

**VISIBILITAS DAN EFEKTIVITAS  
PEMBELAJARAN PJOK DI SEKOLAH DASAR  
(SD) SE-KECAMATAN BULELENG**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi**



**OLEH  
Ni Kadek Prisila Yanti  
NIM. 2016011032**

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

**2024**

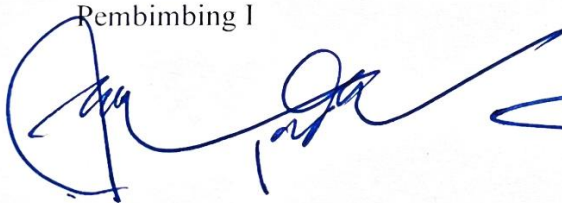
**SKRIPSI**

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

**Persetujuan Pembimbing**

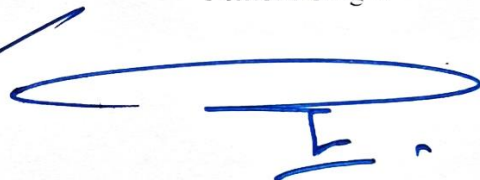
**Menyetujui,**

Pembimbing I



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

Pembimbing II



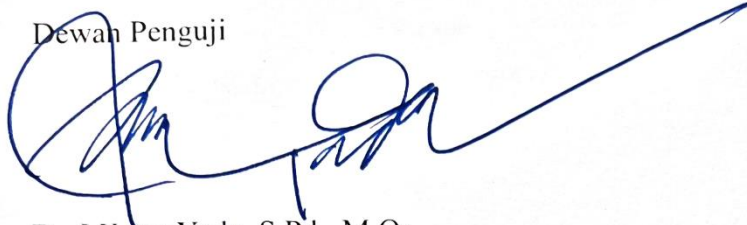
Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
NIP.198501172008121001

## PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi dengan judul “**Visibilitas Dan Efektivitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng**”, telah disahkan oleh dewan penguji.

Singaraja, 30 Mei 2024

Dewan Penguji



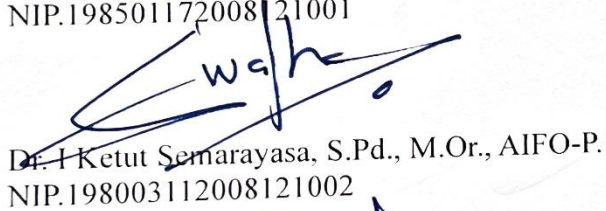
Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.  
NIP.196805172001121001

(Ketua)



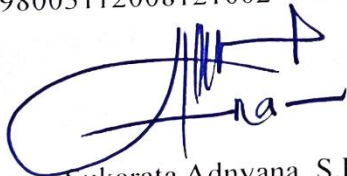
Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
NIP.198501172008121001

(Anggota)



Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P.  
NIP.198003112008121002

(Anggota)



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

(Anggota)

## PERSETUJUAN PANITIA UJIAN

Diterima oleh panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Guna memenuhi syarat – syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan

Pada

Hari : Kamis

Tanggal : 30 Mei 2024

Mengetahui,

Ketua Ujian



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

Sekretaris Ujian



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

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Visibilitas dan Efektivitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar (SD) Se- Kecamatan Buleleng**”, beserta 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 dan sanksi yang di jatuhkan kepada saya apabila kemudian di temukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam upaya saya ini, atau ada klaim keaslian karya saya ini.

Singaraja, 29 Mei 2024

Yang Membuat Pernyataan



Ni Kadek Prisila Yanti

NIM.2016011032

## **KATA PERSEMBAHAN**

Hanya karna kasih karunia-Nya, segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa, akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik dan tepat waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terima kasih saya kepada:

### **BAPAK & IBU TERCINTA**

#### **I Wayan Mustika dan Kadek Muliastini**

“Terima kasih telah menjadi orang tua yang sudah merawat dan mendoakan saya.  
Astungkara Ida Hyang Widi Wasa selalu menyertai kedua orang tua saya”

### **SAUDARI TERCINTA**

#### **I Gede Bima Sakti dan I Komang Andika Tripal Guna**

“Terima kasih atas doa, kasih sayang, motivasi dan segala bentuk dukungan yang diberikan kepada peneliti”

### **BAPAK & IBU DOSEN**

#### **Pembimbing, Penguji, 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”

### **SAHABAT & TEMAN - TEMAN**

“Terima kasih atas doa, kebaikan hati, dan kesetiaan yang telah kalian berikan selama proses perkuliahan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini”

## **ALMAMATER**

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja



**MOTTO**

**“BERDAMAI DENGAN DIRI SENDIRI  
ADALAH KUNCI SEGALA  
ASPEK KEHIDUPAN”**

(Cila)





## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahma-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Visibilitas dan Efektivitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng**”. Skripsi disusun guna dapat memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi, penulis banyak mendapatkan bantuan baik moral maupun materi dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd. Selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk kuliah di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. Selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha sekaligus Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. Selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha sekaligus Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran, semangat dan motivasi selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
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 di bidang sarana dan prasarana selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.

5. I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd. Selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu di bidang kegiatan kemahasiswaan selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
6. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. Selaku Ketua Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di bidang sarana dan prasarana dan administrasi peminjaman sarana dan prasarana selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
7. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd. Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak memberikan bimbingan di jurusan dan membantu peneliti untuk menyelesaikan pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. Ni Luh Putu Snyanawati, S.Pd., M.Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membantu peneliti di bidang administrasi dan membantu peneliti dalam pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga serta membantu menyusun surat – menyurat untuk penyusunan skripsi ini.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah banyak membantu mengkoordinasikan kegiatan mahasiswa di prodi, membantu mahasiswa merencanakan program kuliah, membimbing mahasiswa dalam menentukan perkuliahan, dan membantu peneliti menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
10. Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. Selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan memberikan kritik serta saran yang

membangun untuk peneliti pada masa perkuliahan hingga menyusun laporan akhir berupa skripsi.

11. Seluruh Staff Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan, bimbingan, didikan, motivasi, dan bantuan peneliti selama menempuh pendidikan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Jurusan Pendidikan Olahraga, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi.
12. Teman – teman seangkatan 2020 yang telah memberikan informasi dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
13. Kepada sekolah di Sekolah Menengah Atas (SMA) Se- Kabupaten Buleleng yang telah membantu peneliti dan memberikan ijin untuk melakukan penelitian sehingga skripsi ini dapat diselesaikan oleh peneliti.
14. Kepada guru di Sekolah Menengah Atas (SMA) Se- Kabupaten Buleleng yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian dan memberikan bantuan sumbangsih pikiran yang membangun sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.
15. Untuk peserta didik di Sekolah Menengah Atas (SMA) Se-Kabupaten Buleleng yang terlibat dalam penelitian ini, yang telah banyak memberikan bantuan dalam pengambilan data skripsi ini sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.
16. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini

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

Singaraja, 30 Mei 2024

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
Persetujuan Pembimbing.....	ii
Persetujuan Penguji.....	iii
Persetujuan Panitia Ujian .....	iv
Pernyataan .....	v
Kata Persembahan .....	vi
Motto .....	viii
Abstrak .....	ix
Prakata.....	x
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Tabel.....	xvi
Daftar Gambar.....	xvii
Daftar Lampiran .....	xix
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian .....	8
1.6 Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>11</b>
2.1 Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan .....	11
2.2 Pembelajaran.....	14
2.3 Efektivitas Pembelajaran PJOK.....	16
2.4 Visibilitas Pembelajaran PJOK.....	18
2.5 Kurikulum.....	21
2.5.1 Kerangka dasar Kurikulum 2013 .....	22
2.5.2 Landasan Kurikulum 2013.....	22
2.5.3 Karakteristik Kurikulum 2013 .....	26
2.5.4 Struktur Kurikulum 2013 .....	27
2.6 Kajian Yang Relevan .....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>

3.1 Rancangan Penelitian.....	31
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
3.2.1 Populasi Penelitian.....	33
3.2.2 Sampel Penelitian.....	33
3.3 Definisi Oprasional Variabel .....	35
3.4 Metode Pengumpulan data .....	36
3.5 Instrumen Penelitian .....	37
3.6 Teknik Analisis Data.....	38
3.6.1 Teknik Analisis Visibilitas .....	38
3.6.2 Teknik Analisis .....	40
3.7 Jadwal Penelitian dan Waktu Penelitian.....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>42</b>
4.1 Hasil Penelitian Visibilitas.....	42
4.1.1 Hasil Penilaian Kompetensi Kepribadian .....	50
4.1.2 Hasil Penilaian Kegiatan Pembelajaran .....	52
4.1.3 Hasil Penilaian Rencana Pelaksanaan Pembelajaran .....	54
4.1.4 Rasio Guru Dengan Peserta Didik .....	54
4.2 Hasil Penelitian Efektivitas Pembelajaran PJOK .....	55
4.2.1 Hasil Nilai Peserta Didik .....	55
4.2.2 Hasil Penilaian Peserta Didik Terhadap Pembelajaran PJOK .....	56
4.3 Pembahasan .....	63
4.3.1 Visibilitas Pembelajaran PJOK.....	63
4.3.2 Efektivitas Pembelajaran PJOK.....	66
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>70</b>
5.1 Rangkuman .....	70
5.2 Kesimpulan .....	73
5.3 Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>76</b>
Lampiran .....	77
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>129</b>

## Daftar Tabel

	Halaman
Tabel 2.1 Jenis, Rasio dan Deskripsi sarana tempat bermain/olahraga .....	19
Tabel 2.2 Jumlah Rombongan Belajar Setiap Satuan Pendidikan Sumber: Permendikbud No. 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan .....	20
Tabel 2.3 Struktur Kurikulum Sekolah Dasar .....	28
Tabel 2.4 Standar Kompetensi Lulusan SD .....	29
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian .....	31
Tabel 3.2 Daftar Nama Sekolah Penelitian .....	35
Tabel 3.3 Kisi – Kisi Instrumen Penelitian Visibilitas dan Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	38
Tabel 3.4 Keterangan Nilai Visibilitas .....	40
Tabel 3.5 Jadwal dan Waktu Penelitian.....	40
Tabel 3.6 Daftar Tempat Sekolah Penelitian.....	41
Tabel 4.1 Rangkuman data hasil penelitian visibilitas pada sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng .....	42

## Daftar Gambar

	halaman
Gambar 3.1 Rancangan Bagan Alur Penelitian .....	32
Gambar 4.1 Nilai Kompetensi Kepribadian .....	51
Gambar 4.2 Penilaian Kegiatan Pembelajaran .....	52
Gambar 4.3 Penilaian Rencana Pelaksanaan Pembelajaran .....	54
Gambar 4.4 Rasio Guru Dengan Peserta Didik.....	54
Gambar 4.5 Rata – Rata Nilai Peserta didik.....	55
Gambar 4.6 Mengenai Pertanyaan Apakah Materi Pembelajaran Yang Diberikan Oleh Guru Menyenangkan.....	56
Gambar 4.7 Mengenai Pertanyaan Apakah Pembelajaran Yang di Berikan Oleh Guru Menarik Dan Mudah Di Ingat.....	57
Gambar 4.8 Mengenai Pertanyaan apakah menurutmu sarana yang digunakan aman dalam pembelajaran yang diberikan.....	58
Gambar 4.9 Mengenai Pertanyaan Apakah Lapangan Yang Digunakan Cukup Memadai Untuk Proses Pembelajaran. ....	58
Gambar 4.10 Mengenai Pertanyaan Apakah Guru Sering Memberikan Motivasi Kepada Kamu Pada Saat Pembelajaran.....	59
Gambar 4.11 Mengenai Pertanyaan Apakah Menurutmu Guru Sudah Menampilkan Wajah Yang Ceria Sesuai Dengan Situasi Sekitar,Bertutur Kata Yang Baik Dan Berpakaian Dengan Baik. ....	60
Gambar 4.12 Mengenai Pertanyaan Menurutmu Apakah Guru Mendampingi Peserta Didik Dari Awal Mulainya Pembelajaran Sampai Selesai. ....	60
Gambar 4.13 Mengenai Pertanyaan Menurutmu Apakah Guru Memfasilitasi Aktivitas Pemanasan Dan Pendinginan Dengan Memilih Jenis Pemanasan Dan Pendinginan Yang Sesuai Dengan Karakteristik Materi Yang Diajarkan. ....	61
Gambar 4.14 Mengenai Pertanyaan Apakah Rencana Pembelajar Yang Akan Dilakukan Sesuai Dengan Implementasi Pembelajaran Diberikan Oleh Guru. ....	62



Gambar 4.15 Mengenai Pertanyaan Apakah Waktu Menutup Pembelajaran Sesuai  
Dengan Waktu Yang Telah Di Tentukan. ....62



## Daftar Lampiran

	halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....	77
Lampiran 2. Surat Ijin Observasi .....	78
Lampiran 3. Surat Keterangan .....	79
Lampiran 4 Surat Tugas Dosen Pembimbing.....	80
Lampiran 5 Uji Validitas Instrumen Pakar I .....	81
Lampiran 6 Uji Validitas Instrumen Pakar II .....	104
Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan .....	127

