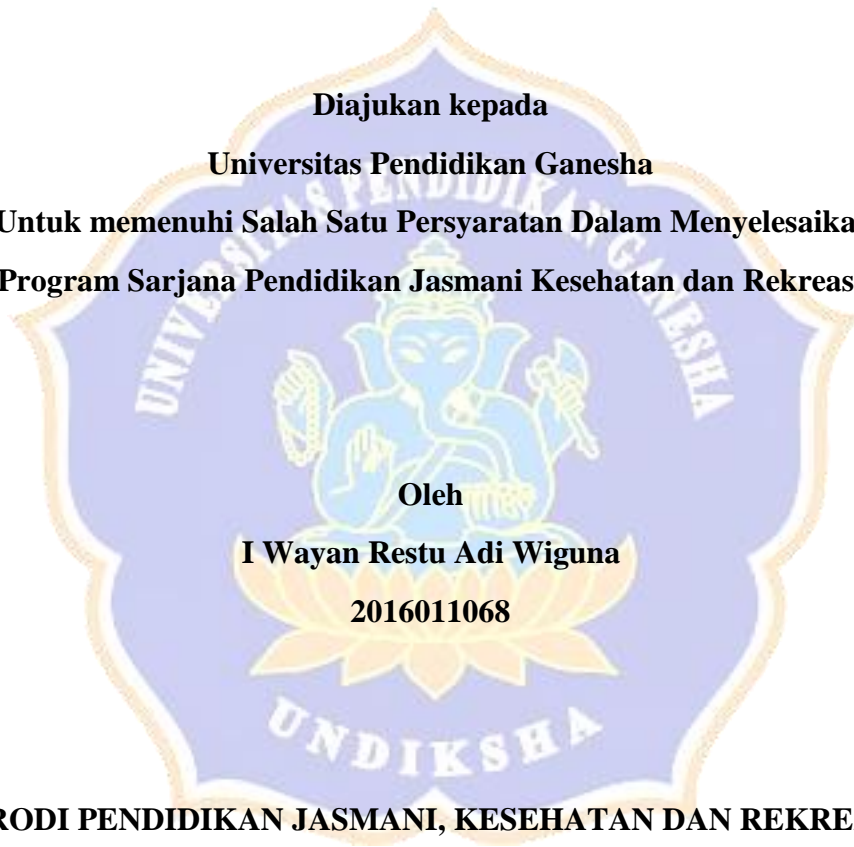


**VISIBILITAS DAN EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN  
PJOK DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP)  
SE-KABUPATEN BULELENG**

**SKRIPSI**

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



**Oleh  
I Wayan Restu Adi Wiguna  
2016011068**

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

**2024**

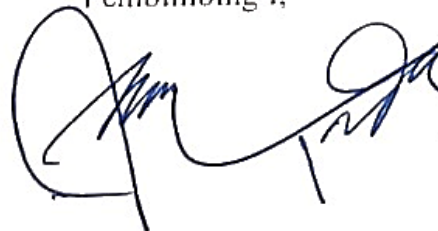
**SKRIPSI**

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

**Persetujuan Dosen Pembimbing**

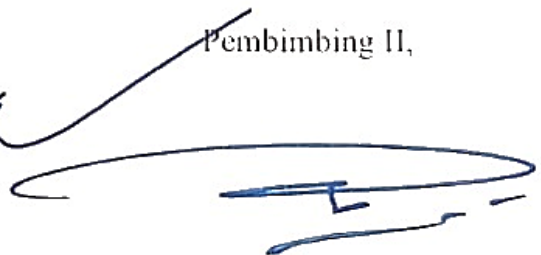
**Menyetujui**

Pembimbing I,



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

Pembimbing II,

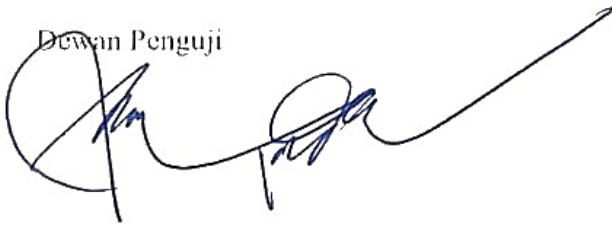


Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
NIP.198501172008121001

## Persetujuan Penguji

Skripsi oleh I Wayan Restu Adi Wiguna ini  
Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 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)



Prof. Dr. I Gusti Lanang Agung Parwata, S.Pd., M.Kes.  
NIP.196906061994121001

(Anggota)



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

(Anggota)

## Lembar 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

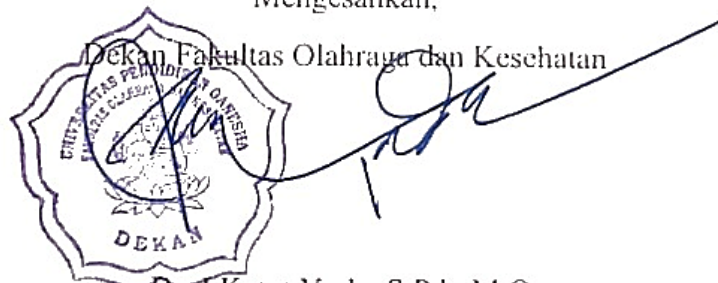
Sekretaris Ujian,



I Komang Sukarata Adhyana, 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 “**Visibilitas Dan Efektivitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten 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



I Wayan Restu Adi Wiguna

NIM.2016011068

## **KATA PERSEMBAHAN**

Puja dan puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa/ Tuhan Yang Maha Esa, dengan segala hormat dan rasa syukur skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

### **Orang Tuaku Terhormat**

*I Nyoman Mudarsa dan Ni Ketut Ariani*

Terimakasih atas segala doa, motivasi, nasehat, beserta kasih sayang yang telah diberikan demi keberhasilan anakmu ini, keberhasilan ini tidak mungkin ku capai tanpa dukunganmu bapak dan ibu.

### **Saudara dan Saudari Tercinta**

*Ni Made Nia Lestari*

*I Nyoman Ari Suta*

Terimakasih atas segala dukungan yang diberikan, semua dukungan dan motivasimu sangat berarti

### **Keluarga Besar Kedua Orang Tua Saya**

Yang selalu memberikan dukungan dan semangat.

### **Dosen Pembimbing**

**Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. dan Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.**

“Terimakasih atas bimbingan, Motivasi dan selalu memberikan semangat untuk menuntaskan skripsi yang diberikan kepada peneliti”

### **Almamater**

Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja

**MOTTO**

**“KITA MEMANG TIDAK SELALU BERTEMU  
ORANG BAIK, NAMUN JADILAH ORANG  
BAIK UNTUK SETIAP ORANG YANG KITA  
TEMUI”**

**(I WAYAN RESTU ADI WIGUNA, 2024)**



## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha esa karena berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan proposal yang berjudul **“Visibilitas Dan Efektivitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten Buleleng”**. Skripsi ini disusun guna dapat memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, 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. 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 dan motivasinya 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 dalam bidang saranadan prasarana selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
5. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. Selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu dalam bidang 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 memberikan bantuan sarana, prasarana dan administrasi peminjaman sarana, prasarana selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
7. Dr. I Made Agus Wijaya, M.Pd. Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu peneliti menyelesaikan pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. Ni Luh Putu Spyanawati, S.Pd., M.Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membantu dalam pembuatan surat – surat dan administrasi lainnya dalam pembuatan skripsi ini.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah banyak membantu peneliti merencanakan program kuliah, membimbing peneliti dalam menentukan perkuliahan selama menempuh pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
10. Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. Selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan memberikan kritik serta saran yang membangun.
11. Seluruh Staff Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penulisan ini.
12. Teman – teman seperjuangan seangkatan 2020 yang telah memberikan informasi dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
13. Kepada sekolah, guru, dan peserta didik di Sekolah Menengah Pertama SeKabupaten Buleleng yang terlibat dalam penelitian ini, yang telah banyak memberikan bantuan dalam pengambilan data skripsi ini.
14. 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 ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis mengharapkan kritik maupun saran yang membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap skripsi ini

dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 20 Mei 2024

Penulis

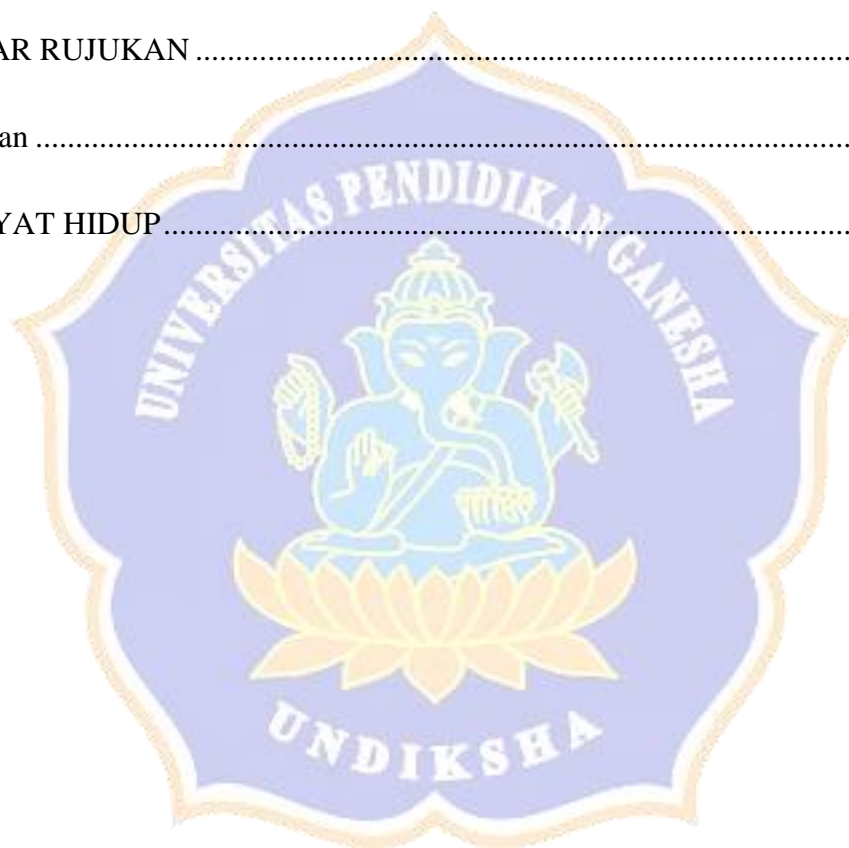


## DAFTAR ISI

Persetujuan Penguji .....	iii
Lembar Persetujuan Panitia Ujian.....	iv
PERNYATAAN.....	v
KATA PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Lampiran.....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
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	Visibilitas Pembelajaran PJOK .....	17
2.4	Efektivitas Pembelajaran PJOK .....	19
2.5.1	Kerangka Dasar Kurikulum Tahun 2013 .....	20
2.5.2	Landasan Kurikulum Tahun 2013 .....	21
2.5.3	Karakteristik Kurikulum Tahun 2013 .....	24
2.5.4	Struktur Kurikulum Tahun 2013 .....	26
2.6	Kajian Yang Relevan .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>		<b>30</b>
3.1	Rancangan Penelitian .....	30
3.2	Populasi Dan Sampel Penelitian .....	31
3.2.1	Populasi Penelitian .....	31
3.2.2	Sampel Penelitian.....	32
3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	35
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	35
3.5	Instrumen Penelitian.....	36
3.5.1	Instrumen visibilitas.....	37
3.5.2	Instrument Efektivitas .....	39
3.6.1	Teknik analisis data Visibilitas .....	39
3.6.2	Teknik analisis data Visibilitas .....	40
3.7	Jadwal Waktu Penelitian .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN .....</b>		<b>44</b>
4.1	Hasil Penelitian Visibilitas .....	44
4.1.1	Hasil Penelitian Kepribadian.....	55
4.1.2	Hasil Penilaian Kegiatan Pembelajaran .....	57
4.1.3	Hasil Penilaian Rencana Pelaksanaan Pembelajaran .....	59
4.1.4	Rasio Guru Dengan Peserta Didik .....	59
4.2	Hasil Penelitian Efektivitas PJOK.....	60
4.2.1	Hasil Nilai Peserta Didik.....	60

4.2.2 Hasil Penilaian Peserta Didik .....	61
4.3 Pembahasan .....	70
4.3.1 Visibilitas PJOK .....	70
4.3.2 Efektivitas Pembelajaran PJOK .....	77
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>79</b>
5.1 Kesimpulan .....	79
5.2 Saran .....	82
<b>DAFTAR RUJUKAN</b> .....	<b>84</b>
Lampiran .....	86
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>138</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jenis, Rasio dan Deskripsi sarana tempat bermain/olahraga .....	18
Tabel 2.2 Jumlah Rombongan Belajar Setiap Satuan Pendidikan .....	19
Tabel 2.3 Struktur Kurikulum SMP/MTS.....	26
Tabel 2.4 Standar Kompetensi Lulusan SMP .....	27
Tabel 3.1 Prosedur Tahapan Penelitian.....	30
Tabel 3.2 Daftar nama sekolah penelitian .....	34
Tabel 3.3 Kisi – Kisi Instrumen Penelitian Visibilitas dan Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	37
Tabel 3.4 Keterangan penentu Kategori nilai Kompetensi kepribadian, kegiatan pembelajaran dan Rencana pelaksanaan pembelajaran.....	40
Tabel 3.5 Rubrik Skor .....	41
Tabel 3.6 Tolak Ukur Kategori .....	42
Tabel 3.7 Jadwal Waktu Penelitian.....	42
Tabel 3.8 Daftar nama sekolah penelitian.....	42
Tabel 4.1 Rangkuman Data Visibilitas dan Efektivitas Pelaksanaan Pembelajaran PJOK pada Sekolah Dasar di Kabupaten Buleleng .....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Rancangan Bagan Alur Penelitian.....	31
Gambar 4.1 Nilai Kompetensi Kepribadian.....	55
Gambar 4.2 Nilai Kegiatan Pembelajaran.....	57
Gambar 4.3 Nilai Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	59
Gambar 4.4 Rata Rata Nilai Peserta Didik.....	61
Gambar 4.5 Mengenai Pertanyaan Apakah Materi Pembelajaran Yang Diberikan Oleh Guru Menyenangkan.....	62
Gambar 4.6 Mengenai Pertanyaan Apakah Menurut Kamu Materi Pembelajaran Yang Diberikan Mudah Di Mengerti.....	62
Gambar 4.7 Mengenai Pertanyaan apakah menurutmu sarana yang digunakan aman dalam pembelajaran yang diberikan.....	63
Gambar 4.8 Mengenai Pertanyaan Apakah Lapangan Yang Digunakan Cukup Memadai Untuk Proses Pembelajaran. ....	64
Gambar 4.9 Mengenai Pertanyaan Apakah Lapangan Yang Digunakan Aman Digunakan Untuk Melakukan Aktivitas Pembelajaran. ....	64
Gambar 4.10 Mengenai Pertanyaan Apakah Menurut Kondisi Pembelajaran Yang Dilaksanakan Sudah Kondusif Saat Berlangsung.....	65
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. ....	66
Gambar 4.12 Mengenai Pertanyaan Menurutmu Apakah Guru Mendampingi Peserta Didik Dari Awal Mulainya Pembelajaran Sampai Selesai. ....	66
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. ....	67

- Gambar 4.14 Mengenai Pertanyaan Apakah Guru Di Sekolah Memanfaatkan Media Pembelajaran Yang Menarik Dan Kreatif Untuk Mempermudah Penjelasan..... 68
- Gambar 4.15 Mengenai Pertanyaan Apakah Rencana Pembelajaran Yang Akan Dilakukan Sesuai Dengan Implementasi Pembelajaran Diberikan Oleh Guru. .... 68
- Gambar 4.16 Mengenai Pertanyaan Apakah Waktu Mulai Pembelajaran Dan Menutup Pembelajaran Sesuai Dengan Waktu Yang Ditentukan. 69





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas Dosen Pembimbing .....	86
Lampiran 2. Surat Ijin Observasi .....	87
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian .....	88
Lampiran 4. Surat Ijin Uji Validasi Instrumen.....	89
Lampiran 5. Uji Instrumen pakar I.....	90
Lampiran 6. Uji Instrumen Pakar II .....	113
Lampiran 7. Dokumentasi Foto.....	136

