

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED  
LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK  
MATERI PENYAKIT MENULAR COVID 19  
DI KELAS VII A SMPN 1 ROGOJAMPI**




**OLEH  
RINTO PRIMARAGA IBRAHIM  
NIM : 1516011065**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**2022**

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED  
LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK  
MATERI PENYAKIT MENULAR COVID 19  
DI KELAS VII A SMPN 1 ROGOJAMPI**

**SKRIPSI**



**Diajukan Kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Sebagai Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Oleh  
RINTO PRIMARAGA IBRAHIM**

**NIM 1516011065**

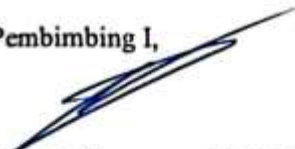
**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA**

**SKRIPSI**

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN  
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI  
GELAR SARJANA PENDIDIKAN**

Menyetujui,

Pembimbing I,

  
I Made Satyawan, S.Pd, M.Pd  
NIP. 198206062008121002

Singaraja, 20 Oktober 2022

Pembimbing II,

  
I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198511722008121001

### PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi oleh : Rinto Primaraga Ibrahim

Dengan judul : Implementasi model pembelajaran *problem base learning* untuk meningkatkan hasil belajar PIOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A SMPN 1 Rogojampi.

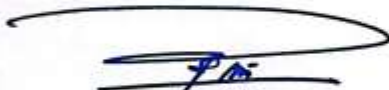
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, pada tanggal :

Dewan Penguji



I Made Satyawan, S.Pd, M.Pd  
NIP 198206062008121002

(Ketua)



I Gede Sywiwa, S.Pd, M.Pd  
NIP 198501172008121001

(Anggota)



Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd.  
NIP 196307091990031001

(Anggota)



Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd, M.Pd  
NIP 198705222015042004

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, guna memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar sarjana pendidikan.

Pada :  
Hari : Selasa  
Tanggal : 18 Oktober 2022

Mengetahui

Ketua Ujian,  


Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or  
NIP 196805172001121001

Sekretaris Ujian.  


I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd  
NIP 198501172008121001

Mengesahkan

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan


I Ketut Budhya Astra, S.Pd., M.Or  
NIP 19680408 199703 1 002

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rinto Primaraga Ibrahim  
NIM : 1516011065  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Implementasi model pembelajaran *problem base learning* untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A SMPN 1 Rogojampi" adalah benar-benar hasil karya penelitian sendiri dan bukan menjiplak karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam keaslian penulisan skripsi ini, saya siap dikenakan sanksi akademik sesuai perundangan yang berlaku.

Singaraja,

Yang membuat pernyataan

  
Rinto Primaraga Ibrahim  
NIM. 1516011065

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul “Implementasi model pembelajaran *problem base learning* untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A SMPN 1 Rogojampi” dapat saya selesaikan.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bimbingan, dorongan, arahan dan saran dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan pada Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang telah membantu dan mendukung peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini
3. I Made Satyawan, S.Pd, M.Pd, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang juga sebagai Pembimbing I yang telah banyak memeberikan motivasi, saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd, M.Pd Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu dalam segala pembuatan administrasi maupun jadwal ujian proposal, yang telah banyak memberikan dorongan, bimbingan, tuntunan arahan dan petunjuk dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. I Gede Suwiwa, S.Pd, M.Pd Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang juga sebagai Pembimbing II yang banyak memberikan motivasi, dorongan dan petunjuk-petunjuk dalam penyusunan skripsi ini.

6. Semua Dosen di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha yang telah banyak memberikan berbagai pengetahuan dalam bidang Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Undiksha maupun materi lainnya.
7. Staf Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan berbagai administrasi terkait.
8. Juli Santoso, S.Pd, MM, selaku Kepala SMP Negeri 1 Rogojampi Banyuwangi yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian.
9. Sujito, S.Pd.,M.Pd dan Mujiastuti, S.Pd sebagai Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 1 Rogojampi Banyuwangi yang telah banyak memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, angkatan 2015 yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuannya dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini.
11. Keluarga besar saya yang telah memberikan dukungan secara moril dan materi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
12. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini.

Untuk penyempurnaan skripsi ini segala kritik dan saran serta masukan sangat peneliti harapkan. Sebagai akhir kata peneliti berharap semoga skripsi bermanfaat bagi pengembangan IPTEK pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Singaraja, Mei 2022

Peneliti



## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Sampul .....	i
Halaman Judul .....	i
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	ii
Halaman Persetujuan Penguji.....	iii
Surat Pernyataan.....	iv
Kata Pengantar .....	vi
Daftar Isi.....	vii
Daftar Gambar.....	ix
Daftar Tabel .....	x
Daftar Lampiran.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah.....	5
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian .....	6
1.6 Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>8</b>
2.1 Model Pembelajaran <i>Problem Base Learning</i> .....	8
2.1.1 Pengertian <i>Problem Base Learning</i> (PBL) .....	8
2.1.2 Ciri – ciri <i>Problem Base Learning</i> .....	9
2.1.3 Tujuan <i>Problem Base Learning</i> .....	10
2.1.4 Langkah – langkah dalam <i>Problem Base Learning</i> .....	11
2.1.5 Kelebihan Kekurangan <i>Problem Base Learning</i> .....	13
2.2 Hasil Belajar.....	16
2.2.1 Pengertian Belajar .....	16
2.2.2 Tujuan Belajar .....	17
2.2.3 Hasil Belajar.....	18

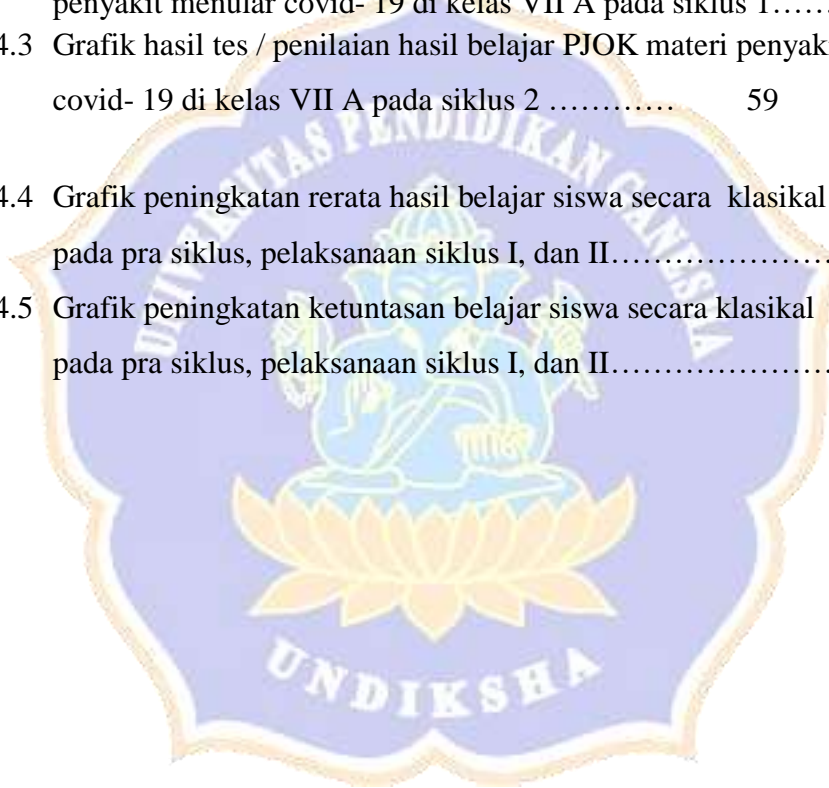
2.3 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	19
2.3.1 Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	19
2.3.2 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	21
2.4 Pengetahuan Kesehatan tentang Covid 19 .....	22
2.4.1 Pengertian Pencegahan .....	22
2.4.2 Penyakit Menular covid-19 .....	23
2.4.3 Gejala – gejala seseorang yang terinfeksi virus covid-19.....	24
2.4.4 Cara penularan covid-19 .....	26
2.4.5 Tindakan Pencegahan (Preventive Solution) .....	27
2.5 Penelitian yang Relevan.....	29
2.6 Hipotesis Penelitian .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
3.1 Rancangan Penelitian Tindakan Kelas.....	31
3.2 Lokasi Penelitian.....	31
3.3 Waktu Penelitian.....	32
3.4 Subyek Penelitian.....	32
3.5 Variabel dan Definisi Operasional Penelitian.....	32
3.5.1 Variabel Penelitian.....	32
3.5.2 Definisi Operasional Penelitian.....	33
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	33
3.7 Teknik Analisa Data.....	38
3.8 Penyiapan Partisipan .....	39
3.9 Indikator Penelitian.....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>40</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	40
4.2 Deskripsi Pada Pra Siklus .....	40
4.3 Deskripsi Pada Siklus 1 (satu).....	43
4.3.1 Perencanaan.....	43

4.3.2 Pelaksanaan Tindakan .....	44
4.3.3 Pengamatan / observasi .....	46
4.3.4 Refleksi .....	47
4.4 Analisa Data .....	48
4.5 Hasil Pencapaian Siklus 1 (satu).....	51
4.6 Deskripsi Pada Siklus 2 (dua) .....	51
4.6.1 Perencanaan.....	51
4.6.2 Pelaksanaan Tindakan.....	53
4.6.3 Pengamatan / observasi .....	55
4.6.4 Refleksi .....	56
4.7 Analisa Data .....	57
4.8 Hasil Pencapaian Siklus 2 (dua).....	60
4.9 Pembahasan Hasil Penelitian .....	60
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	64
5.1 Kesimpulan .....	64
5.2 Saran .....	65
DAFTAR PUSTAKA.....	66
DAFTAR LAMPIRAN .....	69



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Langkah PBL.....	11
Gambar 3.1 Prosedur siklus penelitian,.....	31
Gambar 4.1 Grafik nilai hasil ulangan harian materi pengetahuan kesehatan semester ganjil di kelas VII A SMP Negeri 1 Rogojampi Tahun Pembelajaran 2021 – 2022.....	42
Gambar 4.2 Grafik hasil tes / penilaian hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A pada siklus 1.....	50
Gambar 4.3 Grafik hasil tes / penilaian hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A pada siklus 2 .....	59
Gambar 4.4 Grafik peningkatan rerata hasil belajar siswa secara klasikal pada pra siklus, pelaksanaan siklus I, dan II.....	61
Gambar 4.5 Grafik peningkatan ketuntasan belajar siswa secara klasikal pada pra siklus, pelaksanaan siklus I, dan II.....	62



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 . Tahapan Problem Based Learning.....	12
<i>Tabel 3.1. Kisi – kisi instrumen penilaian hasil belajar PJOK .....</i>	<i>34</i>
Tabel 4.1 Data nilai hasil ulangan harian materi pengetahuan Kesehatan semester ganjil di kelas VII A SMP Negeri 1 Rogojampi Tahun Pelajaran 2021 – 2022.....	41
Tabel 4.2 Data hasil pengamatan aktifitas siswa dalam proses pembelajaran pada siklus 1 oleh observer / kolaborator....	48
Tabel 4.3 Data hasil tes / penilaian hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A pada siklus 1 .....	50
Tabel 4.4 Data hasil pengamatan aktifitas siswa dalam proses pembelajaran pada siklus 2 oleh observer / kolaborator .....	57
Tabel 4.5 Data hasil tes / penilaian hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 di kelas VII A pada siklus 2 .....	58
Tabel 4.6 Data rerata hasil belajar siswa secara klasikal pada pra siklus, siklus I, dan II .....	61
Tabel 4.7 Tabel data ketuntasan belajar siswa secara klasikal mulai pra siklus, pelaksanaan siklus I, dan II .....	62

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran – lampiran .....	69
Surat permohonan melakukan penelitian .....	70
Surat ijin melakukan penelitian .....	71
Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) .....	72
Lembar soal pengambilan data penelitian .....	73
Lembar jawaban siswa .....	78
Data hasil tes / penilaian hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 kelas VII A pada siklus 1 .....	79
Data hasil tes / penilaian hasil belajar PJOK materi penyakit menular covid- 19 kelas VII A pada siklus 2 .....	81
Dokumentasi pelaksanaan penelitian .....	83
Dokumentasi pelaksanaan siklus I .....	84
Dokumentasi pelaksanaan siklus II .....	85
Surat pernyataan telah melakukan penelitian .....	86

