

## ABSTRAK

**Kadek Jefry Dwi Sumarjono** (2026), *Pengaruh Model Pembelajaran Berbantuan Video Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Ditinjau Dari Motor Ability Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 4 Singaraja*. Tesis, Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Tesis ini sudah dikoreksi dan diperiksa oleh Pembimbing Utama: Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. dan Pembimbing Pendamping: Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P.

*Kata-kata kunci:* Model PBL, Model PjBL, Lompat Jauh, *Motor Ability*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1) perbedaan signifikan hasil belajar lompat jauh antara peserta didik dengan model *Problem Based Learning* (PBL) berbantuan video tugas gerak dan *Project Based Learning* (PjBL), 2) pengaruh interaksi antara model pembelajaran dan *motor ability* terhadap hasil belajar lompat jauh, 3) perbedaan signifikan hasil belajar lompat jauh antara peserta didik dengan *motor ability* tinggi dan rendah.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan rancangan *treatment by level 2x2*. Model pembelajaran PBL berbantuan video tugas gerak dan model PjBL sebagai variabel bebas, hasil belajar lompat jauh sebagai variabel terikat dan *motor ability* sebagai variabel moderatornya. Jumlah sampel penelitian 80 orang peserta didik ditentukan dengan teknik *group random sampling* dengan pengundian kelas. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini 1) kemampuan *motor ability* dan 2) hasil belajar lompat jauh. Data dianalisis dengan statistik inferensial menggunakan uji ANAVA dua jalur dan dilanjutkan dengan uji Tukey HSD.

Hasil penelitian menunjukkan, (1) terdapat perbedaan signifikan hasil belajar keterampilan lompat jauh antara peserta didik yang mengikuti model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) berbantuan video pembelajaran tugas gerak dan peserta didik yang mengikuti model pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) ( $\text{sig.}0,01 < 0,05$ ), (2) terdapat interaksi yang signifikan antara model pembelajaran dan *motor ability* terhadap hasil belajar lompat jauh ( $\text{sig.}0,00 < 0,05$ ), (3) pada peserta didik dengan kemampuan *motor ability* tinggi, hasil belajar lompat jauh lebih baik pada kelompok PBL dibandingkan kelompok PjBL ( $\text{sig.}0,00 < 0,05$ ) serta pada peserta didik dengan kemampuan *motor ability* rendah, hasil belajar lompat jauh lebih baik pada kelompok PjBL dibandingkan kelompok PBL ( $\text{sig.}0,03 < 0,05$ ). Temuan penelitian ini mengimplikasikan bahwa guru PJOK harus menyesuaikan model pembelajaran dengan karakteristik *motor ability* peserta didik agar pembelajaran menjadi lebih efektif.

## **ABSTRACT**

**Kadek Jefry Dwi Sumarjono** (2026), *The Effect of Video-Assisted Learning Model on Long Jump Learning Outcomes Reviewed from the Motor Ability of Grade X Students of SMA Negeri 4 Singaraja. Thesis, Sports Education, Postgraduate Program, Ganesha University of Education.*

*This thesis has been corrected and checked by the Main Supervisor: Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. and Supervisor: Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P.*

*Key words: PBL Model, PjBL Model, Long Jump, Motor Ability*

*This study aims to determine 1) significant differences in long jump learning outcomes between students with the Problem Based Learning (PBL) model assisted by video movement tasks and Project Based Learning (PjBL), 2) the effect of interaction between learning models and motor ability on long jump learning outcomes, 3) significant differences in long jump learning outcomes between students with high and low motor ability.*

*This research is a quasi-experimental study with a 2x2 treatment by level design. The PBL learning model assisted by video movement tasks and the PjBL model as independent variables, long jump learning outcomes as dependent variables and motor ability as moderator variables. The number of research samples of 80 students was determined by group random sampling technique with class drawing. The data collected in this study were 1) motor ability and 2) long jump learning outcomes. Data were analyzed with inferential statistics using a two-way ANOVA test and continued with the Tukey HSD test.*

*The results of the study showed, (1) there was a significant difference in the learning outcomes of long jump skills between students who followed the Problem Based Learning (PBL) learning model assisted by movement task learning videos and students who followed the Project Based Learning (PjBL) learning model ( $\text{sig}.0.01 < 0.05$ ), (2) there was a significant interaction between the learning model and motor ability on the learning outcomes of long jump ( $\text{sig}.0.00 < 0.05$ ), (3) in students with high motor ability, the learning outcomes of long jump were better in the PBL group compared to the PjBL group ( $\text{sig}.0.00 < 0.05$ ) and in students with low motor ability, the learning outcomes of long jump were better in the PjBL group compared to the PBL group ( $\text{sig}.0.03 < 0.05$ ). The findings of this study imply that PJOK teachers must adjust the learning model to the characteristics of the students' motor abilities so that learning becomes more effective.*