

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*
TERHADAP HASIL BELAJAR PJOK MATERI BOLA VOLI PADA
PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA NEGERI 3 SINGARAJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

Untuk memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan

Program Sarjana Pendidikan Olahraga

Oleh

I Kadek Antara Putra

NIM 2116011043

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2025

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



Pembimbing I,
Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd.
NIP. 198008112008121001

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

Skripsi oleh I Kadek Antara Putra ini
telah di pertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 30 Juni 2025

Dewan Penguji



Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd.
NIP. 198008112008121001

(Ketua)



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

(Anggota)



I Putu Darmayasa, S.Pd., M.For., AIFO-FIT
NIP. 196902061996011001

(Anggota)



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

(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 : Senin

Tanggal : 30 Juni 2025

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,


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


I Komang Sukarata Adnyana, 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 **“Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Bola Voli Pada Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 3 Singaraja”** beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan serta pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.



Singaraja, 30 juni 2025

Yang membuat pernyataan



I Kadek Antara Putra
NIM 2116011043

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya-lah, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Bola Voli Pada Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 3 Singaraja”**. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana Pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

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

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha atas berbagai kebijakannya sehingga studi ini dapat terselesaikan.
3. Dr. I Gede Suwiwa S.P.d., M.Pd, Selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan,
5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., Selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, dan selaku Pembimbing Akademik, yang telah motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Prof. Dr. Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. selaku ketua Laboratorium Fakultas yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.

7. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd., Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha dan sebagai pembimbing Utama, yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga, serta memberikan bimbingan, arahan saran dan masukan serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd., Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi dengan rencana.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Or., M.Or., Selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi dengan rencana.
10. Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. selaku sebagai pembimbing wakil yang telah banyak membantu menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd., Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd., I Putu Darmayasa, S.Pd., M.For. AIFO-FIT., Dr. Hendra Mashuri, M.Pd., selaku Penguji yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan saran dan masukan serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Seluruh Staf Dosen di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang selama ini banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal mengarungi kehidupan di dalam masyarakat.
13. Dr. I Putu Eka Wilantara, M.Pd., selaku kepala Sekolah SMA Negeri 3 Singaraja, Kelas XI I dan XI A yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian dan memberikan motivasi, mendorong dalam pengerjaan skripsi ini.
14. I Wayan Puja Arsana, S.Pd., selaku guru olahraga di SMA Negeri 3 Singaraja, yang telah membantu dan memberikan motivasi dalam pengerjaan skripsi ini.
15. Keluarga yang telah memberikan banyak motivasi dan dorongan dalam pengerjaan skripsi ini.

16. Rekan-rekan mahasiswa di Lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang telah membantu memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
17. Diri sendiri yang telah semangat berjuang menyusun skripsi ini secara mandiri dan tidak pernah menyerah.
18. Pihak-pihak lain yang ikut berperan membantu penulis, baik secara langsung maupun secara tidak langsung sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa apa yang terjadi dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan masukan dan saran demi kesempurnaan ini. Peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.



Singaraja, 30 Juni 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	ix
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Hasil penelitian	9
 BAB II KAJIAN TEORI.....	 11
2.1 Deskripsi Teoritis	11
2.2 Hasil Belajar.....	40
2.3 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan.....	43
2.4 Kerangka Berpikir.....	45
2.5 Hipotesis Penelitian.....	46
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 47
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
3.2 Rancangan Penelitian	48
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	50
3.4 Variabel dan Definisi Operasional Variabel	52
3.5 Metode Pengumpulan data	54
3.6 Metode dan Teknik Analisis Data	72
3.7 Hipotesis statistik	74
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 75
4.1 Deskripsi data.....	75
4.2 Pengujian Asumsi Klasik	78
4.3 Pengujian Hipotesis.....	80

4.4	Pembahasan Hasil Penelitian	82
4.5	Implikasi.....	89
BAB V	PENUTUP.....	91
5.1	Rangkuman	91
5.2	Simpulan	93
5.3	Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA		95
LAMPIRAN.....		100



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2. 1 Capaian Pembelajaran PJOK	13
Tabel 2. 2 Sintaks <i>Problem based learning</i>	21
Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian	49
Tabel 3. 2 Jumlah Kelas XI	51
Tabel 3. 3 Sampel Penelitian	52
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Aspek Pengetahuan.....	55
Tabel 3. 5 Kisi-Kisi Aspek Sikap	56
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Aspek Keterampilan Passing Bawah	57
Tabel 3. 7 Penilaian Keterampilan Passing Bawah.....	59
Tabel 3. 8 Kisi-Kisi Passing Atas	59
Tabel 3. 9 Penilaian Keterampilan Passing Atas	60
Tabel 3. 10 Kisi-kisi Servis Bawah	60
Tabel 3. 11 Penilaian Keterampilan Servis Bawah	61
Tabel 3. 12 kisi - Kisi Servis Atas	62
Tabel 3. 13 Penilaian Keterampilan Servis Atas	63
Tabel 3. 14 Kisi - Kisi Keterampilan Bermain.....	64
Tabel 3. 15 Penilaian Akhir Peserta Didik	67
Tabel 3. 16 Penilaian Hasil Belajar Kelas XI SMA Negeri 3 Singaraja	68
Tabel 3. 17 Tabulasi Silang Gregory	70
Tabel 3. 18 Tabel Hasil Penilaian Kedua Pakar/Ahli Aspek pengetahuan.....	71
Tabel 3. 19 Tabel Hasil Penilaian Kedua Pakar/Ahli Aspek Sikap	71
Tabel 3. 20 Tabel Hasil Penilaian Kedua Pakar/Ahli aspek Keterampilan	71
Tabel 3. 21 Tabulasi Silang 2x2	72
Tabel 4. 1 Rangkuman Data Hasil Belajar Bola Voli	76
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas Sebaran Data Bola Voli	78
Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas Varians	79
Tabel 4. 4 Uji Independen Samples Test	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2. 2 Lapangan Bola voli	25
Gambar 2. 3 Net Bola Voli	26
Gambar 2. 4 Bola Voli.....	26
Gambar 2. 5 Kedua tangan Memegang bola	29
Gambar 2. 6 Tangan Pemukul di Ayunkan ke belakang.....	30
Gambar 2. 7 Tangan Pemukul Memukul Bola.....	30
Gambar 2. 8 Kedua Tangan memegang bola	31
Gambar 2. 9 Bola di Lambungkan ke Atas	31
Gambar 2. 10 Tangan Pemukul Memukul Bola.....	32
Gambar 2. 11 Kaki belakang di majukan	32
Gambar 2. 12 Pandangan ke arah bola.....	35
Gambar 2. 13 Kaki di sedikit ditekuk dan badan condong ke depan.....	36
Gambar 2. 14 Perkenaan Bola Pada Lengan Bawah.....	36
Gambar 2. 15 Gerakan tangan ke atas.....	37
Gambar 2. 16 Pandangan Ke arah bola.....	38
Gambar 2. 17 Letak kedua tangan di depan kepala	38
Gambar 2. 18 Posisi badan di bawah bola	39
Gambar 2. 19 Perkenaan Bola tepat di jari-jari.....	39
Gambar 2. 20 dorong bola sampai siku kembali lurus	40
Gambar 4. 1 Histogram kelompok eksperimen.....	77
Gambar 4. 2 Histogram kelompok kontrol	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Surat Tugas Dosen Pembimbing Skripsi	101
Lampiran 2 Surat Ijin Permohonan Penelitian	102
Lampiran 3 Surat Tugas Dosen Pakar/Ahli Validasi Instrumen.....	103
Lampiran 4 Uji Validitas Isi Instrumen Pakar Ahli I.....	104
Lampiran 5 Uji Validitas Isi Instrumen Pakar Ahli II	117
Lampiran 6 Dokumentasi Pelaksanaan Model Problem based learning Kelompok Eksperimen	130
Lampiran 7 Penilaian teknik Passing dan Servis	134
Lampiran 8 Penilaian Pada saat bermain	135
Lampiran 9 Penilaian Posttest.....	135
Lampiran 10 Penggunaan LKPD Passing dan Servis	136
Lampiran 11 Penilaian pengetahuan kelompok eksperimen.....	138
Lampiran 12 Penilaian Pengetahuan Kelompok Kontrol	139
Lampiran 13 Penilaian Aspek sikap kelompok eksperimen	140
Lampiran 14 Penilaian aspek Sikap kelompok Kontrol.....	141
Lampiran 15 Penilaian passing kelompok eksperimen.....	142
Lampiran 16 Penilaian passing kelompok Kontrol	143
Lampiran 17 Penilaian servis bawah dan atas kelompok eksperimen	144
Lampiran 18 Penilaian servis bawah dan atas kelompok Kontrol	145
Lampiran 19 Penilaian bermain kelompok eksperimen.....	146
Lampiran 20 Penilaian Bermain kelompok Kontrol	147
Lampiran 21 Nilain Akhir kelompok Eksperimen	148
Lampiran 22 Nilai Akhir Kelompok Kontrol.....	149
Lampiran 23 Uji Normality, Uji Homogeneity, Uji Grup Statistics dan Uji t- Independent	150