola besar, PJOK, penelitian tindakan kelas.

A. Pendahuluan

Pendidikan memegang peranan krusial dalam peningkatan mutu sumber daya manusia. Kemandirian merupakan salah satu karakteristik fundamental yang tercakup dalam delapan dimensi profil lulusan. Murid tidak hanya difokuskan pada ranah kognitif, tetapi juga pada pengembangan karakter serta kompetensi yang relevan untuk kehidupan praktis. Kerangka kerja PM

ini berfungsi sebagai panduan implementasi untuk mencapai profil lulusan murid Indonesia, yang didasarkan pada prinsip pembelajaran yang berkesadaran, bermakna, dan menggembirakan.

Dimensi profil kemandirian menggambarkan kemampuan murid untuk bertanggung jawab atas pembelajaran mereka sendiri. Hal ini ditunjukkan melalui kemampuan untuk mengambil inisiatif, menghadapi

tantangan, dan menyelesaikan tugas dengan tepat tanpa bergantung pada orang lain. Mereka memiliki kebebasan untuk memilih, mengendalikan diri, dan berusaha gigih untuk mencapai tujuan. (Kemendikdasmen RI 2025).

Problem based learning (Abdillah et al., 2021) Pembelajaran Berbasis Masalah adalah sebuah pendekatan pedagogis yang mengutamakan murid. Pendekatan ini memanfaatkan isu-isu kontekstual dari kehidupan sehari-hari sebagai stimulus utama untuk menginisiasi proses pembelajaran. Murid didorong untuk tidak hanya menyerap informasi secara teoritis, namun juga ditantang untuk melakukan kajian analitis, melaksanakan investigasi, serta berkolaborasi dalam tim guna mengidentifikasi jalan keluar terhadap tantangan yang disajikan. (Problem & Learning, 2024).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran Strategi yang digunakan dalam pengembangan karakter sangat penting. Aktivitas fisik dan permainan memungkinkan murid untuk belajar dalam mengambil keputusan, berkolaborasi, serta memikul tanggung jawab atas tugas yang

diberikan. Pembelajaran berbasis permainan dianggap mampu membangun lingkungan belajar yang aktif, menyenangkan, dan bermakna.

Observasi yang dilaksanakan di SMPN 8 Banjarbaru mengindikasikan bahwa sejumlah murid menunjukkan tingkat kemandirian yang belum memadai dalam proses pembelajaran. Murid cenderung bergantung pada arahan guru, memiliki kepercayaan diri yang terbatas, dan belum sepenuhnya mampu berinisiatif dalam aktivitas belajar mengajar. Fenomena ini belum menunjukkan efektivitas proses pembelajaran yang belum mencapai tingkat optimal.

Salah satu materinya dalam penelitian ini berfokus pada pembelajaran permainan bola besar dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berfungsi sebagai sarana pengembangan karakter mandiri. Aktivitas ini memerlukan partisipasi aktif dari Murid, kemampuan membuat keputusan yang sigap, dan kesadaran akan tanggung jawab dalam lingkup kelompok, studi ini dirancang dengan tujuan untuk meningkatkan karakter mandiri murid melalui metode

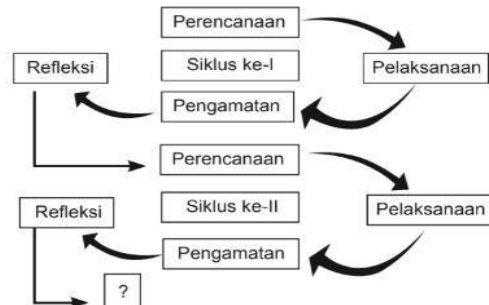
pembelajaran berbasis permainan bola besar.

B. Metode Penelitian

Metodologi menerapkan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Pendekatan ini merupakan suatu bentuk investigasi reflektif dilaksanakan oleh pendidik guna menyempurnakan dan memajukan mutu proses edukasi yang berada dalam lingkup tanggung jawabnya. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kualitas belajar mandiri pada murid. Sebuah kegiatan ilmiah yang dilakukan di ruang kelas disebut penelitian tindakan kelas. melalui implementasi berbagai aksi sebagai usaha peningkatan kualitas pengajaran, terutama dalam menumbuhkan sikap mandiri seperti kepatuhan pada tugas, dorongan diri, dan keyakinan diri murid selama berpartisipasi dalam proses pembelajaran.

PTK ini terdiri dari dua siklus. Siklus pertama terdiri dari berbagai langkah, seperti perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Siklus kedua dimaksudkan untuk menghasilkan hasil belajar yang lebih baik jika langkah-langkah yang dilakukan di siklus pertama diperbaiki.

(Indrawani, 2019). Gambar berikut menunjukkan siklus dalam merancang penelitian.:



Gambar 1 Model PTK (Hermin Adi Bakhrudin et al., 2024)

Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini dikumpulkan dengan cara mengamati jalannya pembelajaran termasuk melakukan observasi, memeriksa dokumen, dan menyebarkan dan mengisi angket kepada semua murid kelas VII F di SMPN 8 Banjarbaru.

Tabel Skor Penilaian Angket

Keterangan	Skor
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Sumber: (Sugiyano, 2019)

Skor maksimum untuk instrumen angket tersebut adalah $16 \text{ butir} \times 4 = 64$, sedangkan skor minimum adalah $16 \text{ butir} \times 1 = 16$. Hasil penilaian yang didapatkan selanjutnya dikategorikan

ke dalam lima tingkatan Anket kemandirian yang meliputi sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Klasifikasi ini berfungsi untuk menentukan sejauh mana tingkat kemandirian Murid berdasarkan respons ini untuk mengetahui tingkat kemandirian murid berdasarkan hasil angket yang telah diisi.

$$p = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

P = persentase yang diperoleh.
F = banyaknya murid yang terlibat pada masing-masing aspek yang diamati.

N = jumlah keseluruhan murid yang hadir saat penelitian berlangsung.

Nilai tertinggi yang diharapkan dapat diraih apabila setiap butir soal memperoleh nilai 4, sehingga ketika diubah menjadi presentase, nilai maksimum yang ideal mencapai 100%. Berikut adalah rincian presentase berdasarkan kategori kriteria.

Tabel 2. Kriteria kategori respon murid

Rentang Skor	Kategori
81% – 100%	Sangat Baik
61% – 80%	Baik
41% – 60%	Cukup

21% – 40%	Kurang
0% – 20%	Sangat Kurang

Sumber: (Riduwan, 2019)

Merujuk pada Tabel 2 yang disajikan dalam studi ini, kriteria sangat baik dan baik untuk aplikasi dianggap terpenuhi apabila persentase mencapai 61% atau lebih. Angka ini dihitung berdasarkan akumulasi persentase dari seluruh aspek penilaian yang tercakup dalam angket murid.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan meningkatkan karakter kemandirian murid — salah satu komponen penting dalam profil lulusan — melalui pembelajaran berbasis permainan bola besar. Kajian dilaksanakan pada mata pelajaran PJOK dengan subjek 27 murid kelas VII F SMPN 8 Banjarbaru pada semester genap tahun pelajaran berjalan, menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang berlangsung dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Pada tahap kedua diharapkan dapat meningkatkan dan memperlihatkan perkembangan motivasi belajar

dibandingkan dengan tahap sebelumnya.

Siklus I

Pada siklus I, pembelajaran dilaksanakan dengan menerapkan metode permainan yang telah dimodifikasi bola besar (bola tangan). Sistem permainan tersebut dirancang dengan sederhana, disesuaikan dengan tingkat kemampuan murid yaitu melalui aktivitas mengoper, menggiring, menangkap, melempar, dan kerja sama tim dalam bentuk permainan kecil. Murid diminta melakukan gerakan dasar bola tangan sesuai dengan instruksi yang diberikan guru, seperti mengoper bola kepada teman, bergerak mencari ruang, dan mempertahankan bola dari lawan. Permainan ini dikemas secara menarik dan menyenangkan dengan tujuan meningkatkan keterlibatan serta kemandirian murid dalam mengikuti pembelajaran.

Setelah selesai pelaksanaan pembelajaran, murid diberikan angket untuk mengukur tingkat kemandirian yang terdiri dari 16 butir soal pernyataan. Angket tersebut diisi oleh murid sesuai dengan pengalaman mereka selama mengikuti pembelajaran pada siklus I. Hasil

pengisian angket kemudian dianalisis untuk mengetahui tingkat kemandirian murid, yang selanjutnya disajikan pada tabel berikut.

Jumlah Murid	27
Jumlah Nilai Yang Diperoleh	1405
Jumlah Nilai Rata-rata	3,25
Jumlah Nilai Tertinggi	4,00
Persentase penilaian	81,31%
Kriteria kelayakan	Sangat Baik

Table. 1 Hasil angket siklus I

Sesuai dengan tabel 1, sejumlah 27 murid memberikan respons terhadap pertanyaan angket dengan variasi jawaban yang berbeda selama Siklus I berjalan. Dari data yang dikumpulkan, Siklus I menghitung persentase penilaian sebesar 81,31%, sehingga kriteria kelayakan dinyatakan sangat baik.

Siklus II

Siklus II dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan permainan bola tangan yang lebih terstruktur. Pembelajaran difokuskan pada penerapan teknik dasar seperti

mengoper, menggiring, menangkap, melempar, dan kerja sama tim dalam situasi permainan yang lebih nyata. Murid diberikan peran dan tanggung jawab dalam kelompok sehingga Kondisi tersebut mendorong mereka untuk bersikap lebih aktif, mandiri, serta percaya diri dalam menentukan keputusan di sepanjang jalannya permainan. Pada proses pembelajaran, peran guru bergeser menjadi fasilitator yang bertanggung jawab memberikan bimbingan serta umpan balik kepada peserta didik.

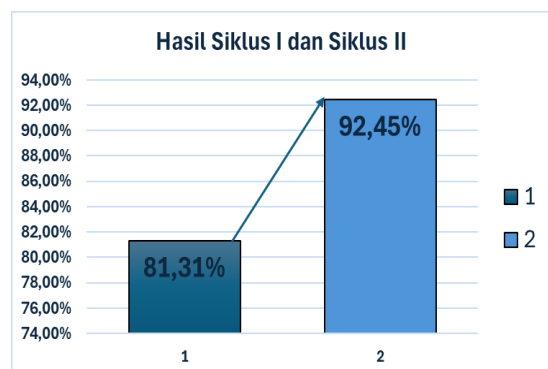
Setelah selesai melaksanakan pembelajaran, murid kembali diberikan angket untuk mengukur tingkat kemandirian. Hasil angket pada siklus II kemudian dianalisis untuk melihat peningkatan karakter kemandirian murid dibandingkan dengan siklus I.

Table. 2 Hasil angket siklus II

Jumlah Murid	27
Jumlah Nilai Yang Diperoleh	1,598
Jumlah Nilai Rata-rata	3,70
Jumlah Nilai Tertinggi	1,728
Persetanse penilaian	92,45%
Kriteria kelayakan	Sangat Baik

Untuk pelaksanaan Siklus II, sebanyak 27 murid menjawab pertanyaan kuesioner angket dengan variasi jawaban yang beragam, seperti yang ditunjukkan dalam tabel 2. Hasil menunjukkan bahwa Siklus II memenuhi kriteria kelayakan dengan presentase penilaian sebesar 92,45%. sehingga kriteria kelayakan dinyatakan sangat baik.

Hasil Siklus I dan Siklus II



Pada siklus pertama, persentase penilaian yang diperoleh adalah 81,31%, termasuk dalam kriteria sangat baik. Selanjutnya, terjadi peningkatan sebesar 11,14% pada siklus kedua, mencapai 92,45%.

E. Kesimpulan

Hasil angket siklus I dan II membuktikan bahwa permainan bola tangan, dengan memodifikasi cara permainan bola besar, efektif menumbuhkan karakter kemandirian murid. Persentase penilaian naik dari 81,31% (sangat baik) pada siklus I

menjadi 92,45% (sangat baik) pada siklus II, atau meningkat 11,14%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran melalui permainan bola tangan yang dirancang secara menarik, aktif, dan melibatkan kerja sama tim dapat mendorong murid menjadi lebih mandiri, aktif, percaya diri, dan bertanggung jawab dalam belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, R., Risma, R., & Rofi, U. A. (2021). Kontribusi Daya Tahan Otot Fleksor Siku Dengan Ekstensor Bahu Terhadap Daya Tahan Otot Lengan Pada Siswa Ekstrakurikuler Bolabasket. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 21.
- Asmi, A., Neldi, H., & Khairuddin. (2018). Meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran PJOK melalui metode bermain. *Jurnal Menssana*, 3(1), 33–44.
- Azizah, A. (2021). Pentingnya penelitian tindakan kelas bagi guru dalam pembelajaran. *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 15–22.
- Diniah, S. Z. N., Saripusin, C. N. T. J., Putri, G. A., Salsyabella, R. C., Khotimah, R. N., Gumilar, D. A., Mufidah, S. R., & Mulyana, A. H. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani dalam Meningkatkan Kesehatan di SDN 141 Lokajaya. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*.
- Firmansyah, H. (2011). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1), 30–33.
- Hermin Adi Bakhrudin, Nanik Indahwati, & Demy Ilmiawan. (2024). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Menggunakan Permainan Pada Materi Bola Tangan Kelas VII E di SMPN 1 Waru Tahun Pelajaran 2024/2025. *Journal of Creative Student Research*, 2(5), 135–142.
- Indrawani, I. (2019). Meningkatkan hasil belajar PJOK dengan keterampilan permainan sepakbola menggunakan metode pembelajaran demonstrasi pada murid kelas

VI A SDN 003 Pulau Kopung Sentajo Kecamatan Sentajo Raya. JURNAL PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran), 3(3), 587–594.	meningkatkan motivasi belajar siswa SD. Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 3(1), 1–12.
Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia. (2025). <i>Naskah akademik pembelajaran mendalam: Menuju pendidikan bermutu untuk semua</i> . Pusat Kurikulum dan Pembelajaran, Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan.	Problem, M., & Learning, B. (2024). Wella Sri Mulyani 1 , Deswandi 2 , Pitmawati 3 , Frizki Amra 4. 7(12).
Kurniawati, A., & Permadi, A. A. (2026). Analisis Implementasi Deep Learning Mata Pelajaran PJOK Pendahuluan. 9(1), 415– 431.	Riduwan. (2019). Skala pengukuran variabel-variabel penelitian. CV Alfabeta
Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia abad 21. JARTIKA Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan, 3(2), 422–438.	Rifky, R. (2020). Strategi Guru dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. <i>Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan</i> , 2(1), 85–92. if.v2i1.95
Nurhayati, H., Robandi, B., & Mulyasari, E. (2018). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TGT untuk	Winrista Minahali, Icam Sutisna, & Sri Rawanti. (2024). Deskripsi Kemandirian Anak Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua di TK Dewi Sartika Kecamatan Sipatana Kota Gorontalo. Ta'rim: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini, 6(1), 75–87.