

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN
PROJECT BASED LEARNING (PJBL) UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK
MATERI BULUTANGKIS SISWA KELAS X2 SMA
NEGERI 1 TABANAN**

SKRIPSI



**OLEH:
KOMANG ADHI PRAMANA PUTRA
2116011064**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
/PJKR (S1)
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

SKRIPSI

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



Pembimbing I	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002
Pembimbing II	Ni Luh Putu Sryanawati, S.Pd., M.Pd. NIP.198403032008122004

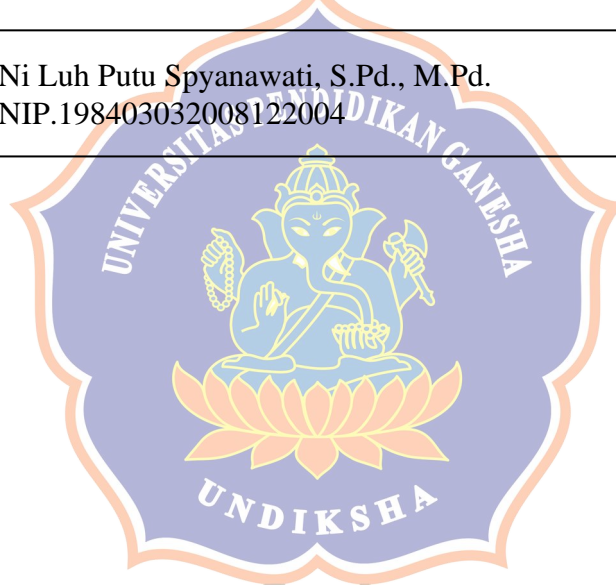


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Skripsi oleh KOMANG ADHI PRAMANA PUTRA ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 30 Maret 2026

Dewan Penguji

Ketua	Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002
Anggota	I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or. NIP.196804081997031002
Anggota	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002
Anggota	Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd. NIP.198403032008122004



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Menyetujui

Ketua Ujian	Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. NIP.198501172008121001
Sekretaris Ujian	I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. NIP.198503082019031005



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Implementasi Model Pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bulutangkis Siswa Kelas X2 SMA Negeri 1 Tabanan” beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 22 Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Komang Adhi Pramana Putra
NIM. 2116011064



PRAKATA

Puji Syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan anugerah, berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Implementasi Model Pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bulutangkis Siswa Kelas X2 SMA Negeri 1 Tabanan”** dengan baik sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Kesehatan dan Olahraga, Universitas Pendidikan Ganesha.

Penulis menyadari bahwa selama proses menyelesaikan skripsi ini telah mendapatkan dukungan, motivasi, dan bimbingan serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd. selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Bapak Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.
3. Bapak Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.
4. Bapak Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or. selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.
5. Bapak Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan sekaligus Pembimbing wakil yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, serta masukan dalam pembuatan skripsi penelitian ini.
6. Bapak Prof. Dr. I Ketut Suidiana, S.Pd., M.Kes. selaku Ketua Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak

memberikan bimbingan, motivasi, dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.

7. Bapak Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak memberikan motivasi, bimbingan dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.
8. Ibu Ni Luh Putu Spyawati, S.Pd., M.Pd. selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga dan sekaligus Pembimbing II, yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.
9. Bapak I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dalam menyempurnakan skripsi penelitian ini.
10. Bapak Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P. selaku Pembimbing Akademik dan sekaligus Pembimbing I, yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, serta masukan dalam pembuatan skripsi penelitian ini.
11. Bapak Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. dan Bapak I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or. selaku tim penguji seminar skripsi yang telah memberikan masukan dan saran terhadap penulisan skripsi ini.
12. Segenap Bapak/Ibu Dosen dan staf pegawai di lingkungan Fakultas Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
13. Seluruh pihak SMA Negeri 1 Tabanan, yang turut membantu dalam penyelesaian penelitian skripsi yang telah penulis teliti.
14. Semua keluarga penulis yang telah yang selalu memberikan motivasi, semangat, dukungan, serta selalu mendoakan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penyelesaian skripsi penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang

bersifat membangun demi kesempurnaan pada masa yang akan datang.
Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Denpasar, 22 Juli 2025



Komang Adhi Pramana Putra
NIM. 2116011064



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI	v
PERSETUJUAN PANITIA UJIAN	vi
PERNYATAAN	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
PRAKATA	x
ABSTRAK	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
1. 1 Latar Belakang	1
1. 2 Identifikasi Masalah	4
1. 3 Pembatasan Masalah.....	4
1. 4 Rumusan Masalah.....	5
1. 5 Tujuan Penelitian	5
1. 6 Manfaat Penelitian	5

BAB II KAJIAN TEORI.....	7
2.1 Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan ..	7
2.2 Model - Model Pembelajaran	10
2.3 Model Pembelajaran <i>Project Based Learning</i> (PjBL).....	15
2.4 Hasil Belajar.....	21
2.5 Permainan Bulutangkis	26
2.6 Kajian Yang Relevan	33
2.7 Kerangka Berpikir	42
2.8 Hipotesis Penelitian.....	45
BAB III METODE PENELITIAN	46
3.1 Rancangan Penelitian	46
3.2 Prosedur Penelitian.....	48
3.3 Subjek Penelitian.....	56
3.4 Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian	56
3.5 Teknik Pengumpulan Data	58
3.6 Instrumen Penelitian.....	58
3.7 Uji Validitas Instrumen	64
3.8 Teknik Analisis Data	66
3.9 Kriteria Keberhasilan Tindakan	67
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	69
4.1 Hasil Penelitian	69
4.1.1 Deskripsi Proses Pembelajaran Siklus I.....	69
4.1.2 Deskripsi Data dan Hasil Penelitian Siklus 1	72
4.1.3 Hasil Refleksi Siklus 1	74

4.1.4	Deskripsi Proses Pembelajaran Siklus 2.....	76
4.1.5	Deskripsi Data dan Hasil Penelitian Siklus II	79
4.1.6	Hasil Refleksi Siklus I	81
4.1.7	Hasil Belajar Materi Teknik Dasar Servis <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i>	82
4.1.8	Perbandingan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Servis <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> Dalam Siklus I dan II	83
4.2	Pembahasan.....	85
BAB V	PENUTUP.....	89
5.1	Rangkuman	89
5.2	Implikasi.....	90
5.2.1	Implikasi Teoritis	90
5.2.2	Implikasi Praktis.....	90
5.3	Kesimpulan	91
5.4	Saran.....	91
5.5	Keterbatasan Penelitian.....	92
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN	99
RIWAYAT HIDUP	159

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2. 1 Langkah - Langkah <i>Project Based Learning</i>	18
Tabel 3. 1 Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif).....	59
Tabel 3. 2 Format Lembar Penilaian Aspek Pengetahuan Teknik Servis <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i>	61
Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian Sikap Awal <i>Forehand</i>	61
Tabel 3. 4 Kriteria Penilaian Sikap Pelaksanaan <i>Forehand</i>	62
Tabel 3. 5 Kriteria Penilaian Sikap Akhir <i>Forehand</i>	62
Tabel 3. 6 Kriteria Penilaian Sikap Awal <i>Backhand</i>	63
Tabel 3. 7 Penilaian Sikap Pelaksanaan <i>Backhand</i>	63
Tabel 3. 8 Penilaian Sikap Akhir <i>Backhand</i>	63
Tabel 3. 9 Format Lembar Penilaian Aspek Keterampilan Teknik Servis <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i>	64
Tabel 3. 10 Kriteria Keberhasilan Tindakan	67
Tabel 4. 1 Data Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus 1	73
Tabel 4. 2 Data Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus 1	73
Tabel 4. 3 Data Hasil Belajar Siklus 1	74
Tabel 4. 4 Data Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus II.....	79
Tabel 4. 5 Data Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus II.....	79
Tabel 4. 6 Data Hasil Belajar Siklus II	80
Tabel 4.7 Perbandingan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Servis <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> dalam Siklus I dan II	84

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Teknik Dasar Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis.....	31
Gambar 2. 2 Teknik Dasar Servis <i>Forehand</i> Bulutangkis	33
Gambar 2. 3 Kerangka Berpikir.....	44
Gambar 3. 1 Alur Penelitian Tindakan Kelas	47
Gambar 4. 1 Perbandingan Hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar Servis <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> Dalam Siklus I dan II.....	84



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Penelitian	99
Lampiran 2 Surat Tugas Dosen Pembimbing Skripsi	100
Lampiran 3 Surat Izin Melakukan Observasi.....	101
Lampiran 4 Surat Izin Permohonan Penelitian	102
Lampiran 5 Surat Balasan Ijin Penelitian.....	103
Lampiran 6 Surat Tugas Uji Pakar.....	104
Lampiran 7 Uji Validitas Pakar 1	105
Lampiran 8 Uji Validitas Pakar 2	116
Lampiran 9 Daftar Nama Siswa Siswi	127
Lampiran 10 Kelompok Kecil Peserta Didik Siklus I dan II	128
Lampiran 11 Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus I	129
Lampiran 12 Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus I	130
Lampiran 13 Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus II.....	131
Lampiran 14 Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus II.....	132
Lampiran 15 Rekap Data Siklus I	133
Lampiran 16 Rekap Data Siklus II.....	134
Lampiran 17 Modul Ajar PJOK Materi Teknik Dasar Servis Forehand dan Backhand Bulutangkis	135
Lampiran 18 Hasil Belajar Mind Mapping Peserta Didik	151
Lampiran 19 Dokumentasi Kegiatan Pembelajaran Pertemuan Pertama Siklus I	152
Lampiran 20 Dokumentasi Kegiatan Pembelajaran Pertemuan Kedua Siklus I..	154
Lampiran 21 Dokumentasi Kegiatan Pembelajaran Pertemuan Pertama Siklus II	

