

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING* BERBANTUAN MEDIA POSTER UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI
BULUTANGKIS PADA PESERTA DIDIK KELAS VII 1 SMP
LABORATORIUM UNDIKSHA TAHUN PELAJARAN 2025/2026**



**OLEH
W. WIDHI ADNYANA
NIM 2216011088**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAMHRAGA
FAKULTAS OLAMHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAN PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2026**



**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING* BERBANTUAN MEDIA POSTER UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI
BULUTANGKIS PADA PESERTA DIDIK KELAS VII 1 SMP
LABORATORIUM UNDIKSHA TAHUN PELAJARAN 2025/2026**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
dalam Menyelesaikan Program Sarjana
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Oleh
W. Widhi Adnyana
NIM 2216011088**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
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	Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. NIP.196307091990031001
Pembimbing II	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 BSRÉ - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSRÉ
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



Skripsi oleh W. Widhi Adnyana ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 28 April 2026

Dewan Penguji

Ketua	Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. NIP.196307091990031001
Anggota	I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. NIP.198503082019031005
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 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



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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



- 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 menyampaikan bahwa penelitian yang berjudul “Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Berbantuan Media Poster Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bulutangkis Untuk Peserta Didik Kelas VII 1 SMP Laboratorium Undiksha Tahun Pelajaran 2025/2026” 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 ini.

Singaraja, 26 Januari 2026



W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

KATA PERSEMBAHAN

Puji Tuhan Yang Maha Esa Ida Sang Hyang Widhi Wasa, akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagian saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih kepada:

KELUARGA TERCINTA

Gede Suadnyana, Luh Sudarmi, dan K. Dwipa Adnyana

”Terimakasih atas kasih sayang yang diberikan melalui doa maupun prilaku dan selalu memberikan dukungan disegala hal demi indahnya masa depan peneliti di kemudian hari

BAPAK & IBU DOSEN

Pembimbing, Penguji, dan Pengajar

Terimakasih telah membimbing, mengajar, dan memotivasi peneliti selama peneliti sebagai mahasiswa

KEKASIH & SAHABAT

Untuk kekasih tercinta Ketut Aprilia Sinta Dewi, terima kasih atas doa, dukungan, dan semangat sejak dari bangku SMA hingga penelitian ini selesai. Serta sahabat peneliti Bli Ketut & Della, terima kasih atas wejangan dan motivasinya hingga peneliti sampai pada titik ini.

ALMAMATER

Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha



PRAKARTA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat-Nya Skripsi yang berjudul “**Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Berbantuan Media Poster Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bulutangkis Pada Peserta Didik Kelas VII 1 SMP Laboratorium Undiksha Tahun Pelajaran 2025/2026**” dapat diselesaikan tepat waktu. Dalam penyusunan proposal 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 banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan 1 Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu 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 banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan 3 Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
6. Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes., selaku Ketua Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
7. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga.

8. Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Or., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu 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, sekaligus sebagai pembimbing wakil yang telah memberikan bimbingan serta pelayanan dibidang administrasi akademik dan non-akademik.
10. Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd selaku pembimbing utama yang telah banyak membantu menyelesaikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P selaku penguji yang telah banyak membantu menyelesaikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. selaku penguji yang telah banyak membantu menyelesaikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Kepala Sekolah SMP Laboratorium Undiksha, Kelas VII 1 yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan memberikan motivasi, mendorong dalam pengerjaan skripsi ini
14. Seluruh staff dosen dan pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penelitian ini.
15. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuannya dalam penyusunan skripsi ini.

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

Peneliti menyadari bahwa sepenuhnya apa yang terjadi dalam proposal 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. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 26 Januari 2026



Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERSETUJUAN PENGUJI	iv
PERSETUJUAN PANITIA UJIAN	v
PERNYATAAN	vi
KATA PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
PRAKATA	x
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
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	6
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Hasil Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Kajian Teori.....	10
2.1.1 Pembelajaran	10
2.1.2 Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	11

2.1.3	Sistematika Pembelajaran PJOK.....	13
2.1.4	Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> (PBL)	17
2.1.5	Keunggulan Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> (PBL).....	18
2.1.6	Sintaks Model Pembelajaran PBL Kurikulum Merdeka.....	19
2.1.7	Langkah-langkah Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> (PBL)22	
2.1.8	Media Pembelajaran Poster.....	24
2.1.9	Hasil Belajar.....	26
2.1.10	Permainan Bulutangkis	29
2.2	Kerangka Berfikir.....	45
2.3	Hipotesis.....	47
BAB III METODE PENELITIAN		49
3.1	Rancangan dan Jenis Penelitian	49
3.2	Subjek Penelitian.....	55
3.3	Prosedur Penelitian.....	55
3.4	Identifikasi Variabel.....	62
3.5	Instrumen Penilaian.....	63
3.6	Teknik Pengumpulan Data	72
3.7	Uji Kelayakan Instrumen Penelitian.....	72
3.8	Analisis Data	72
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		77
4.1	Hasil Penelitian	78
4.1.1	Deskripsi Proses Pembelajaran Siklus I.....	78
4.1.2	Deskripsi Proses Pembelajaran Siklus II.....	83
4.1.3	Ketuntasan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I dan Siklus II	90
4.2	Hasil Uji Kelayakan Instrumen Penelitian	91
4.3	Deskripsi Hasil Penelitian	92
4.4	Implikasi Penelitian.....	97

BAB V PENUTUP	100
5.1 Rangkuman.....	100
5.2 Simpulan.....	100
5.3 Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA	103
LAMPIRAN	109
RIWAYAT HIDUP	184



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Sintaks Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning (PBL)</i>	19
Tabel 3.1 Kegiatan Pembelajaran Pertemuan pertama siklus 1	57
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Penilaian Sikap (Afektif).....	63
Tabel 3.3 Format Penilaian Sikap (<i>Afektif</i>)	64
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Aspek Pengetahuan (Kognitif).....	65
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Penilaian Aspek Keterampilan <i>Forehand Service</i> (Psikomotor) 67	
Tabel 3.6 Penilaian Aspek Keterampilan <i>Forehand Service</i> (Psikomotor)	68
Tabel 3.7 Kisi-Kisi Penilaian Aspek Keterampilan <i>Backhand Service</i> (Psikomotor) 69	
Tabel 3.8 Penilaian Aspek Keterampilan <i>Backhand Service</i> (Psikomotor).....	70
Tabel 3.9 Kisi-Kisi Penilaian Aspek Keterampilan <i>Forehand Lob</i> (Psikomotor)	70
Tabel 3.10 Penilaian Aspek Keterampilan <i>Forehand Lob</i> (Psikomotor).....	71
Tabel 3.11 Konversi Nilai Mata Pelajaran Pjok Smp Laboratorium Undiksha	76
Tabel 4.1 Hasil Belajar Siklus I	79
Tabel 4.2 Ketuntasan Hasil Belajar Siklus I	81
Tabel 4.3 Hasil Belajar Siklus II.....	85
Tabel 4.4 Ketuntasan Hasil Belajar Siklus II	87
Tabel 4.5 Ketuntasan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas VII 1	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Posisi awal (<i>ready position</i>)	31
Gambar 2.2 Ayunan belakang (<i>backswing</i>)	32
Gambar 2.3 Perkenaan Shuttlecock (<i>contact point</i>).....	33
Gambar 2.4 Kembali ke Posisi Siap (<i>return to ready position</i>).....	34
Gambar 2.5 Posisi awal (<i>ready position</i>)	35
Gambar 2.6 Posisi Pelaksanaan memukul	36
Gambar 2.7 Posisi Perkenaan Shuttlecock (<i>contact point</i>).....	37
Gambar 2.8 Kembali ke Posisi Siap (<i>return to ready position</i>).....	38
Gambar 2.9 Posisi Awal (<i>Ready Position</i>).....	39
Gambar 2.10 Ayunan Belakang (<i>backswing</i>).....	40
Gambar 2.11 Perkenaan Shuttlecock (<i>contact point</i>).....	41
Gambar 2.12 Kembali ke Posisi Siap (<i>return to ready position</i>).....	42
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian tindakan kelas	52
Gambar 4.1 Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Siklus I.....	79
Gambar 4.2 Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Siklus II	84
Gambar 4.3 Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas VII 1.....	88

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 01. Lampiran Surat Tugas	110
Lampiran 02. Lampiran Surat Observasi Sekolah	111
Lampiran 03. Lampiran Surat Permohonan Penelitian	112
Lampiran 04. Lampiran Surat Balasan Dari Sekolah.....	113
Lampiran 05. Lampiran Modul Ajar.....	114
Lampiran 06. Lampiran Validasi Uji Instrument Pakar 1.....	126
Lampiran 07. Lampiran Validasi Uji Instrument Pakar 2.....	156
Lampiran 08. Lampiran Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus I.....	174
Lampiran 09. Lampiran Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus I.....	175
Lampiran 10. Lampiran Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus I.....	176
Lampiran 11. Lampiran Ketuntasan Individu Siklus I.....	177
Lampiran 12. Dokumentasi Siklus I.....	178
Lampiran 13. Lampiran Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus II	179
Lampiran 14. Lampiran Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus II	180
Lampiran 15. Lampiran Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus II	181
Lampiran 16. Lampiran Ketuntasan Individu Siklus II	182
Lampiran 17 Dokumentasi Siklus II	183