

**PENGARUH MODEL *PROJECT BASED LEARNING*
(PjBL) TERHADAP PENINGKATAN HASIL BELAJAR
PJOK MATERI TEKNIK DASAR *PASSING BOLA*
VOLI KELAS V SD NO. 10 JIMBARAN TAHUN
2024/2025**

SKRIPSI



**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Dalam Menyelesaikan Program Sarjana
Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi**

**OLEH
KADEK AYU KURNIARTINI
2116011060**

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

SINGARAJA

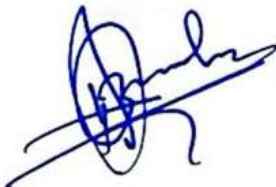
2025

SKRIPSI

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

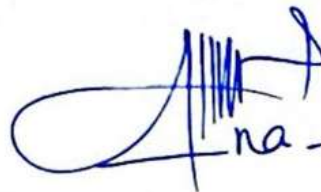
Menyetujui,

Dosen Pembimbing Utama,



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

Dosen Pembimbing Wakil,



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

PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi oleh Kadek Ayu Kurniartini ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 30 Juni 2025

Dewan Penguji



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

(Ketua)



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

(Anggota)



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

(Anggota)



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

(Anggota)

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

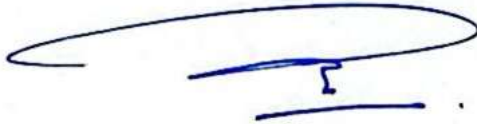
Pada:

Hari : Jumat

Tanggal : 18 Juli 2025

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

Mengesahkan.



Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan

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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul ***"Pengaruh Model Project Based Learning (PjBL) Terhadap Peningkatan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Passing Bola voli Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025"*** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 10 Juni 2025

Yang Membuat Pernyataan

A close-up of a Mexican 10,000 peso banknote. A large, bold, black handwritten number '2' is drawn over the top half of the note. The text 'MEXICAN' and '10,000' are visible on the note. The serial number 'SCD 50 AMX 337288' is printed at the bottom left.

Kadek Ayu Kurniartini
NIM 2116011060

PRAKATA

Puji Syukur peneliti panjatkan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Rahmat-Nya skripsi yang berjudul “**Pengaruh Model *Project Based Learning* (PjBL) Terhadap Peningkatan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar *Passing* Bola voli Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025**” bisa disusun dengan baik. Skripsi ini disusun guna untuk 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 terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Wayan Lasmawan, M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti Pendidikan di Programm Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., AIFO-P. Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, yang juga selaku pembimbing akademik, Anggota Dewan Penguji II yang telah membimbing dan mendukung penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or. Wakil Dekan 2 Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.

5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, Anggota Dewan Penguji III, yang telah membimbing dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini.
6. Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. Ketua Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.
7. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. Ni Luh Putu Snyanawati, S.Pd., M.Pd. sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu penyelesaian administrasi.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, dan juga selaku pembimbing wakil dan Anggota Dewan Penguji I, yang telah membantu membimbing dan memberi saran terhadap penyempurnaan skripsi ini.
10. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or. selaku pembimbing utama dan Ketua Dewan Penguji yang telah banyak memberikan bimbingan, masukan dan saran terhadap penyempurnaan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
11. Seluruh Staf Dosen dan Pegawai di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak

memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi kepada penulis untuk bekal mengarungi kehidupan dimasyarakat.

12. Kepala sekolah SD No.10 Jimbaran, yang turut membantu dan memberikan ijin penelitian kepada peneliti, guru PJOK kelas V yang banyak membantu peneliti dalam keberlangsungan penelitian serta siswa kelas V SD No.10 Jimbaran yang berpartisipasi dan antusias dalam proses penelitian.

13. Rekan-rekan mahasiswa di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah membantu dalam memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

14. Keluarga dan teman-teman yang berperan memberikan motivasi, dukungan serta arahan untuk dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

15. Dan seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini, serta pemilik akhiran NIM 153 terimakasih banyak telah membantu dan memberikan dukungan atas penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa sepenuhnya apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, peneliti mengharapkan segera kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak dan semoga skripsi ini bermanfaat dalam pengembangan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Singaraja, 10 Juni 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

Contents

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN LOGO.....	ii
HALAMAN JUDUL	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PERSETUJUAN PENGUJI	v
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN	vi
PERNYATAAN.....	vii
PRAKATA.....	xi
ABSTRAK	xiv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR GAMBAR	xxi
DAFTAR LAMPIRAN	xxii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
2.1 Identifikasi Masalah	6
3.1 Pembatasan Masalah	7
4.1 Rumusan Masalah	8
5.1 Tujuan Penelitian.....	8
6.1 Manfaat Hasil Penelitian	9
BAB II	11
KAJIAN TEORI.....	11
2.1 Deskripsi Teoritis.....	11
2.1.1 Model Pembelajaran	11
2.1.2 Model <i>Project Based Learning</i>	18
2.1.3 Sistematika Pembelajaran PJOK	24
2.1.4 Motivasi Belajar.....	27
2.1.5 Hasil Belajar PJOK.....	29

2.1.6 Permainan Bola Voli	32
2.2 Kajian Penelitian Yang Relevan	44
2.3 Kerangka Berfikir	46
2.4 Hipotesis Penelitian	49
BAB III.....	50
METODE PENELITIAN	50
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	50
3.1.1 Tempat Penelitian	50
3.1.2 Waktu Penelitian	50
3.2 Rancangan Penelitian dan Prosedur Penelitian	50
3.2.1 Rancangan Penelitian.....	50
3.2.2 Prosedur Penelitian	52
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	56
3.3.1 Populasi Penelitian.....	57
3.3.2 Sampel Penelitian	57
3.4 Kontrol Validitas Internal dan Eksternal	59
BAB IV	82
PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	82
4.1 Deskripsi Data	82
4.1.1 Deskripsi Data <i>Pre-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Kelompok Eksperimen	82
4.1.2 Deskripsi Data <i>Pre-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Kelompok Kontrol.....	85
4.1.3 Deskripsi Data <i>Post-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Kelompok Eksperimen	87
4.1.4 Deskripsi Data <i>Post-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Kelompok Kontrol	89
4.2 Pengujian Asumsi	92
4.2.1 Uji Normalitas Data	92
4.2.2 Uji Homogenitas Varians	95
4.2.3 Uji Linieritas	98
4.3 Pengujian Hipotesis	100
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	102
4.5 Implikasi	105
BAB V.....	108

PENUTUP.....	108
5.1 Rangkuman.....	108
5.2 Simpulan.....	110
5.3 Saran.....	112
DAFTAR RUJUKAN.....	114
DAFTAR LAMPIRAN	119



DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3. 1 Rancangan Kegiatan.....	53
Tabel 3. 2 Populasi Siswa Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025. (Sumber: Guru PJOK SD No.10 Jimbaran)	57
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	64
Tabel 3. 4 Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item Tes Instrumen Penelitian	68
Tabel 3. 5 Klasifikasi Daya Pembeda	70
Tabel 3. 6 Rekapitulasi Hasil Uji Daya Pembeda Instrumen Penelitian	70
Tabel 3. 7 Klasifikasi Indeks Kesukaran.....	71
Tabel 3. 8 Rekapitulasi Uji Indeks Kesukaran Item Instrumen Penelitian	72
Tabel 4. 1 Ringkasan Statistik Deskriptif Data <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen..	83
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi <i>Pre-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas V SD No.10 Jimbaran Kelas Eksperimen.	83
Tabel 4. 3 PAP Skala Lima.....	84
Tabel 4. 4 Ringkasan Statistik Deskriptif Data <i>Pre-test</i> Kelompok Kontrol	85
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi <i>Pre-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas V SD No.10 Jimbaran Kelas Kontrol.....	86
Tabel 4. 6 Ringkasan Statistik Deskriptif Data <i>post-test</i> Kelompok Eksperimen.	87
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi <i>post-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas V SD No.10 Jimbaran Kelas Eksperimen.	88
Tabel 4. 8 Ringkasan Statistik Deskriptif Data <i>post-test</i> Kelompok Kontrol	90
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi <i>post-test</i> Peningkatan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas V SD No.10 Jimbaran Kelas Kontrol.....	90
Tabel 4. 10 Rekapitulasi Hasil Uji Normalitas Sebaran Data <i>Pre-test</i> Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025	92
Tabel 4. 11 Rekapitulasi Hasil Uji Normalitas Sebaran Data <i>Post-test</i> Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025	94
Tabel 4. 12 Rekapitulasi Hasil Uji Homogenitas <i>Pre-test</i> Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025	96

Tabel 4. 13 Rekapitulasi Hasil Uji Homogenitas <i>Post-test</i> Kelas V SD No. 10 Jimbaran Tahun 2024/2025	97
Tabel 4. 14 Rekapitulasi Hasil Uji Linieritas	99
Tabel 4. 15 Rekapitulasi Uji Hipotesis Dengan Anakova	101



DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2. 1 Taksonomi Model, Pendekatan, Strategi, Metode, teknik dan Taktik Pembelajaran.....	12
Gambar 2. 2 Langkah-langkah Pelaksanaan <i>Project Based Learning</i> (PjBL).....	24
Gambar 2. 3 Lapangan Bola Voli	35
Gambar 2. 4 Jaring (Net) Permainan Bola Voli	37
Gambar 2. 5 Bola Voli.....	37
Gambar 2. 6 Sikap Awal Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas.....	39
Gambar 2. 7 Sikap Pelaksanaan Atau Perkenaan Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas.....	40
Gambar 2. 8 Sikap Akhir Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas.....	41
Gambar 2. 9 . Sikap Awal Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	42
Gambar 2. 10 Sikap Pelaksanaan Atau Perkenaan Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah	43
Gambar 2. 11 Sikap Akhir Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	43
Gambar 3. 1 Desain <i>Non-equivalent Group Design</i>	51
Gambar 3. 2 Teknik Sampling Dengan Pola A-B-B-A.	59



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Tugas Dosen Pembimbing	119
Lampiran 2. Surat Permohonan Penelitian.....	120
Lampiran 3. Surat Pernyataan penelitian	121
Lampiran 4. Jadwal Penelitian	122
Lampiran 5. Surat Tugas Ahli Pakar Instrumen	123
Lampiran 6. Kisi-kisi Uji Instrumen	124
Lampiran 7. Hasil Angket Uji Instrumen Ahli Pakar.....	125
Lampiran 8. Hasil Instrumen Uji Coba Siswa	135
Lampiran 9. Uji Validitas Butir Soal.....	136
Lampiran 10. Uji Daya Pembeda Butir Soal.....	137
Lampiran 11. Uji Tingakt Kesukaran Butir Soal.....	138
Lampiran 12. Uji Reliabilitas	139
Lampiran 13. RPP Kelas Eksperimen	140
Lampiran 14. RPP Kelas Kontrol.....	143
Lampiran 15. Kisi-kisi Instrumen <i>Pretest</i>	145
Lampiran 16. Soal <i>Pretest</i>	146
Lampiran 17. Hasil <i>Pretest</i> Siswa	151
Lampiran 18. ama Siswa Uji Coba Instrumen Kelas VC.....	153
Lampiran 19. Kisi-kisi Instrumen <i>Posttest</i>	154
Lampiran 20. Soal <i>Posttest</i>	156
Lampiran 21. Hasil <i>Posttest</i> Siswa	161
Lampiran 22. Uji Normalitas Sebaran Data	163
Lampiran 23. Uji Homogenitas <i>Pretest</i>	168
Lampiran 24. Uji Homogenitas <i>Posttest</i>	169
Lampiran 25. Uji Linieritas Kelas Eksperimen.....	170
Lampiran 26. Uji Linieritas Kelas Kontrol	170
Lampiran 27. Uji Anakova.....	171
Lampiran 28. Dokumentasi Kegiatan	178