

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR MATERI KAYANG
MELALUI PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN
PROJECT BASED LEARNING PESERTA DIDIK KELAS
VII A SMP N 1 SAWAN TAHUN 2023/2024**

SKRIPSI

**Ditunjukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Oleh
I Ketut Darmayasa
NIM 1916011034**

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

2023

SKRIPSI

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

Menyetujui

Pembimbing I



Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197309262001121001

Pembimbing II



Dr. Hendra Mashuri, M.Pd.
NIP. 198810302020121009

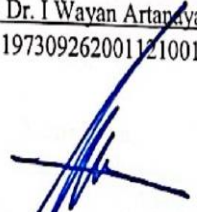
Skripsi oleh I Ketut Darmayasa ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 22 November 2023

Dewan Penguji




Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197309262001121001

(Ketua)



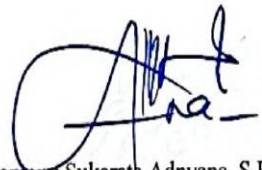
Dr. Hendra Mashuri, M.Pd.
NIP. 198810302020121009

(Anggota)



Dr. H. Wahjoedi, M.Pd.
NIP. 197001291994031002

(Anggota)



I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or
NIP. 198503082019031005

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan
Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 22 November 2023

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,



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



I Komang Sukarata Adnvana, S.Pd., M.Or.
NIP. 198503082019031005

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Peningkatan Hasil Belajar Materi Kayang Melalui Penerapan Model Pembelajaran *Project Based Learning* Peserta Didik Kelas VII A SMP N 1 Sawan Tahun 2023/2024”, Berserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang di jatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam upaya saya ini, atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 19 Oktober 2023
Yang membuat pernyataan,



I Ketut Darmayasa
1916011034

KATA PERSEMBAHAN

Hanya karena kasih karunia-Nya, segala pujian dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhirnya skripsi ini dapat saya selesaikan dengan baik dan pada waktu-Nya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

BAPAK & IBU DOSEN

Pembimbing, Penguji, dan Pengajar

“Terima kasih bapak dan ibu dosen yang telah membimbing, mengajar, dan memberikan motivasi selama saya menempuh proses perkuliahan sehingga saya banyak mendapatkan pengetahuan dan pengalaman selama di perkuliahan”

BAPAK & IBU TERCINTA

I Gede Parten & Luh Soma Sari

“Terima kasih telah menjadi orang tua saya yang membesarkan dan terus menjaga saya sampai saat ini, juga menjadi penolong saya belajar untuk mengenal betapa kerasnya dunia ini dan telah memberi saya motivasi, doa, kasih sayang dan segala bentuk pengorbanan yang telah kalian berikan kepada saya untuk menggapai cita-cita serta memenuhi harapan menjadi manusia yang berguna bagi keluarga dan masyarakat”

SAUDARA TERCINTA

Luh Srinoviani, Kadek Winda Sari, Komang Ayu Desiana, &

Luh Putu Juni Variani

“Terima kasih atas Doa, Dukungan dan Semangat yang telah engkau berikan selama ini dari awal kuliah hingga di tahap akhir ini”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

MOTTO

**“JANGAN BERHENTI KETIKA LELAH,
BERHENTILAH KETIKA TERCAPAI”**

(I Ketut Darmayasa, 2023)



PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya Skripsi dengan judul **“Peningkatan Hasil Belajar Materi Kayang Melalui Penerapan Model Pembelajaran *Project Based Learning* Peserta Didik Kelas VII A SMP N 1 Sawan Tahun 2023/2024”** dapat disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana Pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan proposal ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti Pendidikan Sarjana di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang membantu dalam bidang akademik di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, MS, S.Or., M.Or. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu dalam bidang sarana dan prasarana selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
5. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.

6. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd. Ketua jurusan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
7. Ni Luh Putu Spyanawati, S.Pd., M.Pd. Sekertaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd, M.Or. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi sekaligus Selaku penguji II yang sangat membantu mengerjakan skripsi dalam kesalahan-kesalahan pembuatan kata-kata atau penulisan dan memberikan pengarahan
9. Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd. Selaku Wakil Rektor II sekaligus Pembimbing I saya yang telah banyak membantu proses penyusunan skripsi, serta memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini
10. Dr. Hendra Mashuri, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membantu proses penyusunan skripsi serta penyempurnaanya
11. Dr. H. Wahjoedi, M.Pd. Selaku penguji I yang sangat membatu memberikan pengarahan dalam pembuatan skripsi
12. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or. Selaku pembimbing akademik yang sangat membantu dalam proses perumusan judul, serta memberikan motivasi dan masukan sehingga tersusun skripsi.
13. Seluruh Staff Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telahbanyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penelitian ini.
14. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa sepenuhnya apa yang tersaji dalam proposal ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak.

Singaraja, 19 Oktober 2023



Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERNYATAAN.....	vi
KATA PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO	viii
PRAKATA.....	ix
ABSTRAK.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Pembatasan Masalah.....	5
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
2.1 Hasil Belajar.....	9
2.2 Peningkatan Hasil Belajar.....	12
2.2.1 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar.....	13

2.3 Pengertian PJOK	16
2.4 Senam Lantai Kayang	19
2.5 <i>Project Based Learning</i> (PjBL).....	24
2.5.1 Pengertian	24
2.5.2 Karakteristik model <i>project based learning</i>	25
2.5.3 Langkah-langkah model <i>project based learning</i>	26
2.5.4 Kelebihan dan kekurangan <i>project based learning</i>	27
2.6 Model pembelajaran PjBL.....	28
2.7 Penelitian tindakan kelas (PTK).....	29
2.7.1 Karakteristik penelitian tindakan kelas.....	30
2.7.2 Tujuan penelitian tindakan kelas	31
2.7.3 Manfaat penelitian tindakan kelas	32
2.8 Media Gambar	33
2.8.1 Pengertian	33
2.8.2 Jenis-jenis media gambar.....	33
2.9 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan	35
2.10 Kerangka Berpikir	36
2.11 Hipotesis Penelitian.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
3.1 Jenis Penelitian	40
3.2 Desain Penelitian.....	42
3.2.1. Kegiatan awal (Pra Siklus)	43
3.2.2 Siklus I.....	43

3.2.3 Siklus II.....	45
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	47
3.3.1 Lokasi Penelitian.....	47
3.3.2 Waktu Penelitian.....	47
3.4 Subjek dan Objek Penelitian	47
3.5 Teknik Pengumpulan Data	47
3.6 Instrument Penelitian.....	49
3.6.1 Penelitian Aspek Afektif.....	49
3.6.2 Penelitian Aspek Kognitif.....	51
3.6.3 Penelitian Aspek Psikomotor.....	51
3.6.4 Soal Tes Hasil Belajar.....	53
3.6.5 Dokumentasi	54
3.7 Teknik Analisis Data	55
3.8 Kriteria keberhasilan	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	57
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	57
4.1.1 Siklus I.....	57
4.1.2 Siklus II.....	62
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	64
4.2.1 Prasiklus.....	64
4.2.2 Siklus I	66
4.2.3 Siklus II.....	70
4.2.4 Ketuntasan hasil belajar peserta didik	74

4.3 Implikasi Penelitian.....	77
4.4 Pembahasan.....	78
BAB V PENUTUP.....	82
5.1 Rangkuman.....	82
5.2 Simpulan.....	82
5.3 Saran.....	83
DAFTAR RUJUKAN.....	85



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penelitian aspek sikap/Afektif	49
Tabel 3. 2 Deskriptor Penelitian Sikap	50
Tabel 3. 3 Penelitian Pengetahuan/Kognitif	51
Tabel 3. 4 Tabel Penelitian Aspek Keterampilan /Psikomotor	51
Tabel 3. 5 Lembar Penilaian	52
Tabel 3. 6 Kisi-kisi soal tes	54
Tabel 4.1 Nilai sikap kayang pada prasiklus.....	64
Tabel 4.2 Nilai pengetahuan kayang pada prasiklus.....	65
Tabel 4.3 Nilai keterampilan kayang pada prasiklus	65
Tabel 4.4 Hasil belajar aspek sikap siklus I.....	66
Tabel 4.5 Hasil belajar aspek pengetahuan siklus I	67
Tabel 4.6 Hasil belajar aspek keterampilan siklus I.....	68
Tabel 4.7 Hasil belajar aspek sikap siklus II.....	70
Tabel 4.8 Hasil belajar aspek pengetahuan siklus II.....	71
Tabel 4.9 Hasil belajar aspek keterampilan siklus II	72
Tabel 4.10 Ketuntasan hasil belajar peserta didik setiap aspek	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teknik melakukan gerakan kayang.....	23
Gambar 2. 2 Teknik untuk memberikan bantuan gerakan kayang.....	24
Gambar 2. 3 Teknik melakukan gerakan kayang sendiri.....	24
Gambar 2. 4 Karangka Berpikir	37
Gambar 3. 1 Alur Kegiatan Penelitian Tindakan Kelas	41
Gambar 4.1 Diagram ketuntasan belajar peserta didik siklus I.....	70
Gambar 4.2 Diagram ketuntasan belajar peserta didik siklus II	74
Gambar 4.3 Diagram ketuntasan belajar tiap aspek.....	76



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Tugas Pembimbing.....	88
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian	89
Lampiran 3 Modul Ajar	90
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian.....	95

