

Lampiran 1 Surat Tugas Pembimbing



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 06.01/UN48.12.5/PP/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd.
 NIP : 196307091990031001
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198206062008121002
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : I Made Sumiarta
 NIM : 1916011029
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga
 Judul : Penerapan Model Pembelajaran Problem based Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Atletik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.
 NIP. 196804081997031002

Singaraja, 2 Januari 2023
 Ketua Jurusan,

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

Lampiran 2 Surat Tugas Pakar Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLARAHAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA

Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 08.06/UN48.12.5/PP/2023

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd, M.Pd.
 NIP : 197309262001121001
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga
 Sebagai : Pakar Instrumen
2. Nama : I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.
 NIP : 198503082019031005
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar Instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : I Made Sumiarta
 NIM : 1916011029
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Judul : Penerapan Model Pembelajaran Problem based Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Atletik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.
 NIP. 196804081997031002

Singaraja, 7 Juni 2023
 Ketua Jurusan,

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

Lampiran 3 Surat Izin Melakukan Observasi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
 UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
 Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali
 Telp. (0362) 25571, Fax. (03620) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 27 Pebruari 2023

Nomor : 37/ UN48.12.1/PP/2023
 Lampiran : -
 Perihal : Ijin melakukan observasi

Yth. : Kepala SMA N 1 Sawan
 di
 Sawan

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) diwajibkan untuk melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran di sekolah, sebagai syarat pengajuan judul penelitian (skripsi) di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. Kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengijinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : I Made Sumiarta
 Nomor Induk Mahasiswa : 1916011029
 Tahun Akademik : 2022/2023
 Jurusan : Pendidikan Olahraga
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.



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

Lampiran 4 Surat Izin Melakukan Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
 Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali
 Telp. (0362) 25571, Fax. (03620) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 13 Juni 2023

No : 108/UN48.12.1/PP/2023
 Lampiran : -
 Prihal : Melakukan Penelitian

Yth. : Kepala SMA Negeri 1 Sawan
 di
 Singaraja

Dengan Hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan prihal tersebut kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengijinkan mahasiswa di bawah ini untuk menggunakan obyek penelitian.

Nama : I Made Sumiarta
 NIM : 1916011029
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
 Judul Skripsi : Penerapan Model Pembelajaran Prolem Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Atletik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023

Atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

an Dekan
 Wakil Dekan I



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

Lampiran 5 Surat Balasan Dari sekolah Izin Melakukan Observasi

**SURAT IZIN PENELITIAN**

Nomor: B.31.070/2200/SMAN 1 SAWAN/DIKPORA

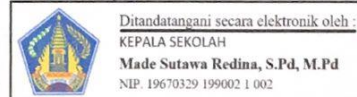
Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Sawan Kabupaten Buleleng dengan ini memberikan izin kepada mahasiswa atas nama:

N a m a : I Made Sumiarta
 Nomor Induk Mahasiswa : 1916011029
 Prodi : Pendidikan Olahraga
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
 Universitas : Pendidikan Ganesha

untuk melakukan Observasi Awal tentang proses pembelajaran sebagai syarat pengajuan judul skripsi di sekolah.

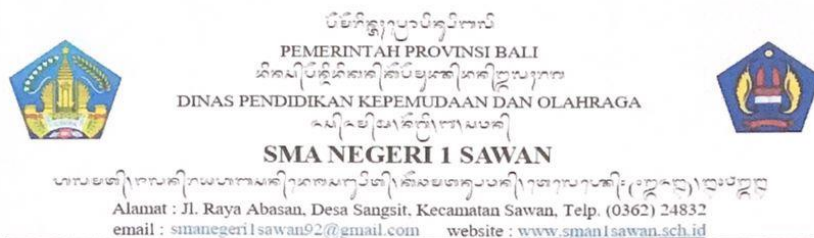
Demikian surat izin ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sawan, 11 April 2023



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

Lampiran 6 Surat Balasan Dari sekolah Izin Melakukan Penelitian

**SURAT - KETERANGAN**

Nomor: B.31.518/5240/SMAN 1 SAWAN/DIKPORA


Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA Negeri 1 Sawan Kabupaten Buleleng menerangkan bahwa :

N a m a	: I Made Sumiarta
Nomor Induk Mahasiswa	: 1916011029
Prodi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas	: Olahraga Kesehatan
Universitas	: Pendidikan Ganesha

Memang benar nama tersebut di atas telah melaksanakan penelitian pada tanggal 12 Juli 2023 s/d 4 Agustus 2023 di SMA Negeri 1 Sawan. Dimana judul Penelitian yaitu "Penerepan Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Atletik Peserta Didik Kelas X SMA N 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023 ."

Demikianlah, Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Buleleng, 24 Agustus 2023

	Ditandatangani secara elektronik oleh :
	KEPALA SEKOLAH
	Made Sutawa Redina, S.Pd, M.Pd NIP. 19670329 199002 1 002



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian





Lampiran 8 Modul Ajar

MODUL AJAR MATERI PJOK SMA NEGERI 1 SAWAN

I. Informasi Umum

1. Identitas

Satuan Pendidikan : SMAN 1 SAWAN

Guru Mata Pelajaran : I Made Sumiarta

Kelas/Fase : X/E

Alokasi Waktu : 2 x 45 Menit

Mata Pelajaran : PJOK

Materi : Atletik

2. Kompetensi Awal

Peserta didik sudah memahami teknik dasar dalam permainan Atletik

3. Profil Pelajar Pancasila

- Membangun tim dan mengelola Kerjasama (Elemen, Kolaborasi, sub elemen : Kerjasama).
- Mengidentifikasi kekuatan dan tantangan-tantangan (Elemen, Pemahaman Diri, sub elemen : Mengenali kualitas dan minat diri serta tantangan yang dihadapi).
- Bergotong royong: Melakukan praktik kegiatan permainan Atletik secara bersama-sama dengan menganalisi kesalahan yang dilakukan oleh teman lainnya.

4. Sarana dan Prasarana

- Stopwatch
- Gambar
- Video pembelajaran
- Pluit

5. Target peserta didik

- Jumlah peserta didik yang terdiri dari 34 siswa dalam 1 kelas dan terdiri dari 4 kelas.

6. Model pembelajaran

- Tatap Muka

II. Komponen Inti

7. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu:

- Menjelaskan keterampilan gerak teknik dasar nomor lari jarak pendek.
- Mempraktikkan keterampilan gerak teknik dasar nomor lari jarak pendek.
- Menganalisis keterampilan gerak teknik dasar nomor lari jarak pendek.

8. Pemahaman bermakna

Atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu, jalan, lari, lompat, dan lempar. Di samping itu, atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan biomotorik, misalnya, kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan sebagainya. Dan, kegiatan atletik ini juga dimanfaatkan sebagai sarana penelitian bagi para ilmuwan di bidang keolahragaan.

9. Pertanyaan pemantik

- Apa yang kalian ketahui mengenai Olahraga Atletik?
- Apa saja nomor pertandingan yang terdapat dalam permainan Atletik?
- Kesalahan apa saja yang sering dilakukan saat mempraktikkan nomor lari?

10. Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> ● Model: Pembelajaran tatap muka. ● Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ○ Lapangan atletik ○ <i>Start block</i> ○ Tali pembatas ○ <i>Stopwach</i> ○ Gambar ○ Video pembelajaran ● Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan ● Produk: Keterampilan gerak lari jarak pendek. ● Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat. b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai. c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain berkumpul dengan berlari ke suatu sasaran). 2. Kegiatan Inti (60 Menit) <p>Langkah – langkah model pembelajaran <i>problem based learning</i> yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Orientasi peserta didik terhadap masalah b. Mengorganisasi peserta didik untuk belajar c. Membimbing peserta didik dalam penyelidikan individual dan kelompok d. Mengembangkan dan menyajikan hasil karya peserta didik e. Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah <p>Dari langkah-langkah model pembelajaran <i>problem based learning</i> diatas kemudian guru menerapkan pembelajaran sesuai dengan langkah-langkah diatas yaitu sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek, sesuai dengan instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. b. Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran aktivitas keterampilan gerak (<i>start</i>, gerakan lari jarak pendek, dan memasuki garis <i>finish</i>) lari jarak pendek bagi kesehatan dan kebugaran jasmani. c. Peserta didik melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek sesuai dengan penjelasan guru secara individu maupun kelompok, dan menyampaikan arti penting kerja sama dalam aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek. d. Seluruh hasil analisis aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan. e. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. f. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak lari jarak pendek secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran. b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.

11. Asesmen

Sikap : Komitmen peserta didik untuk tepat waktu dalam pembelajaran praktik maupun dalam kelas saat mengganti pakaian olahraga dan pengumpulan tugas.

Pengetahuan : Peserta didik dapat Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas keterampilan gerak Olahraga Atletik dengan benar

Keterampilan : Peserta didik dapat Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak Olahraga Atletik dengan benar.

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi.
 b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
 c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (start, gerakan lari jarak pendek, dan memasuki garis finish).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Jarak Tempuh

Keterangan:

C : 65-83 (Cukup)

B: 84-91 (Baik)

A: 92-100 (Sangat baik)

12. Pengayaan dan remedial

Peserta didik membuat makalah tentang permainan Olahraga Atletik dan menyajikannya sebelum memasuki materi selanjutnya.

13. Refleksi peserta didik dan guru

- Untuk Peserta Didik

- 1) Bagaimana perasaanmu setelah mengikuti pembelajaran?
- 2) Apa capaian baik yang kamu temukan dalam pembelajaran ini?
- 3) Apa saja hambatan dan tantangan dalam melakukan kegiatan pembelajaran?
Bagaimana solusinya?
- 4) Saran dan masukan?

- Untuk Guru

- 1) Apa hal menarik yang saya dapatkan ketika melakukan kegiatan pembelajaran ini?
- 2) Apa saja hambatan dan tantangan dalam melakukan kegiatan ini?
- 3) Upaya apa saja yang akan dilakukan untuk menyelesaikan hambatan dan tantangan tersebut?

III. LAMPIRAN

14. Lembar Kerja Peserta Didik

Nama :



Tanggal :


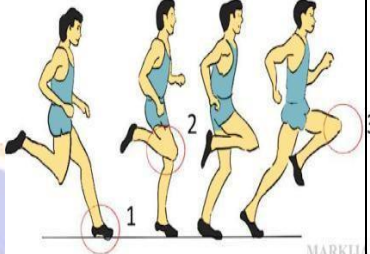
- Amati sebuah pertandingan Olahraga Atletik cabang lari sprint pendek melalui video kemudian buatlah laporan singkat hasil pertandingan dan jelaskan secara singkat teknik dasar permainan yang bisa kita kembangkan.

Nama :

Tanggal :

Proposal Proyek

Nama dan Jenis Keterampilan Gerak	Cara Melakukan	Kesalahan Yang Terjadi	Gambar Bantuan
			
			

			
			 <p>MARKIJ.B</p>
			