E-ISSN: 3031-8521
P-ISSN: 3032-1867
Halaman 76-86
Volume 3 Nomor 2 Tahun 2026

Peningkatan Keaktifan dan Partisipasi Peserta Didik melalui Penerapan Active and Participatory Learning Berbasis *Game-Based Learning* pada Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat Kelas VII SMP Negeri

Nur Bagus Riono[1], Rajip Mustafillah Rusdiyanto[2], Rafi Anggayuh Salman[3]

[1,2]Pendidikan Profesi Guru, Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Malang
[3]Pendidikan Olahraga Universitas Insan Budi Utomo
e-mail: nur.bagus.2531617@students.um.ac.id[1], rajip.mustafillah.fik@um.ac.id[2], rafiangga123@gmail.com[3]

Abstrak

Keaktifan dan partisipasi siswa merupakan aspek penting dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), karena keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga keterlibatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Namun, dalam pembelajaran materi passing sepak bola masih ditemukan siswa yang kurang aktif, kurang percaya diri, serta memiliki kesempatan bergerak yang terbatas akibat pembelajaran yang belum sepenuhnya berpusat pada aktivitas siswa. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa melalui penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning pada pembelajaran PJOK materi passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian dilaksanakan pada siswa kelas VII F SMPN 1 Pakisaji dengan jumlah subjek 30 siswa dan dilaksanakan dalam dua siklus. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif untuk mengetahui peningkatan keaktifan dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK. Persentase partisipasi aktif siswa meningkat dari 40% pada Siklus I menjadi 50% pada Siklus II, sedangkan aktivitas pasif seperti menunggu giliran mengalami penurunan dari 14% menjadi 6,25%. Selain itu, respon positif siswa terhadap pembelajaran meningkat dari 63,3% pada Siklus I menjadi 83,3% pada Siklus II. Penerapan permainan Zona Passing Challenge memberikan kesempatan yang lebih

besar kepada siswa untuk bergerak, bekerja sama, berkomunikasi, dan terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa strategi Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran PJOK untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi siswa pada materi passing sepak bola. Strategi ini mampu menciptakan pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan berpusat pada siswa.

Kata kunci: Keaktifan Siswa; Partisipasi Pembelajaran; Game-Based Learning

Abstract

Student activity and participation are important aspects of Physical Education, Sport, and Health (PJOK) learning, as learning success is not only determined by students' mastery of movement skills but also by their involvement during the learning process. However, in football passing lessons, some students still show low participation, lack of confidence, and limited opportunities to perform physical activities due to learning processes that are not fully student-centered. This study aimed to improve students' activity and participation through the implementation of Active and Participatory Learning strategy based on Game-Based Learning in PJOK learning on the topic of inside-foot passing in football. This study employed Classroom Action Research (CAR) using the Kemmis and McTaggart model consisting of planning, action, observation, and reflection stages. The research was conducted with 30 students of class VII F at SMPN 1 Pakisaji and was carried out in two cycles. Data were collected through observation, documentation, and field notes. The data were analyzed using descriptive quantitative and qualitative analysis to determine the improvement of students' activity and participation during the learning process. The results showed that the implementation of Active and Participatory Learning based on Game-Based Learning improved students' involvement in PJOK learning. The percentage of students' active participation increased from 40% in Cycle I to 50% in Cycle II, while passive activities such as waiting for turns decreased from 14% to 6.25%. Furthermore, students' positive responses toward learning increased from 63.3% in Cycle I to 83.3% in Cycle II. The implementation of the Zona Passing Challenge game provided greater opportunities for students to move, cooperate, communicate, and actively participate in the learning process. It can be concluded that the Active and Participatory Learning strategy based on Game-Based Learning can be an alternative learning strategy in PJOK to improve students' activity and participation in football passing lessons. This strategy creates a more active, enjoyable, and student-centered learning environment.

Keywords: *Student Activity; Learning Participation; Game-Based Learning*

LATAR BELAKANG

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang memiliki peran penting dalam

mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan gerak, aspek sosial, serta karakter peserta didik. Pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga menjadi sarana untuk membangun kerja sama, sportivitas, disiplin, tanggung jawab, dan kepercayaan diri melalui berbagai aktivitas fisik dan olahraga. Oleh karena itu, proses pembelajaran PJOK idealnya dirancang sebagai pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, dan mampu melibatkan seluruh peserta didik secara optimal (Nafisa et al., n.d.).

Pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), pembelajaran PJOK memiliki karakteristik yang menuntut keterlibatan langsung peserta didik melalui aktivitas praktik. Salah satu materi yang membutuhkan keterlibatan fisik dan mental secara aktif adalah pencak silat. Pembelajaran pencak silat tidak hanya berfokus pada penguasaan teknik dasar gerakan, tetapi juga mencakup pembentukan sikap disiplin, keberanian, konsentrasi, serta kemampuan mengontrol diri. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran pencak silat sangat dipengaruhi oleh tingkat keaktifan dan partisipasi peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.

Namun, dalam praktik pembelajaran PJOK di sekolah, keterlibatan aktif seluruh peserta didik masih menjadi salah satu tantangan yang sering ditemukan. Berdasarkan hasil observasi awal pada pembelajaran PJOK materi pencak silat di kelas VII SMPN, ditemukan bahwa sebagian peserta didik masih menunjukkan tingkat keaktifan dan partisipasi yang rendah. Beberapa peserta didik cenderung pasif, kurang percaya diri dalam melakukan gerakan, takut melakukan kesalahan, serta lebih banyak mengamati teman dibandingkan terlibat langsung dalam aktivitas pembelajaran. Kondisi tersebut menyebabkan proses pembelajaran belum berjalan secara optimal dan berdampak pada pencapaian tujuan pembelajaran, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor.

Rendahnya keaktifan dan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah penggunaan pendekatan pembelajaran yang masih berpusat pada guru. Pembelajaran yang lebih banyak menggunakan instruksi langsung dan latihan teknik secara berulang tanpa variasi aktivitas dapat menyebabkan peserta didik merasa kurang tertantang dan kurang termotivasi untuk terlibat secara aktif. Akibatnya, peserta didik cenderung mengikuti pembelajaran hanya sebagai bentuk kewajiban, bukan sebagai pengalaman belajar yang bermakna (Ezeddine et al., 2025). Oleh karena itu, diperlukan strategi pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif, melibatkan peserta didik secara aktif, serta memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah Active and Participatory Learning. Pendekatan ini menempatkan peserta didik sebagai subjek utama dalam pembelajaran melalui keterlibatan aktif secara fisik, mental, dan sosial. Dalam pendekatan ini, peserta didik tidak hanya menerima informasi dari guru, tetapi juga berpartisipasi melalui aktivitas mencoba, berdiskusi, bekerja sama, mengambil keputusan, dan melakukan refleksi terhadap pengalaman belajar yang diperoleh. Penerapan Active and Participatory Learning dalam pembelajaran PJOK

sesuai dengan karakteristik mata pelajaran yang menekankan aktivitas gerak dan interaksi sosial.

Dalam implementasinya, pendekatan Active and Participatory Learning dapat diperkuat melalui strategi Game-Based Learning (GBL). Game-Based Learning merupakan strategi pembelajaran yang mengintegrasikan tujuan pembelajaran ke dalam mekanisme permainan sehingga peserta didik memperoleh pengalaman belajar melalui aktivitas yang menarik, menantang, dan bermakna. Dalam pembelajaran PJOK, permainan yang dirancang sesuai tujuan pembelajaran dapat meningkatkan motivasi, keterlibatan, interaksi sosial, serta kesempatan peserta didik untuk berpartisipasi secara aktif. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan Game-Based Learning dalam pembelajaran PJOK mampu memberikan pengaruh positif terhadap motivasi intrinsik, keterlibatan peserta didik, serta pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dalam pembelajaran (Camacho-Sánchez et al., 2023). Selain itu, pendekatan berbasis permainan juga dinilai sesuai dengan karakteristik peserta didik usia remaja yang cenderung menyukai aktivitas kompetitif, kolaboratif, dan menantang (Nurul Fauziah et al., 2025; Pratama et al., 2026).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas Game-Based Learning dalam meningkatkan motivasi dan keterlibatan peserta didik pada pembelajaran PJOK, sebagian besar penelitian masih berfokus pada peningkatan hasil belajar atau motivasi secara umum. Kajian yang secara khusus mengintegrasikan pendekatan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi peserta didik pada materi pencak silat di tingkat SMP masih relatif terbatas. Padahal, karakteristik materi pencak silat membutuhkan keterlibatan aktif peserta didik agar proses pembelajaran keterampilan gerak dapat berlangsung secara efektif.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi peserta didik melalui penerapan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning pada pembelajaran PJOK materi pencak silat kelas VII SMPN. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif strategi pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan berpusat pada peserta didik sehingga mampu meningkatkan kualitas proses pembelajaran PJOK.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK merupakan penelitian reflektif yang dilakukan secara sistematis melalui tindakan perbaikan dalam beberapa siklus dengan tujuan meningkatkan kualitas proses dan hasil pembelajaran di kelas. Penelitian tindakan kelas digunakan untuk mengidentifikasi serta mengatasi permasalahan nyata yang terjadi selama proses pembelajaran, khususnya terkait rendahnya keaktifan dan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat.

Desain penelitian mengacu pada model PTK yang dikembangkan oleh Kemmis dan McTaggart, yang terdiri atas empat tahapan utama, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), observasi (observing), dan refleksi (reflecting). Setiap

siklus dilaksanakan secara berkelanjutan, di mana hasil observasi dan refleksi pada siklus sebelumnya digunakan sebagai dasar untuk melakukan perbaikan pada siklus berikutnya. Melalui tahapan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran melalui penerapan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning (GBL).

Pada tahap perencanaan (planning), peneliti menyusun perangkat pembelajaran berupa modul ajar berbasis Game-Based Learning pada materi pencak silat. Perencanaan juga mencakup penyusunan skenario pembelajaran, instrumen pengamatan, serta media pembelajaran yang mendukung keterlibatan aktif peserta didik. Mengingat keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran, peneliti melibatkan peserta didik dalam kegiatan pembuatan media pembelajaran modifikasi secara kolaboratif. Kegiatan tersebut dilakukan melalui proses perencanaan, pembuatan, hingga penggunaan media dalam aktivitas pembelajaran pencak silat sehingga peserta didik dapat terlibat secara aktif sejak tahap persiapan pembelajaran.

Pada tahap pelaksanaan tindakan (acting), pembelajaran dilakukan sesuai dengan modul ajar yang telah disusun dengan menerapkan pendekatan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning. Aktivitas pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan yang dimodifikasi sesuai karakteristik materi pencak silat untuk mendorong peserta didik lebih aktif bergerak, bekerja sama, mengambil keputusan, dan berpartisipasi selama proses pembelajaran berlangsung. Selanjutnya, tahap observasi (observing) dilakukan untuk mengamati tingkat keaktifan dan partisipasi peserta didik selama mengikuti kegiatan pembelajaran. Hasil observasi tersebut kemudian dianalisis pada tahap refleksi (reflecting) sebagai dasar evaluasi dan penyempurnaan tindakan pada siklus berikutnya.

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMP Negeri di Kabupaten Malang yang berjumlah 29 peserta didik pada semester 2 tahun ajaran 2025/2026. Pemilihan subjek penelitian didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan adanya permasalahan terkait rendahnya keaktifan dan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat. Adapun objek penelitian adalah peningkatan keaktifan dan partisipasi peserta didik selama proses pembelajaran melalui penerapan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, angket, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk memperoleh data mengenai aktivitas dan keterlibatan peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung. Instrumen observasi yang digunakan meliputi lembar duration recording dan rubrik partisipasi. Lembar duration recording digunakan untuk mencatat durasi keterlibatan aktif peserta didik selama pembelajaran, sedangkan rubrik partisipasi digunakan untuk menilai kualitas keterlibatan peserta didik berdasarkan indikator keaktifan, kerja sama, keberanian mencoba, dan keterlibatan dalam aktivitas kelompok.

Selain observasi, penelitian ini menggunakan angket untuk mengetahui respons dan tingkat kepercayaan diri (self-efficacy) peserta didik setelah mengikuti pembelajaran berbasis Game-Based Learning. Instrumen self-efficacy digunakan untuk mengetahui sejauh mana penerapan permainan dalam pembelajaran mampu meningkatkan

keyakinan peserta didik dalam mengikuti aktivitas pencak silat. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan pembelajaran, catatan lapangan, dan dokumen pelaksanaan tindakan.

Data penelitian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan perubahan tingkat keaktifan dan partisipasi peserta didik pada setiap siklus tindakan. Keberhasilan penelitian ditentukan berdasarkan peningkatan keterlibatan peserta didik setelah penerapan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas (PTK) ini dilaksanakan pada peserta didik kelas VII SMP Negeri di Kabupaten Malang pada pembelajaran PJOK materi pencak silat. Penelitian bertujuan untuk meningkatkan keaktifan dan partisipasi peserta didik melalui penerapan *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* (GBL). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*).

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun perangkat pembelajaran berbasis *Game-Based Learning* serta merancang aktivitas permainan yang sesuai dengan karakteristik materi pencak silat. Selain itu, peneliti melibatkan peserta didik dalam pembuatan media pembelajaran modifikasi berupa *paching* sebagai bentuk penerapan pembelajaran aktif dan partisipatif. Kegiatan tersebut dilakukan secara kolaboratif mulai dari tahap persiapan, pembuatan, hingga penggunaan media dalam pembelajaran.

Kondisi Awal Pembelajaran

Berdasarkan hasil observasi awal, proses pembelajaran PJOK materi pencak silat menunjukkan bahwa tingkat keaktifan dan partisipasi peserta didik masih belum optimal. Sebagian peserta didik cenderung pasif, kurang percaya diri dalam melakukan gerakan, serta belum terlibat secara maksimal dalam aktivitas pembelajaran. Pembelajaran masih lebih banyak didominasi oleh instruksi guru sehingga kesempatan peserta didik untuk bergerak, mengeksplorasi gerakan, dan berinteraksi dengan teman masih terbatas.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penerapan strategi pembelajaran yang mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik melalui aktivitas yang lebih menarik, kolaboratif, dan memberikan pengalaman belajar secara langsung. Oleh karena itu, peneliti menerapkan aktivitas permainan "Gerak Silat Challenge" sebagai bentuk implementasi *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning*.

Hasil Tindakan Siklus I

Pada siklus I, pembelajaran difokuskan pada materi teknik dasar pencak silat berupa kuda-kuda dan pola langkah. Kegiatan pembelajaran diawali dengan penyampaian tujuan pembelajaran, apersepsi, pemanasan, serta demonstrasi teknik dasar oleh guru.

Pada kegiatan inti, peserta didik melakukan praktik gerakan secara berkelompok melalui permainan "Gerak Silat Challenge". Permainan dirancang dengan mengombinasikan gerakan kuda-kuda dan pola langkah sesuai instruksi yang diberikan. Melalui aktivitas tersebut, peserta didik dilatih untuk bergerak aktif, bekerja sama, dan memberikan respons terhadap tantangan permainan.

Selain kegiatan permainan, peserta didik juga terlibat dalam pembuatan media pembelajaran *paching*. Kegiatan tersebut memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berkontribusi dalam proses pembelajaran, mulai dari menyiapkan bahan, membuat media, hingga menggunakan media tersebut dalam praktik pencak silat.

Hasil observasi pada siklus I menunjukkan bahwa penerapan *Game-Based Learning* mulai memberikan perubahan positif terhadap keterlibatan peserta didik. Peserta didik mulai menunjukkan antusiasme dalam mengikuti pembelajaran, meskipun masih ditemukan beberapa kendala dalam pelaksanaan. Hasil pengamatan aktivitas pembelajaran pada siklus I disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Observasi Aktivitas Pembelajaran Siklus I

Indikator Pengamatan	Hasil Siklus I
Peserta didik aktif bertanya	5 peserta didik
Peserta didik merasa gembira mengikuti pembelajaran	18 peserta didik
Peserta didik kurang menyukai pembelajaran	4 peserta didik
Peserta didik tidak berpartisipasi karena tidak hadir	7 peserta didik
Aktivitas fisik peserta didik	20 menit
Aktivitas pasif/kegiatan lain	7 menit

Pada siklus I, waktu aktivitas fisik peserta didik mencapai 20 menit, sedangkan masih terdapat waktu yang digunakan untuk aktivitas pasif seperti menunggu giliran atau peserta didik belum terlibat secara optimal. Selain itu, selama pembelajaran guru masih melakukan beberapa penyesuaian dalam pengelolaan kelas. Terdapat tiga kali teguran dan satu kali pengulangan instruksi karena sebagian peserta didik masih belum memahami arahan permainan.

Refleksi Siklus I

Berdasarkan hasil refleksi, penerapan *Game-Based Learning* pada siklus I telah meningkatkan suasana pembelajaran menjadi lebih menarik dibandingkan pembelajaran sebelumnya. Namun, masih ditemukan beberapa permasalahan, yaitu: Sebagian peserta didik masih kurang percaya diri dalam melakukan gerakan, Instruksi permainan belum sepenuhnya dipahami oleh seluruh peserta didik, Waktu aktivitas fisik peserta didik belum maksimal, Sebagian peserta didik masih pasif ketika menunggu giliran praktik.

Berdasarkan hasil refleksi tersebut, dilakukan perbaikan pada siklus II melalui penyederhanaan instruksi, peningkatan variasi permainan, penguatan pembagian kelompok, serta optimalisasi waktu aktivitas gerak peserta didik.

Pada siklus II, tindakan pembelajaran dilakukan berdasarkan hasil refleksi siklus I. Materi dikembangkan pada variasi teknik serangan pencak silat yang dikombinasikan

dengan aktivitas kebugaran dasar. Guru memperbaiki strategi pembelajaran dengan memberikan instruksi yang lebih jelas, meningkatkan keterlibatan kelompok, serta memberikan umpan balik langsung terhadap gerakan peserta didik. Aktivitas permainan tetap menggunakan pendekatan *Game-Based Learning*, tetapi dengan pengaturan yang lebih terstruktur sehingga seluruh peserta didik memperoleh kesempatan untuk berpartisipasi. Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan peserta didik dibandingkan siklus I.

Tabel 2. Perbandingan Hasil Observasi Siklus I dan Siklus II

Indikator	Siklus I	Siklus II	Perubahan
Peserta didik merasa gembira	18 siswa	22 siswa	+4 siswa
Peserta didik tidak berpartisipasi karena tidak hadir	7 siswa	3 siswa	-4 siswa
Aktivitas fisik peserta didik	20 menit	36 menit	+16 menit
Aktivitas pasif	7 menit	3 menit	-4 menit

Data tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan aktivitas fisik dan penurunan aktivitas pasif peserta didik selama pembelajaran berlangsung. Pada siklus II, tidak ditemukan peserta didik yang terlambat maupun tidak memperhatikan pembelajaran. Meskipun guru masih melakukan teguran sebanyak lima kali dan pengulangan instruksi sebanyak dua kali, kondisi tersebut berkaitan dengan upaya guru dalam menjaga keterlibatan seluruh peserta didik selama aktivitas permainan berlangsung.

Berdasarkan hasil refleksi siklus II, penerapan *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* menunjukkan peningkatan keaktifan dan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran pencak silat. Peserta didik menunjukkan keberanian yang lebih baik dalam mencoba gerakan, lebih aktif bekerja sama dalam kelompok, serta menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi selama pembelajaran. Karena indikator peningkatan keaktifan dan partisipasi telah tercapai, penelitian dihentikan pada siklus II.

Peningkatan Keaktifan dan Partisipasi Peserta Didik melalui *Game-Based Learning*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Active and Participatory Learning* berbasis *Game-Based Learning* mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat. Peningkatan tersebut terlihat dari bertambahnya jumlah peserta didik yang memberikan respons positif terhadap pembelajaran, meningkatnya waktu aktivitas fisik, serta berkurangnya aktivitas pasif selama proses pembelajaran.

Peningkatan aktivitas fisik dari 20 menit pada siklus I menjadi 36 menit pada siklus II menunjukkan bahwa peserta didik memperoleh kesempatan lebih besar untuk terlibat secara langsung dalam aktivitas gerak. Hal ini sesuai dengan karakteristik pembelajaran PJOK yang menekankan pengalaman belajar melalui aktivitas fisik.

Peran *Active and Participatory Learning* dalam Pembelajaran PJOK

Pendekatan *Active and Participatory Learning* menempatkan peserta didik sebagai pusat pembelajaran melalui keterlibatan secara fisik, sosial, dan emosional. Dalam penelitian ini, peserta didik tidak hanya menerima instruksi dari guru, tetapi juga berpartisipasi melalui permainan, kerja kelompok, serta pembuatan media pembelajaran.

Keterlibatan peserta didik dalam proses pembuatan media *paching* menjadi salah satu bentuk penerapan pembelajaran partisipatif. Peserta didik tidak hanya menggunakan media yang tersedia, tetapi ikut berkontribusi dalam proses pembuatannya sehingga muncul rasa memiliki terhadap kegiatan pembelajaran.

Peran *Game-Based Learning* dalam Meningkatkan Motivasi dan Keterlibatan

Peningkatan keaktifan peserta didik terjadi karena permainan memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dibandingkan latihan teknik secara monoton. Melalui permainan "Gerak Silat Challenge", peserta didik memperoleh kesempatan untuk belajar melalui tantangan, kerja sama, dan kompetisi yang sehat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa *Game-Based Learning* dalam pembelajaran PJOK mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan interaksi sosial peserta didik. Aktivitas permainan memungkinkan peserta didik belajar melalui pengalaman langsung sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna.

Analisis Kritis terhadap Temuan Penelitian

Meskipun menunjukkan peningkatan, penelitian ini juga menemukan bahwa penerapan pembelajaran berbasis permainan membutuhkan pengelolaan kelas yang baik. Peningkatan aktivitas peserta didik menyebabkan suasana kelas menjadi lebih dinamis sehingga guru perlu memberikan aturan permainan dan instruksi yang jelas agar aktivitas tetap sesuai tujuan pembelajaran.

Selain itu, masih terdapat beberapa peserta didik yang kurang menyukai pembelajaran. Hal tersebut menunjukkan bahwa karakteristik dan tingkat kepercayaan diri peserta didik berbeda-beda. Faktor seperti kemampuan gerak, pengalaman sebelumnya, dan rasa percaya diri dapat mempengaruhi tingkat partisipasi dalam pembelajaran PJOK.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa guru PJOK dapat mengembangkan pembelajaran berbasis permainan sebagai alternatif untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik. Pembelajaran tidak hanya berorientasi pada penguasaan teknik, tetapi juga menciptakan pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, dan kolaboratif.

Selain itu, sekolah dapat memberikan dukungan terhadap pengembangan media pembelajaran inovatif sehingga guru memiliki lebih banyak alternatif dalam menciptakan pembelajaran PJOK yang berpusat pada peserta didik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan pada pembelajaran PJOK materi pencak silat di kelas VII, dapat disimpulkan bahwa penerapan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning berhasil meningkatkan keaktifan dan partisipasi peserta didik dalam proses pembelajaran. Peningkatan tersebut terlihat dari meningkatnya keterlibatan peserta didik dalam aktivitas pembelajaran, peningkatan waktu aktivitas fisik dari siklus I ke siklus II, serta berkurangnya aktivitas pasif selama proses pembelajaran berlangsung. Penerapan pembelajaran berbasis permainan melalui aktivitas Gerak Silat Challenge mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih interaktif, menyenangkan, dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat secara langsung dalam praktik gerak, kerja kelompok, serta pemecahan tantangan pembelajaran. Selain itu, keterlibatan peserta didik dalam pembuatan media pembelajaran paching turut mendukung peningkatan rasa tanggung jawab, kerja sama, dan partisipasi selama kegiatan pembelajaran. Dengan demikian, penerapan Active and Participatory Learning berbasis Game-Based Learning dapat menjadi salah satu alternatif strategi pembelajaran PJOK untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik, khususnya pada materi pencak silat di tingkat Sekolah Menengah Pertama.

DAFTAR PUSTAKA

Bicen, H., & Kocakoyun, S. (2018). Perceptions of students for gamification approach: Kahoot as a case study. International Journal of Emerging Technologies in Learning, 13(2), 72–93. https://doi.org/10.3991/ijet.v13i02.7467

Bonwell, C. C., & Eison, J. A. (1991). Active Learning: Creating Excitement in the Classroom. Washington, DC: George Washington University.

Camacho-Sánchez, R., Manzano-León, A., Rodríguez-Ferrer, J. M., Serna, J., & Lavega-Burgués, P. (2023). Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review. Education Sciences, 13(2), 183. https://doi.org/10.3390/educsci13020183

Chen, C. H., & Yang, Y. C. (2019). Revisiting the effects of project-based learning on students' academic achievement: A meta-analysis investigating moderators. Educational Research Review, 26, 71–81. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.11.001

Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2011). From game design elements to gamefulness: Defining gamification. Proceedings of the 15th International Academic MindTrek Conference, 9–15. https://doi.org/10.1145/2181037.2181040

Dyson, B., & Casey, A. (2016). Cooperative Learning in Physical Education and Physical Activity: A Practical Introduction. London: Routledge.

Ennis, C. D. (2017). Routledge handbook of physical education pedagogies. Routledge Handbook of Physical Education Pedagogies. London: Routledge.

Hastie, P. A., & Casey, A. (2014). Fidelity in models-based practice research in sport pedagogy: A guide for future investigations. Journal of Teaching in Physical Education, 33(3), 422–431. https://doi.org/10.1123/jtpe.2013-0141

Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). The Action Research Planner. Victoria: Deakin University Press.

Kirk, D. (2010). Physical Education Futures. London: Routledge.

Kurniawan, R., & Winarno, M. E. (2021). Pengembangan pembelajaran PJOK berbasis permainan untuk meningkatkan aktivitas belajar peserta didik. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 17(2), 115–124.

Prensky, M. (2001). Digital Game-Based Learning. New York: McGraw-Hill.

Siedentop, D., Hastie, P. A., & van der Mars, H. (2019). Complete Guide to Sport Education (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Snyder, A. R., Martinez, J. C., Bay, R. C., Parsons, J. T., Sauers, E. L., & Valovich McLeod, T. C. (2019). Health-related quality of life differs between adolescent athletes and adolescent non-athletes. Journal of Sport Rehabilitation, 28(3), 232–239.

Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge, MA: Harvard University Press.