

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *INQUIRY LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK

Samsidar Mahmud*, Advendi Kristiyandaru

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Surabaya

*Samsidar.19162@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Pendidikan Jasmani dalam materi kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk menyesuaikan beban fisik yang akan diterima. Kebugaran jasmani mempunyai komponen – komponen tersebut : 1. Kecepatan, 2. Kekuatan otot, 3. Ketahanan, 4. Kelincahan, 5. Kelenturan, 6. Daya eksplosif, 7. Keseimbangan, 8. Koordinasi, 9. Ketepatan, dan 10. Reaksi. Jenis yang digunakan pada penelitian adalah jenis eksperimental Eksperimen Semu. Desain penelitian Pre-Eksperimental Design, model desain One-Grup Pretest - Posttest Design. Penilaian dilakukan menggunakan excel dan SPSS untuk menemukan solusi dari rumusan masalah. Penerapan model pembelajaran inquiry bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar, keterlaksanaan, dan respons, dan hasil cukup efektif dalam kegiatan pembelajaran kelas, hasil tafsiran sebesar 74.54. Peningkatan hasil dikatakan tinggi hasil sebesar 0.74%, tabel output hasil uji t, diperoleh sig 0.000, yang berarti lebih kecil dari α 0.05, dengan demikian dikatakan H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, nilai rata-rata pretest sebesar 58.91, dan posttest sebesar 89.39. Implementasi model pembelajaran inquiry memberikan peningkatan hasil belajar PJOK materi kebugaran jasmani kelas X Reguler SMA Al Islam Krian tahun ajaran 2023/2024. Peningkatan hasil belajar diketahui dari hasil tes pretest dan posttest. Pretest sebesar 58.91 dan posttest sebesar 89.38, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran inquiry dapat meningkatkan hasil belajar teori kebugaran jasmani, serta keterlaksanaan mendapatkan hasil sebesar 75%, masuk dalam kategori baik dibuktikan dengan lembar observasi, angket respons mendapatkan hasil sebesar 79.60, dapat dikatakan bahwa respons terkait penerapan model pembelajaran inquiry terbilang hasil yang positif baik untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK.

Kata Kunci: inquiry; hasil belajar; kebugaran jasmani; PJOK

Abstract

Physical Education in physical fitness material is the ability of a person's body to adjust the physical load to be received. Physical fitness has these components: 1. Speed, 2. Muscle strength, 3. Endurance, 4. Agility, 5. Flexibility, 6. Explosive power, 7. Balance, 8. Coordination, 9. Accuracy, and 10. Reaction. The type used in research is the experimental type of Pseudo. Experiment. Pre-Experimental Design research design, One-Group Pretest - Posttest Design design model. The assessment is carried out using excel and SPSS to find solutions to problem formulations. The application of the inquiry learning model aims to determine the improvement of learning outcomes, implementation, and response, and the results are quite effective in classroom learning activities, the interpretation results amounted to 74.54. The increase in yield is said to be high yield by 0.74%, the output table of test result t, obtained sig 0.000, which means smaller than α 0.05, thus it says H_0 is rejected and H_a is accepted. Based on the results of descriptive analysis, the average score of pretest was 58.91, and posttest was 89.39. The implementation of the inquiry learning model provides an improvement in the learning outcomes of PJOK physical fitness material for class X Regular SMA Al Islam Krian for the 2023/2024 school year. Improvement in learning outcomes is known from pretest and posttest test results. Pretest of 58.91 and posttest of 89.38, it can be concluded that the inquiry learning model can improve the learning outcomes of physical fitness theory, and the implementation of getting results by 75%, is included in the good category as evidenced by observation sheets, response questionnaires get results of 79.60, it can be said that responses related to the application of the inquiry learning model are fairly positive results to be applied in PJOK learning.

Keywords: inquiry; learning outcomes; physical fitness; PJOK

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani juga merupakan suatu pembelajaran yang mengaitkan gerakan fisik akan tetapi tidak hanya, fokus terhadap pembelajaran luar/lapangan saja tetapi pendidikan jasmani juga melakukan kegiatan belajar mengajar dalam kelas, juga untuk meningkatkan pengetahuan akademik terkait pengetahuan teori – teori atau materi – materi PJOK (De Gomes, 2016). Pendidikan jasmani dapat memberikan dampak positif yang baik bagi peserta didik dalam hal kesehatan dan juga memberikan konteks kebugaran bagi fisik peserta didik yang telah diakui bagi peneliti - peneliti sebagai kunci dalam menentukan gaya hidup sehat bagi seseorang (Pezoa-Fuentes et al., 2023).

Pendidikan Jasmani dalam materi kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk menyesuaikan beban fisik yang akan diterima dalam hal ini kebugaran jasmani adalah suatu kebutuhan yang harus dipenuhi terhadap seseorang untuk menjalankan aktivitas – aktivitas tanpa ada kendala atau gangguan terhadap fisik. Pendidikan jasmani memberikan suatu peningkatan terhadap keberhasilan akademik peserta didik dan juga memperkuat dalam kemampuan sosial serta kognitif, meningkatkan emosi seseorang kepercayaan diri dan harga diri seseorang (Astuti, 2021).

Kebugaran jasmani kegiatan yang mempunyai banyak komponen – komponen yang terdapat dalam kebugaran jasmani tersebut. Menurut Pahlephi (2022), adapun komponen ini yaitu : 1. Kecepatan (Speed), 2. Kekuatan otot (Strength), 3. Ketahanan (Endurance), 4. Kelincahan (Agility), 5. Kelenturan (Flexibility), 6. Daya eksplosif (Power), 7. Keseimbangan (Balance), 8. Koordinasi (Coordination), 9. Ketepatan (Accuracy), dan 10. Reaksi (Reaction).

Dapat di definisikan dari komponen kebugaran jasmani di atas dapat didefinisikan bahwa kegiatan kebugaran jasmani dapat mempengaruhi kesehatan dan kebugaran tubuh seseorang, kebugaran fisik di atas berhubungan dengan kesehatan seseorang yang terdiri dari beberapa komponen – komponen yang terdapat dalam kebugaran jasmani yang di mana memiliki hubungan yang besar dengan kesehatan yang baik bagi seseorang, termasuk kebugaran kardiorespirasi dan fitness otot (Haverkamp et al., 2021).

Dalam hal ini pembelajaran model inquiry sangat berhubungan pada hal ini, pembelajaran model inquiry ini merupakan model yang mengelola masalah dan menyimpulkan materi yang dipelajari peserta didik dengan mengamati hal yang berhubungan terkait apa yang dipelajari. Hasil belajar adalah suatu perwujudan bentuk perilaku belajar yang di mana dapat terlihat dalam perubahan, kebiasaan, keterampilan, sikap, pengamatan,

dan kemampuan. Keberhasilan yang telah diraih oleh seorang peserta didik dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran pada suatu jenjang pendidikan tertentu sehingga dapat dilihat dari hasil belajar peserta didik itu sendiri (Khawarizmi et al., 2021). Menurut Susanto yang mengemukakan pendapatnya bahwa hasil belajar merupakan suatu bentuk perubahan – perubahan yang akan terjadi pada diri peserta didik, baik yang menyangkut aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor sebagai hasil dari kegiatan belajar yang telah diikuti (Awe & Benge, 2017).

Masalah hasil belajar peserta didik yang di bawah rata-rata tersebut dapat diketahui dengan cara memberikan soal yang berisikan suatu pertanyaan yang terkait materi kebugaran jasmani. Dalam menghasilkan hasil belajar yang baik pada pembelajaran, seorang guru perlu mengajarkan dalam konteks nyata. Seorang guru hendaknya dapat mengaitkan materi yang dipelajari dengan keadaan yang sebenarnya. Hal tersebut akan mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis peserta didik serta meningkatkan pengetahuan terhadap materi yang diajarkan. Berdasarkan hal tersebut, maka model pembelajaran yang cocok untuk diterapkan pada peserta didik adalah model pembelajaran inquiry (Khoerunnisa et al., 2020).

Berdasarkan kegiatan tersebut diperoleh hasil belajar yang menyatakan bahwa sebagian besar peserta didik mengalami kesulitan dalam memahami materi tersebut. Materi tersebut sudah di jelas pada pertemuan sebelum – sebelumnya. Salah satu solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik terhadap hasil belajar peserta didik yaitu dengan mengimplementasikan/menggunakan model pembelajaran yang sesuai yaitu salah satunya adalah model pembelajaran Inquiry Learning (Eva et al., 2015).

Karena model pembelajaran inquiry learning dapat menanamkan pemahaman/pengetahuan terhadap peserta didik dalam hal pelajaran, seorang guru perlu mengajarkannya dalam konteks nyata yaitu dengan mengaitkan materi yang dipelajari dengan keadaan yang sebenarnya serta menekankan sintaks pembelajaran inquiry (Agustanti, 2012). Hal tersebut akan mampu mengembangkan kemampuan peserta didik untuk berpikir kritis, mengamati, menalar, menanya, mengomunikasikan sehingga dapat meningkatkan pemahaman/pengetahuan peserta didik terhadap materi PJOK yang diajarkan (Wahid et al., 2017).

Berdasarkan hal tersebut pula, maka model pembelajaran yang cocok untuk meningkat hasil belajar peserta didik adalah model pembelajaran Inquiry Learning. Menurut Kunandar berpendapat bahwa hasil belajar adalah “kompetensi atau kemampuan tertentu baik itu dari segi kognitif, afektif maupun psikomotor yang

dicapai serta dikuasai oleh peserta didik sesudah mengikuti kegiatan proses belajar mengajar” (Saputra et al., 2018).

Hasil belajar juga mempunyai peranan yang sangat penting dalam proses pembelajaran dan merupakan nilai akhir peserta didik dalam kegiatan proses belajar mengajar. Peserta didik yang mempunyai hasil belajar yang sangat bagus, akan menjadikan peserta didik tersebut lebih bersemangat dan merasa puas akan hasil yang telah diraih.

METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah jenis eksperimental Quasy Experiment. Menurut Sugiyono (2021) metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh dari perlakuan tertentu. Perlakuan tertentu tersebut berpengaruh terhadap sesuatu yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa penelitian eksperimen selalu dilakukan dengan memberikan perlakuan terhadap subyek penelitian kemudian melihat pengaruh dari perlakuan tersebut (Asrin, 2022).

Desain penelitian yang digunakan adalah Pre-Eksperimental Design dengan model desain One-Grup Pretest - Posttest Design. Desain ini digunakan karena terhadap pretest sebelum diberi perlakuan, hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Pada penelitian ini nantinya terdapat satu kelas yang peserta didik akan diberikan dua kali tes untuk menguji peserta didik terkait materi PJOK untuk mengetahui hasil belajar peserta didik sehingga dapat diketahui kemampuan peserta didik, yang pertama diberikan adalah pretest untuk mengetahui hasil belajar peserta didik sebelum diterapkan model pembelajaran *inquiry*. Selanjutnya pada akhir pembelajaran akan diberikan posttest setelah diterapkan model pembelajaran *inquiry* dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan terhadap hasil belajar pada peserta didik.

Menurut Sugiyono (2019) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas serta karakteristik tertentu yang diterapkan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi yang akan digunakan adalah peserta didik SMA Al Islam Krian kelas X Reguler berjumlah 302 populasi, 116 laki-laki dan 186 perempuan. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki dari populasi tersebut menurut Sugiyono, (2018). Menyatakan bahwa sampel merupakan dari bagian total karakteristik yang dimiliki populasi, penelitian ini menggunakan cluster random sampel.

Dengan itu akan diberlakukan untuk populasi, dengan cara sampel yang diambil dari populasi menggunakan cluster random sampel dengan cara melakukan secara acak untuk mendapatkan kelas yang dapat diteliti serta sampel yang digunakan berjumlah 32 sampel terdiri dari 14 peserta didik laki-laki dan 18 peserta didik perempuan. Cara untuk menentukan jumlah sampel digunakan rumus slovin nilai e 10 persent.

Test *Essay*, tes ini akan dibagi menjadi dua yaitu *pretest* dan *posttest* yang nantinya akan diberikan sebelum dan sesudah diterapkan pembelajaran model *inquiry*. Hasil tes nanti akan dikumpulkan berdasarkan respons peserta didik. Instrumen tes yang akan diberikan kepada peserta didik nantinya menggunakan tes tertulis (*essay*) yang telah digunakan dari peneliti – peneliti sebelumnya, dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi PJOK tentang kebugaran jasmani.

Lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran PJOK menggunakan model *inquiry*, pada lembar observasi ini teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan cara teknik *rating scale* untuk mengetahui sejauh mana keterlaksanaan pembelajaran yang dilakukan.

Angket respons peserta didik, pada angket respons peserta didik ini teknik yang akan digunakan untuk memperoleh data. Angket respons tersebut dilakukan dengan cara membagikan kepada peserta didik setelah berakhirnya pertemuan terakhir, untuk diisi oleh peserta didik sesuai petunjuk ajar yang ada.

Adapun perlakuan dalam melakukan eksperimen atau pengambilan data penelitian terhadap model pembelajaran *inquiry* ini diberlakukan satu kali perlakuan/pertemuan adapun cara pelaksanaan satu kali pertemuan. Perlakuan selanjutnya, penerapan model pembelajaran *inquiry* selama satu kali pertemuan dan dilakukan pengamatan dengan menggunakan lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran model *inquiry*. Setelah itu melakukan *posttest* terhadap peserta didik setelah diterapkan model pembelajaran *inquiry* setelah melakukan uji *posttest* maka dilanjut dengan angket respons peserta didik. Dalam satu kali perlakuan/pertemuan ini dikarenakan dan diharapkan bahwa data yang di teliti itu benar – benar merupakan suatu data yang diambil dari adanya perlakuan tersebut dan data diambil adalah benar tanpa ada sifat kebetulan (Sischa et al., 2018).

Perlakuan tersebut dilaksanakan satu kali pertemuan disesuaikan dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disusun oleh pihak guru sekolah sesuai kurikulum materi kebugaran Jasmani. Pada penelitian ini menggunakan *N-Gain* dikarenakan dapat mengukur peningkatan terhadap hasil belajar kognitif

peserta didik sebelum dan setelah perlakuan model pembelajaran, aspek yang akan dinilai yaitu terdiri dari:

Pembelajaran materi kebugaran jasmani peserta didik yang dihitung dengan Analisis *N-Gain* hasil belajar. Dengan itu uji *pretest* dan *posttest* kemungkinan dapat mempengaruhi peserta didik dalam hal ini dapat dihitung menggunakan.

N-Gain atau disimbolkan : $\langle g \rangle$ didefinisikan sebagai rasio antara gain sebenarnya ($\% \langle G \rangle$) dengan gain maksimum yang mungkin dicapai ($\% \langle G \rangle_{\max}$).
 Formulasi untuk menghitung *N-Gain* yaitu :

Tabel 1. Menghitung N-Gain Score

	$\% \langle G \rangle$	$(\% \langle Sf \rangle - \% \langle Si \rangle)$	
$\langle g \rangle =$	$\frac{\text{---}}{\text{---}}$	$= \frac{\text{---}}{\text{---}}$	---
	$\% \langle G \rangle_{\max}$	$100 - \% \langle Si \rangle$	

Keterangan :

Persamaan 1 adalah rumus menghitung *N-Gain* $\langle Sf \rangle$ dan $\langle Si \rangle$ adalah skor final (*posttest*) dan skor awal (*pretest*).

$\% \langle Sf \rangle$ dan $\langle Si \rangle$ adalah nilainya (skor yang dikonversi 0-100)

Setelah diperoleh nilai *N-Gain*-nya, setelah itu maka dapat dilihat melalui kategori dari peningkatan melalui tabel di atas.

Tabel 2. Kategori Peningkatan N-Gain

	<i>N-Gain</i>	Kategori Peningkatan
1	$\langle g \rangle \geq 0,7$	Tinggi
2	$0,7 > \langle g \rangle > 0,3$	Sedang
3	$\langle g \rangle \leq 0,3$	Renda

Sumber (Parjinem, 2021)

Lembar observasi keterlaksanaan dinilai oleh pengamat yang telah memahami rubrik sehingga pengamat dapat menggunakan dan menilai keterlaksanaan pembelajaran dengan benar. Persen keterlaksanaan pembelajaran yang diperoleh, kemudian dikonversi menjadi persentase keterlaksanaan yang diperoleh menjadi nilai kuantitatif berdasarkan pada table di bawah.

Tabel 3. Kriteria Hasil Observasi Keterlaksanaan Pembelajaran

	Persentase (%)	Kategori Penilaian
1	81-100	Sangat Baik
2	61-80	Baik
3	41-60	Cukup
4	21-40	Kurang
5	0-20	Sangat Kurang

Sumber (Napisah et al., 2021)

Data hasil angket respons peserta didik yang telah didapatkan, selanjutnya akan dibuat kuantitatif dengan kategori berdasarkan tabel 3.

Tabel 4. Kategori Respons Peserta Didik

Persentase (%)	Kategori
75-100	Sangat Tinggi
50-74,99	Tinggi
25-49,99	Sedang
0-24,99	Renda

Sumber (Napisah et al., 2021)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dapat dideskripsikan bahwa penjelasan terkait hasil dari rumusan masalah, dalam pengolahan data penelitian ini berupa deskriptif, membanding perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest* menggunakan teknik analisis data menggunakan *Ngain Score*, penelitian ini berupa eksperimen yang di desain menggunakan *one grup pretest - posttest*.

Deskripsi hasil data penelitian mengenai hasil belajar yang didasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui peningkatan hasil nilai pengetahuan peserta didik terkait materi kebugaran jasmani dalam mengimplementasikan model pembelajaran *inquiry learning* terhadap hasil belajar PJOK materi kebugaran jasman.

Tabel 5. Data Ngain Score

Hasil Peningkatan <i>N Gain Score</i>		
Nilai N Gain	Kategori	Hasil
$g > 0,7$	Tinggi	0,75
$0,3 < g < 0,7$	Sedang	
$g < 0,3$	Rendah	

Penelitian ini membahas atau menganalisis terkait peningkatan hasil belajar, perbedaan antara sebelum *treatment* dan sesudah *treatment*, juga menganalisis terkait keterlaksanaan model pembelajaran, dan angket respons peserta didik terkait model pembelajaran yang di terapkan/diberlakukan.

Tabel 6. Data Tafsiran Efektivitas

Tafsiran Efektifitas		
Persen(%)	Tafsiran	Hasil
<40	Tidak Efektif	74,54
40-55	Kurang Efektif	
56-75	Cukup Efektif	
>76	Efektif	

Hasil analisis olah data menggunakan *excel*, berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *inquiry* dapat dikatakan cukup efektif untuk diterapkan dalam kegiatan pembelajaran dalam kelas dengan hasil tafsiran sebesar

74.54, dan hasil analisis peningkatan hasil belajar dapat dikatakan tinggi dengan hasil sebesar 0.74% lebih besar dari 0.7%, dapat di deskripsikan model pembelajaran sangat layak untuk diterapkan oleh guru-guru dalam pembelajaran kelas khususnya mata pelajaran PJOK.

Berdasarkan tabel *output* hasil uji *t*, dapat disimpulkan bahwa nilai yang diperoleh $sig = 0.000$, yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0.05$, dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sebagai keterangan di bawah.

H_0 = Tidak ada perbedaan nilai antara sebelum dan sesudah perlakuan model pembelajaran *inquiry*, H_0 dinyatakan ditolak.

H_1 = Ada perbedaan nilai peserta didik sebelum dan sesudah diberinya perlakuan model pembelajaran *inquiry*, H_1 dinyatakan diterima.

Penelitian di analisis menggunakan uji *t-Test* lalu Non Parametrik *wilcoxon*, dengan itu data pada penelitian ini tidak melakukan uji normalitas dan reliabilitas dikarenakan hanya menggunakan satu kelompok dan mencari perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest*. Hasil dari uji Non Parametrik *wilcoxon* tabel *test statistics Asym Sig* = 0.000, dikarenakan lebih kecil dari 0.05, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan nilai terhadap peserta didik dengan nilai rata-rata *pretest* sebesar 58.91, dan *posttest* sebesar 89.38.

Tabel 7. Data Paired Samples Test

Paired Samples Test		
Pair 1	Pretest-Posttest	
	Mean	-30,469
	Std. Deviation	9,19
	Std. Error Mean	1,625
	Lower	-33,782
	Upper	-27,156
	t	-18,755
	df	31
	Sig. (2-tailed)	,000

Pelaksanaan model pembelajaran *inquiry* benar-benar dilaksanakan, pada peserta didik kelas X Reguler SMA Al Islam Krian. Dapat disimpulkan penerapan model pembelajaran *inquiry* ada beberapa deskriptor yang dilewatkan oleh guru, dengan itu peneliti membantu guru menyampaikan beberapa deskriptor yang tertinggal seperti pembagian kelompok, mengenalkan model pembelajaran *inquiry* kepada peserta didik.

Tabel 8. Data Test Statistics

Test Statistics	
	Pretest-Posttest

Z	-4,951
Asymp. Sig. 2 (Tailed)	,000

Berdasarkan hasil uji analisis yang diperoleh angket respons peserta sebesar 79,60% diolah sehingga perhitungan angket respons masuk dalam kategori sangat tinggi. Angket tersebut dikembangkan dan diuji kevalidan serta reliabilitas angket hasil tersebut alpha sebesar 0.76 maka angket dikatakan reliabilitas dikarenakan lebih besar dari 0.70.

Implementasi model pembelajaran *inquiry* memberikan peningkatan terhadap hasil belajar PJOK materi kebugaran jasmani kelas X Reguler SMA Al Islam Krian tahun pelajaran 2023/2024. Peningkatan hasil belajar diketahui dari hasil tes *pretest* dan *posttest*. *Pretest* sebesar 58.91 dan *posttest* sebesar 89.38, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *inquiry* dapat meningkatkan hasil belajar teori kebugaran jasmani, serta keterlaksanaan mendapatkan hasil sebesar 75%, masuk dalam kategori baik diukur dengan menggunakan lembar observasi, angket respons mendapatkan hasil sebesar 79.60, dapat dikatakan bahwa respons terkait penerapan model pembelajaran *inquiry* terbilang hasil yang positif baik untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK hasil tersebut diperoleh dari angket respons peserta didik. Menurut Kusumaningtyas yang model *Inquiry* terhadap hasil belajar penelitian tersebut mempengaruhi dan mencapai empat efektivitas, bernilai baik, efektif, positif, dan tuntas.

Dapat disimpulkan bahwa model tersebut dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Pendapat Asali dan Fasri menyatakan pada penelitiannya pada model pembelajaran *inquiry* dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik, dalam penelitiannya menyatakan bahwa model pembelajaran *inquiry* dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik, mencapai rata – rata 62,49% dan mencapai 84,94% rata – rata. Pada pembelajaran dengan pendekatan *inquiry* peserta didik dibiasakan untuk memecahkan suatu masalah, menemukan suatu yang berguna bagi dirinya dan bergelut dengan ide – ide. Menurut Sungkowo (2003), kata kunci dari pembelajaran *inquiry* yaitu: mengutamakan pengalaman nyata; berpikir tingkat tinggi; berpusat pada peserta didik; memecahkan masalah, siswa aktif, kritis, dan kreatif.

PENUTUP

Simpulan

Peningkatan hasil belajar diketahui dari hasil tes *pretest* dan *posttest*. *Pretest* sebesar 58.91 dan *posttest* sebesar 89.38, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *inquiry* dapat meningkatkan hasil belajar teori kebugaran jasmani, serta keterlaksanaan

mendapatkan hasil sebesar 75%, masuk dalam kategori baik diukur dengan menggunakan lembar observasi, angket respons mendapatkan hasil sebesar 79.60, dapat dikatakan bahwa respons terkait penerapan model pembelajaran *inquiry* terbilang hasil yang positif baik untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK hasil tersebut diperoleh dari angket respons peserta didik.

Saran

Guru juga diharapkan lebih tegas terhadap peserta didik sehingga peserta didik dapat fokus terhadap materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru, sehingga dapat meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap pembelajaran dan dari pihak kepala sekolah lebih memberikan dorongan dan motivasi kepada guru khususnya pada mata pelajaran PJOK untuk menerapkan model pembelajaran *inquiry* dalam kegiatan proses belajar mengajar bagi peserta didik lebih aktif dan tertarik untuk memahami materi dengan usaha sendiri agar apa yang dipelajari lebih bermakna bagi peserta didik dan juga dengan harapan dapat meningkatkan hasil belajar bagi peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustanti, T. H. (2012). Implementasi Metode Inquiry Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Biologi. In *Jpii* (Vol. 1, Issue 1). [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Index.Php/Jpii](http://Journal.Unnes.Ac.Id/Index.Php/Jpii)
- Asrin, A. (2022). *Metode Penelitian Eksperimen*.
- Awe, E. Y., & Benge, K. (2017). Hubungan Antara Minat Dan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Ipa Pada Siswa Sd. In *Journal Of Education Technology* (Vol. 1, Issue 4).
- De Gomes, F. (2016). Keterampilan Bertanya: Strategi Perkembangan Kemampuan Kognitif Dan Berbahasa Anak Usia Dini. In *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Missio* (Vol. 8, ssue 2).
- Eva, R., Siagian, F., & Nurfitriyanti, M. (N.D.). *Jurnal Formatif 2(1): 35-44 Metode Pembelajaran Inquiry Dan Pengaruhnya Terhadap Hasil Belajar Matematika Ditinjau Dari Kreativitas Belajar*.
- Haverkamp, B. F., Oosterlaan, J., Königs, M., & Hartman, E. (2021). Physical Fitness, Cognitive Functioning And Academic Achievement In Healthy Adolescents. *Psychology Of Sport And Exercise*, 57. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102060>
- Khawarizmi, A., Pendidikan Dan Pembelajaran Matematika, J., Hirmaliza Hertin, H., Nisfiyati, M., & Ibrahim, M. (2021). Penerapan Metode Pembelajaran Blended Learning Dalam Meningkatkan Pemahaman Konsep Hasil Belajar Siswa: Sebuah Meta-Analisis. *Penerapan Metode Pembelajaran.....* | Al Khawarizmi, 5(1).
- Khoerunnisa, P., Syifa, &, & Aqwal, M. (2020). Analisis Model-Model Pembelajaran. In *Jurnal Pendidikan Dasar* (Vol. 4, Issue 1). <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/fondati>
- Napisah, P., Widiasih, R., Maryati, I., Hermayanti, Y., & Natasya, W. (2021). The Effectiveness Of Cabbage Leaf Compress And The Education Of Lactation Management In Reducing Breast Engorgement In Postpartum. *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 9(T6), 106–110. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7318>
- Parjinem, 2021,. (2021). Efektivitas Pembelajaran Statistika Pendidikan Menggunakan Uji Peningkatan N-Gain Di Pgmi. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 1039–1045. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.845>
- Pezoa-Fuentes, P., Cossio-Bolaños, M., Urra-Albornoz, C., Alvear-Vasquez, F., Lazari, E., Urzua-Alul, L., De Campos, L. F. C. C., & Gomez-Campos, R. (2023). Fat-Free Mass And Maturity Status Are Determinants Of Physical Fitness Performance In Schoolchildren And Adolescents. *Jornal De Pediatria*, 99(1), 38–44. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2022.03.007>
- Saputra, H. D., Ismet, F., & Andrizal, A. (2018). Pengaruh Motivasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Smk. *Invotek: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi*, 18(1), 25–30. <https://doi.org/10.24036/invotek.v18i1.168>
- Sischa, O. :, Pratiwi, P., Sekolah, G., & Fakultas, D. (2018). Pengaruh Penerapan Model Ctl Terhadap Prestasi Belajar Lambang Bilangan Romawi Kelas Iv Sd N 1 Jambukulon The Effect Of Application Of Ctl Model On Learning Achievement Of Roman Numerals Symbols. In *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar Edisi* (Vol. 17).
- Susi Dwi Astuti, P. (2021). *Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Anak Usia Dini*.
- Wahid, M., Pengawas, I., Agama, K., & Probolinggo, K. (2017). *Membangun High Order Thinking (Hot) Peserta Didik Melalui Contextual Teaching And Learning (Ctl) Di Madrasah* (Vol. 01, Issue 02).