

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN PBL BERBANTUAN
MEDIA ICT TPACK TERHADAP HASIL BELAJAR
PJOK MATERI LOMPAT JAUH PESERTA DIDIK
KELAS X SMK NEGERI 1 SINGARAJA**



**OLEH
KETUT DIVA ASTRAWAN PUTRA
NIM 2216011027**

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

2026



**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN PBL BERBANTUAN
MEDIA ICT TPACK TERHADAP HASIL BELAJAR
PJOK MATERI LOMPAT JAUH PESERTA DIDIK
KELAS X SMK NEGERI 1 SINGARAJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

**Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



Oleh

Ketut Diva Astrawan Putra

NIM 2216011027

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

SINGARAJA

2026

SKRIPSI

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

Menyetujui

Pembimbing I	Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. NIP.198008112008121001
Pembimbing II	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002



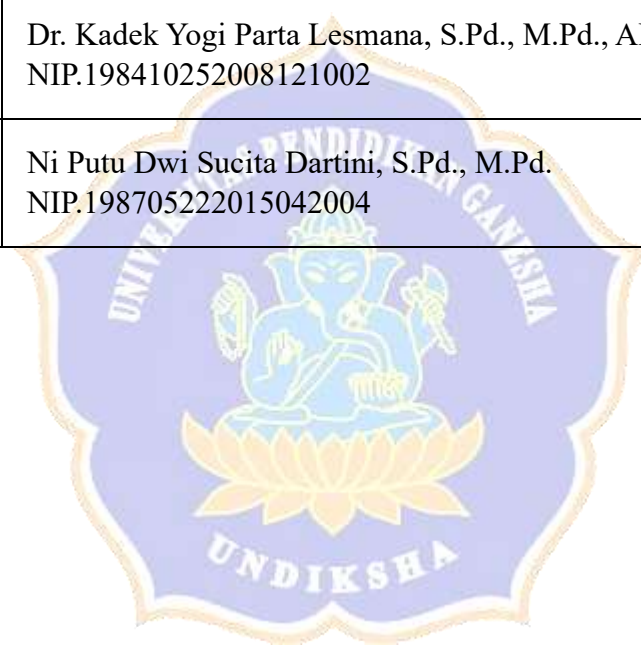
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN,
- validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi 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 KETUT DIVA ASTRAWAN PUTRA ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 29 April 2026

Dewan Penguji

Ketua	Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. NIP.198008112008121001
Anggota	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002
Anggota	Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P NIP.198410252008121002
Anggota	Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. NIP.198705222015042004



- 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 BSR - 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



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

NIP.19680517200112100



- 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 BSR - 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 menyampaikan bahwa skripsi penelitian yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran PBL Berbantuan Media ICT TPACK Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Lompat Jauh Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 1 Singaraja” beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan serta pengutipan dengan cara tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam Masyarakat ke ilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.



Singaraja, 16 Maret 2026
Yang menyatakan Pernyataan

Ketut Diva Astrawan Putra
NIM 2216011027

MOTTO

**“SIAPAPUN, DIMANAPUN & KAPANPUN
ADALAH GURU TERBAIK”**

Ketut Diva Astrawan Putra

2026



PRAKARTA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“Pengaruh Model Pembelajaran PBL Berbantuan Media ICT TPACK Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Lompat Jauh Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 1 Singaraja”** dapat diselesaikan tepat waktu. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bimbingan, masukan, dukungan, arahan, dan saran dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan kali ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan., M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menimba ilmu dan pengalaman perkuliahan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan 1 Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memfasilitasi peneliti khususnya di bidang akademik dan kerjasama di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or., Wakil Dekan 2 Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memfasilitasi peneliti khususnya bidang keuangan dan umum di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan 3 Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memfasilitasi peneliti khususnya bidang kemahasiswaan dan alumni di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
6. Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes., selaku Ketua Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memfasilitasi peneliti peminjaman sarana dan prasarana perkuliahan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
7. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga sekaligus selaku pembimbing utama yang telah banyak memfasilitasi bimbingan serta pelayanan dibidang administrasi akademik dan non-akademik.

8. Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memfasilitasi peneliti dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan pelayanan di bidang akademik dan non-akademik di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
10. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P., sebagai pembimbing wakil yang telah memberikan bimbingan serta pelayanan dibidang administrasi akademik dan non-akademik.
11. Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd., sebagai pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan serta pelayanan dibidang administrasi akademik dan non-akademik.
12. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd., Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P., Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P., Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd., Sebagai dewan penguji yang telah memberikan masukan, saran dan bimbingan mulai dari proposal sampai dengan seminar hasil.
13. Seluruh staf dosen dan pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan dalam penyusunan proposal ini.
14. Kepala SMK Negeri 1 Singaraja beserta jajaran yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
15. Ketut Adipa, S.Pd. sebagai Guru PJOK SMK Negeri 1 Singaraja yang telah banyak memberikan informasi terkait pembelajaran dan memfasilitasi proses penelitian.
16. Tim Crew (Jefry, Danny, Tina, Hendra, Carmi, Gusde, Urip, Jeky) yang telah mau diajak berproses sehingga skripsi ini bisa selesai.
17. Rekan-rekan mahasiswa di Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuannya dalam penyusunan proposal ini.
18. Keluarga besar dan orang tersayang yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga proposal ini dapat di selesaikan.

19. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyusunan proposal ini.

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

Singaraja, 16 Maret 2026



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PERSETUJUAN PENGUJI	v
PERSETUJUAN PANITIA UJIAN	vi
PERNYATAAN	vii
MOTTO	viii
PRAKARTA	ix
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah Penelitian	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah Penelitian	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Hasil Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI	10
2.1 Kajian Teori	10
2.1.1 Pembelajaran PJOK di SMK.....	10

2.1.2 Model Pembelajaran PBL	12
2.1.3 Media Pembelajaran ICT TPACK	17
2.1.4 Pembelajaran PJOK	21
2.1.5 Lompat Jauh.....	26
2.2 Kajian Hasil Penelitian Yang Relevan.....	30
2.3 Kerangka Berpikir.....	33
2.4 Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Rancangan Penelitian.....	36
3.2 Populasi dan Sampel	37
3.3 Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian	39
3.3.1 Variabel Penelitian.....	39
3.3.2 Definisi Oprasional Variabel.....	40
3.4 Metode dan Instrumen Pengumpulan Data.....	40
3.4.1 Metode pengumpulan data	40
3.5 Metode dan Teknik Analisis Data.....	49
3.5.1 Uji Normalitas (Kolmogorov-Smirnov).....	49
3.5.2 Uji Homogenitas (<i>Levene Test</i>).....	50
3.5.3 Hipotesis (<i>Independent Sample t-test</i>)	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
4.1 Deskripsi Data.....	52
4.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	52
4.2 Pengujian Asumsi.....	62
4.2.1 Hasil Uji Normalitas Sebaran Data	62
4.2.2 Hasil Uji Homogenitas Varians	63
4.3 Pengujian Hipotesis.....	65

4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	66
4.5 Implikasi.....	74
BAB V PENUTUP.....	75
5.1 Rangkuman	75
5.2 Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN-LAMPIRAN	83



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Langkah-langkah Problem Based Learning.....	15
Tabel 2.2 Tugas Gerak.....	30
Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	37
Tabel 3.2 Sampel Penelitian.....	39
Tabel 3.3 Kisi-kisi Tes Pengetahuan Hasil Belajar Lompat Jauh.....	42
Tabel 3.4 Asesmen Penilaian Aktivitas Materi Lompat Jauh.....	43
Tabel 3.5 Lembar Kuisisioner Formative Class Evaluation (FCE).....	45
Tabel 3.6 Standart Score FCE Secara Keseluruhan.....	46
Tabel 3.7 Lembar Penilaian Aspek Psikomotor Aktivitas Lompat Jauh.....	46
Tabel 3.8 Nilai Akhir NA yang Diperoleh Peserta Didik $N = N1 + N2$	47
Tabel 3.9 Penilaian Hasil Belajar Kelas X SMK Negeri 1 Singaraja.....	47
Tabel 3.10 Tabulasi Silang Gregory.....	47
Tabel 3.11 Hasil Validitas Uji Instrumen.....	47
Tabel 3.12 Kriteria untuk Menentukan Validitas Isi.....	48
Tabel 4.1 Data Hasil Belajar Kognitif Kelompok Eksperimen Peserta Didik SMK Negeri 1 Singaraja Kelas X ULP A.....	53
Tabel 4.2 Data Hasil Belajar Kognitif Kelompok Kontrol Peserta Didik SMK Negeri 1 Singaraja Kelas X ULP B.....	54
Tabel 4.3 Data Hasil Belajar Psikomotor Kelompok Eksperimen Peserta Didik SMK Negeri 1 Singaraja Kelas X ULP A.....	56
Tabel 4.4 Data Hasil Belajar Psikomotor Kelompok Kontrol Peserta Didik SMK Negeri 1 Singaraja Kelas X ULP B.....	57
Tabel 4.5 Hasil FCE Kelas X ULP A Pertemuan 1.....	58
Tabel 4.6 Formative Evaluation Scoring Sheet.....	59
Tabel 4.7 Hasil FCE Kelas X ULP A Pada Pertemuan Kedua.....	60
Tabel 4.8 Formative Evaluation Scoring Sheet.....	61
Tabel 4.9 Rangkuman Data Hasil Belajar Lompat Jauh.....	62
Tabel 4. 10 Hasil uji normalitas sebaran data.....	63
Tabel 4. 11 Hasil Uji Homogenitas Varians.....	64
Tabel 4. 12 Hasil Analisis Independent-samples t test.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Tujuan Ideal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.....	23
Gambar 2.2 Tahap Awalan Lompat Jauh.....	27
Gambar 2.3 Tahap Tolakan Lompat Jauh	27
Gambar 2.4 Tahap Melayang Lompat Jauh	28
Gambar 2.5 Tahap Pendaratan Lompat Jauh	29
Gambar 2.6 Kerangka Berpikir.....	34
Gambar 3.1 Posttest Only Group Design.....	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Observasi	84
Lampiran 2 Surat Observasi.....	84
Lampiran 3. Surat Tugas Uji Judges	86
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian	87
Lampiran 5. Lampiran Surat Tugas Evaluator	88
Lampiran 6. Surat Keterangan Setelah Melakukan Penelitian dari Sekolah	89
Lampiran 7. Hasil Uji Judges I	90
Lampiran 8. Hasil Uji Judges II	95
Lampiran 9. Data Hasil Evaluator Kelas Eksperimen	100
Lampiran 10. Data Hasil Evaluator Kelas Kontrol	101
Lampiran 11. Data Hasil Belajar Lompat Jauh Kelompok Eksperimen	102
Lampiran 12. Data Hasil Belajar Lompat Jauh Kelompok Kontrol.....	102
Lampiran 13. Modul Ajar	104
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	109
Lampiran 15. Simple Random Sampling.....	111

