

Lampiran 01. Lampiran Surat Tugas



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 74.04/UN48.12.5/PP/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Drs. Putu Panca Adi, M.Pd.
NIP : 196307091990031001
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.
NIP : 198503082019031005
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : W. Widhi Adnyana
NIM : 2216011088
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Judul : Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Berbantuan Media Poster Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bulutangkis *Forehand Lob* Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Kabupaten Buleleng Tahun Pelajaran 2025/2026.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 9 April 2025
Ketua Jurusan,



Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198008112008121001



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BafE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

Lampiran 02. Lampiran Surat Observasi Sekolah



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAHA DAN KESEHATAN
Alamat: Jalan Desa Jningdalam Singaraja - Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (0362) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 5 Mei 2025

Nomor : 570/UN48.12.1/PP/2025
Lampiran : -
Perihal : Ijin melakukan observasi

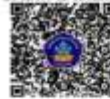
Y th. Kepala SMP LAB Undiksha
di
Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) diwajibkan untuk melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran di sekolah sebagai syarat pengajuan judul penelitian (skripsi). Kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengizinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : W. Widhi Adnyana
Nomor Induk Mahasiswa : 2216011088
Tahun Akademik : 2024/2025
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan UNDIKSHA

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa
NIP.198501172008121001



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Catatan:

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini terdapat tandatangan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan QR code yang tertera di atas

Lampiran 03. Lampiran Surat Permohonan Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (03620 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 27 Nopember 2025

Nomor : 2094/UN48.12.1/PT.01.04/2025
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala SMP Laboratorium Undiksha
 di
 Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan itu kami mohon Bapak/ibu untuk mengijinkan mahasiswa tersebut dibawah ini untuk berkenan melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : W. Widhi Adnyana
 Nomor Induk Mahasiswa : 2216011088
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
 Judul Skripsi : 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

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
 Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa.
 NIP.198501172008121001



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertandatangan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 04. Lampiran Surat Balasan Dari Sekolah



YAYASAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA (UNDIKSHA)
Akta Notaris Nomor: 18 Tanggal 9 Oktober 2015
SMP (TERAKREDITASI A) LABORATORIUM UNDIKSHA

Alamat: Jalan Jatayu No. 10 Singaraja Bali
 Blog: smplahundikshasingaraja.blogspot.co.id

Telp: (0362) 22572-08283720494
 e-mail: smp_lab_undiksha@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 7062/SMP/Lab. Undiksha/E.7/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Laboratorium Undiksha, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : W. Widhi Adnyana
 NIM : 2216011088
 Jurusan : Pendidikan Olahraga
 Fakultas : Olahraga dan Kesehatan Undiksha

Memang benar mahasiswa tersebut diatas telah melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran di sekolah sebagai syarat pengajuan judul penelitian skripsi di SMP Laboratorium Undiksha Singaraja pada tanggal 19 Mei 2025 kepada siswa kelas VII - 1.

Demikian surat keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Singaraja, 22 Januari 2026
 Kepala Sekolah

Putu Kesuma Wardana, S.H., S.Pd., M.Pd.

Lampiran 05. Lampiran Modul Ajar Siklus I

MODUL AJAR SIKLUS I

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Penyusun : W. Widhi Adnyana Jenjang : SMP Kelas : VII Fase : D Alokasi Waktu : 2 x 45 Menit	Kompetensi Awal: Peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan net melalui permainan bulu tangkis sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.	Profil Pelajar Pancasila: Profil Pelajar Pancasila yang dikembangkan pada Fase D adalah mandiri dan gotong royong yang ditunjukkan melalui proses pembelajaran keterampilan gerak permainan net melalui permainan bulu tangkis.
Sarana dan Prasarana		
<ul style="list-style-type: none"> • Shuttlecock atau bola sejenisnya (bola terbuat dari gulungan kertas/plastik, karet, dll). • Lapangan permainan bulu tangkis atau lapangan sejenisnya (lapangan atau halaman sekolah). • Net permainan bulu tangkis atau seutas tali. • Peluit dan <i>stopwatch</i>. 		
Target Peserta Didik		
<ul style="list-style-type: none"> ○ Peserta didik regular/tipikal. 		
Jumlah Peserta Didik		
<ul style="list-style-type: none"> ○ Maksimal 25 peserta didik. 		
Ketersediaan Materi		
<ul style="list-style-type: none"> ○ Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : YA/TIDAK. 		
Materi Ajar, Alat, dan Bahan yang Diperlukan		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Materi Pokok Pembelajaran 		

a. Materi Pembelajaran Reguler

Memahami fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas keterampilan gerak permainan net melalui permainan bulu tangkis, diantaranya:

- 1) Keterampilan gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang permainan bulu tangkis.
- 2) Keterampilan gerak pukulan *forehand service* permainan bulu tangkis.
- 3) Keterampilan gerak pukulan *backhand service* permainan bulu tangkis.
- 4) Keterampilan gerak pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.

b. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai (berdasarkan identifikasi) yang akan dipelajari peserta didik kembali. Materi dapat dimodifikasi dengan menambah jarak, pengulangan, intensitas, dan kesempatan/frekuensi melakukan bagi peserta didik. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan peserta didik, guru dapat mengubah strategi dengan memasang peserta didik dan belajar dalam kelompok agar bisa saling membantu, serta berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik.

c. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan lebih tinggi dari materi reguler. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, mengubah lingkungan permainan, dan mengubah jumlah pemain di dalam permainan yang dimodifikasi.

2. Media Pembelajaran

- a. Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.
- b. Gambar yang terdapat dalam buku teks pelajaran PJOK aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.
- c. Poster pembelajaran aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.

<p>3. Alat dan Bahan Pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Shuttlecock atau bola sejenisnya (bola terbuat dari gulungan kertas/plastik, karet, dll). b. Lapangan permainan bulu tangkis atau lapangan sejenisnya (lapangan atau halaman sekolah). c. Net permainan bulu tangkis atau seutas tali. d. Peluit dan <i>stopwatch</i>. e. Lembar kerja siswa (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak. f. Media poster 	
Moda Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> o Moda pembelajaran <i>luring</i>. 	
Pengaturan Pembelajaran	
Pengaturan Peserta Didik: <ul style="list-style-type: none"> o Individu, berpasangan, dan berkelompok 	Metode: <p>Diskusi, demonstrasi, resiprokal. <i>Problem based learning</i></p>
Asesmen Pembelajaran	
Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> o Asesmen individu 	Jenis Asesmen: <ul style="list-style-type: none"> o Pengetahuan (lisan dan tertulis). o Keterampilan (praktik dan kinerja). o Sikap (mandiri dan gotong royong).
Tujuan Pembelajaran	
<p>Peserta didik menganalisis dan menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/<i>stance</i>, gerakan kaki/<i>footwork</i>, pukulan <i>forehand service</i>, <i>backhand service</i>, dan pukulan <i>forehand lob</i> permainan bulu tangkis sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap seperti: mandiri dan gotong royong, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.</p>	
Pemahaman Bermakna	

Setelah peserta didik mempelajari dan melakukan pembelajaran aktivitas keterampilan gerak permainan bulu tangkis, manfaat apakah yang dirasakan olehnya? Dapatkah pengalaman pembelajaran ini diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari?

Pertanyaan Pemantik

Mengapa peserta didik perlu memahami dan menguasai keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis?

Prosedur Kegiatan Pembelajaran

1. Persiapan mengajar

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:

- a. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan permainan bulu tangkis.
- c. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
 - 1) Shuttlecock atau bola sejenisnya (bola terbuat dari gulungan kertas/plastik, karet, dll).
 - 2) Lapangan permainan bulu tangkis atau lapangan sejenisnya (lapangan atau halaman sekolah).
 - 3) Net permainan bulu tangkis atau seutas tali.
 - 4) Peluit dan *stopwatch*.
 - 5) Poster pembelajaran permainan bulu tangkis.
 - 6) Lembar kerja siswa (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak.

2. Kegiatan Pengajaran

Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut:

- a. Kegiatan pendahuluan (10 menit)
 - 1) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
 - 2) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa, dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.

- 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, bila ada peserta didik yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat di kelas.
 - 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
 - 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.
 - 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bulu tangkis: misalnya bahwa bermain bulu tangkis adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga bulu tangkis.
 - 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.
 - 8) Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas keterampilan gerak permainan bulu tangkis, baik kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan observasi dalam bentuk jurnal, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: menganalisis keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu: mempraktikkan aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis, serta bermain bulu tangkis dalam bentuk yang sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi.
- b. Kegiatan Inti (70 menit)
- Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan menggunakan model *Problem Based Learning* (PBL) dengan prosedur sebagai berikut :
- 1 Fase I : Orientasi peserta didik pada masalah**
- a) Guru menampilkan masalah nyata terkait konsep gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis dengan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengemukakan pendapat awal terkait materi tersebut dan peserta didik mengamati hasil pendapat dari peserta didik
 - b) Guru membagikan poster pembelajaran sebagai media pembelajaran

- c) Kemudian peserta didik dipersilahkan *scan* kode barcode yang ada di poster untuk mengamati video

2 Fase II : Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar

- a) Guru membagi peserta didik menjadi 5 kelompok
- b) Guru memberikan LKPD kelompok
- c) Guru memfasilitasi peserta didik untuk memahami masalah nyata yang telah disajikan, yaitu mengidentifikasi apa yang mereka ketahui, apa yang perlu mereka ketahui, dan apa yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan masalah.

3 Fase III : Membimbing pengalaman individu atau kelompok

- a) Guru meminta peserta didik secara berkelompok mengolah hasil pengumpulan informasi/data untuk dipergunakan dalam kelompoknya untuk menemukan solusi penyelesaian masalah
- b) Peserta didik mengembangkan alternative penyelesaian masalah tersebut, kemudian menyusun dan mengembangkan *action plan* untuk menyelesaikan masalah.

4 Fase IV : Mengembangkan dan mempresentasikan hasil

- a) Guru meminta peserta didik untuk mempresentasikan hasil dari diskusi dalam kelompok yang telah dilakukan dan mempraktekannya di hadapan rekan-rekannya
- b) Peserta didik lainnya dari setiap kelompok memperhatikan dan tidak lupa memberikan tanggapan dan mengajukan beberapa pertanyaan terkait konsep dan praktek cara melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis.

5 Fase V : Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah

- a) Guru dan peserta didik bersama-sama melakukan refleksi, selanjutnya secara bersama mempraktekan cara-cara melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis berdasarkan hasil pengamatan dan diskusi serta praktek yang telah dilakukan.
- b) Peserta didik melakukan konfirmasi dengan memberikan penjelasan mengenai, aktivitas cara-cara melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis yang telah dipraktekannya
- c) Guru melaksanakan penilaian terhadap individu materi yang telah dilaksanakandengan bentuk tes keterampilan pada kemampuan siswa melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis yang dilakukan kepada peserta didik

Bentuk-bentuk aktivitas keterampilan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis adalah sebagai berikut:

Aktivitas 1

Service adalah salah satu teknik dasar bulu tangkis berupa pukulan permulaan pertandingan yang bertujuan menerbangkan kok atau shuttlecock ke bidang lapangan lawan. *Forehand service* yaitu shuttlecock harus di pukul dengan menggunakan tenaga penuh agar melayang tinggi dan jatuh tegak lurus di bagian belakang garis lapangan lawan. Shuttlecock yang dipukul harus diusahakan jatuh menurun secara tegak lurus ke bawah di suatu tempat digaris belakang lapangan pihak lawan terutama diarahkan di sudut-sudut perpotongan antara garis tepi untuk permainan tunggal dengan garis belakang untuk service permainan tunggal dan perpotongan antara garis tengah dengan garis belakang untuk service permainan tunggal. Berikut beberapa poin penting dalam melakukan *Forehand service* :

A. Posisi Awal

- Pegangan raket menggunakan forehand grip atau pegangan dasar seperti sedang berjabat tangan.
- Posisi berdiri berada di dalam area servis.
- Satu kaki berada di depan dan satu kaki di belakang dengan jarak selebar bahu.
- Tubuh diposisikan sedikit menyamping ke arah net.
- Shuttlecock dipegang oleh tangan yang tidak memegang raket.
- Posisi shuttlecock berada di depan badan atau di samping tubuh setinggi pinggang.

B. Ayunan Belakang

- Raket ditarik ke belakang setinggi bahu sebagai awalan ayunan.
- Ayunkan raket ke depan secara bersamaan dengan melepaskan shuttlecock.
- Perkenaan shuttlecock harus terjadi di bawah pinggang.
- Ayunan dilakukan penuh untuk menghasilkan pukulan yang maksimal.
- Tenaga pukulan diberikan cukup besar agar shuttlecock melambung tinggi.
- Berat badan dipindahkan dari kaki belakang ke kaki depan saat memukul untuk menambah kekuatan.

C. Perkenaan *Shuttlecock*

- Perkenaan shuttlecock dilakukan saat raket diayunkan ke depan dan harus berada di bawah pinggang.
- Pelepasan shuttlecock dilakukan bersamaan dengan momen perkenaan pukulan.
- Perkenaan yang tepat pada servis panjang menghasilkan shuttlecock melambung tinggi ke area belakang lapangan lawan.
- Setelah memukul, ayunan raket tidak dihentikan secara tiba-tiba.
- Ayunan dilanjutkan ke depan melewati tubuh hingga raket berada di samping atau di depan bahu yang berlawanan (*follow through*).
- *Follow through* membantu menjaga keseimbangan serta menghasilkan pukulan yang kuat dan stabil.
- Setelah ayunan selesai, pemain segera kembali ke posisi siap di tengah lapangan untuk mengantisipasi pukulan lawan.
- Setelah servis dan ayunan raket selesai, segera kembali ke posisi siap.
- Posisi siap dilakukan di area tengah lapangan.
- Kembali ke posisi siap penting karena lawan dapat mengembalikan shuttlecock dengan cepat.



Aktivitas 2

Untuk melakukan servis backhand kerap diambil oleh para pebulutangkis nomor ganda untuk mengawali permainan dengan mengarahkan kok dengan pukulan pendek dan cepat. Dalam memulai servis backhand, posisi raket sudah berada di depan badan, sehingga pemain memiliki momentum lebih singkat dan bertumpu pada pergelangan tangan untuk mengarahkan shuttlecock. Namun, melepaskan pukulan dengan tenaga berlebihan dapat membuat bola meleset dari sasaran atau keluar dari wilayah permainan lawan. Berikut beberapa poin penting dalam melakukan *Backhand Service* :

A. Posisi Awal

- Raket dipegang menggunakan pegangan backhand dengan ibu jari berada di belakang tangkai raket yang lebar.
- Posisi berdiri berada di area servis.
- Tubuh diposisikan sedikit menyamping ke arah net.
- Kaki kanan berada di depan dan kaki kiri di belakang bagi pemain yang tidak kidal.
- Shuttlecock dipegang di depan tubuh sejajar dengan pinggang.
- Pegangan shuttlecock menggunakan ibu jari dan jari telunjuk.
- Posisi shuttlecock berada tepat di depan raket.

B. Pelaksanaan Memukul

- Raket ditarik sedikit ke belakang sebagai awalan gerakan.
- Raket kemudian diayunkan ke depan dengan gerakan yang pendek.
- Ayunan servis backhand lebih mengandalkan pergelangan tangan dibandingkan lengan.
- Dorongan raket dilakukan menggunakan pergelangan tangan dan ibu jari.
- Perkenaan shuttlecock dilakukan di depan tubuh dan berada di bawah pinggang.
- Servis backhand mengutamakan kontrol dan presisi, bukan kekuatan.
- Tujuan servis backhand adalah agar shuttlecock melaju tipis di atas net.
- Shuttlecock diarahkan jatuh di area depan lapangan lawan.

C. Perkenaan *Shuttlecock*

- Setelah memukul shuttlecock, gerakan raket dilanjutkan sedikit ke depan.
- Gerakan lanjutan yang singkat tersebut disebut follow through.
- Follow through berfungsi untuk menjaga keseimbangan tubuh.
- Follow through membantu mengontrol arah shuttlecock.
- Setelah follow through, pemain segera kembali ke posisi siap.
- Posisi siap dilakukan di tengah lapangan.
- Kembali ke posisi siap bertujuan untuk mengantisipasi serangan balik dari lawan.



Aktivitas 3

Pukulan *forehand lob* adalah salah satu keterampilan yang sangat penting dalam permainan bulutangkis setelah servis. Pukulan ini digunakan untuk menyerang ke arah belakang lapangan lawan. *Forehand lob* juga suatu pukulan yang dilakukan dengan memukul shuttlecock setinggi mungkin dan mengarah jauh ke belakang garis lapangan. Dalam permainan bulutangkis, *forehand lob* memegang peran yang sangat penting bagi pola bertahan maupun menyerang. Bagi peserta didik, teknik *forehand lob* ini merupakan teknik dasar yang harus dikuasai peserta didik dalam permainan bulu tangkis, karena teknik ini memiliki peran penting dalam mengatur tempo permainan, memaksa lawan bergerak ke belakang lapangan, dan membuka peluang untuk melakukan serangan. Berikut beberapa poin penting dalam melakukan *forehand lob* :

A. Posisi Awal

- Pemain berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu atau sedikit lebih lebar untuk menjaga keseimbangan.
- Salah satu kaki ditempatkan sedikit di depan untuk memudahkan pergerakan ke berbagai arah.
- Berat badan didistribusikan secara merata pada kedua kaki.
- Tubuh sedikit condong ke depan sebagai antisipasi datangnya shuttlecock.
- Raket dipegang di depan badan sebagai posisi awal siap bermain.
- Posisi raket memungkinkan fleksibilitas untuk melakukan berbagai jenis pukulan.
- Pandangan pemain selalu fokus pada shuttlecock.
- Pemain juga memperhatikan pergerakan lawan untuk bereaksi dengan cepat dan tepat.

B. Ayunan Belakang

- Pemain menarik raket ke belakang dan ke atas secara terkoordinasi sebagai gerakan backswing.
- Siku diangkat untuk memberikan ruang gerak yang lebih luas.
- Posisi siku membantu menghasilkan tenaga pukulan yang maksimal.
- Pada puncak backswing, raket berada di belakang kepala atau bahu.
- Pergelangan tangan dijaga tetap rileks namun siap melakukan sentakan (flick).
- Permukaan raket diarahkan menghadap ke atas atau sedikit ke belakang.
- Arah dan sudut permukaan raket disesuaikan dengan ketinggian dan arah lob yang diinginkan.
- Pengaturan sudut permukaan raket memengaruhi lintasan shuttlecock.

C. Perkenaan *Shuttlecock*

- Perkenaan shuttlecock dilakukan di depan badan.
- Titik perkenaan ideal berada sedikit di atas kepala atau setinggi jangkauan maksimal.
- Titik perkenaan yang tepat membantu memperoleh sudut dan ketinggian pukulan yang optimal.
- Pergelangan tangan berperan penting saat perkenaan.
- Lakukan sentakan (flick) pergelangan tangan yang cepat dan kuat.
- Sentakan pergelangan tangan menghasilkan pukulan lob yang tinggi dan melambung jauh.
- Permukaan raket diarahkan sedikit ke atas dan ke belakang.
- Arah permukaan raket menentukan lintasan shuttlecock.
- Setelah memukul, ayunan raket tidak dihentikan secara tiba-tiba.
- Ayunan dilanjutkan ke depan dan ke bawah badan sebagai follow-through.
- Follow-through menandakan transfer tenaga yang efektif dan kontrol pukulan yang baik.
- Setelah rangkaian gerakan selesai, pemain menjaga keseimbangan tubuh.
- Keseimbangan tubuh penting agar siap menghadapi pukulan balasan dari lawan.
- Posisi siap dilakukan di tengah lapangan.

- Kembali ke posisi siap bertujuan untuk mengantisipasi serangan balik dari lawan.



c. Kegiatan Penutup (10 menit)

- 1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 2) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- 3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan bulu tangkis.
- d. Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang aktivitas keterampilan gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang, dan pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis. hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
- 4) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 5) Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Guru PJOK

Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Mahasiswa/Peneliti

W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 06. Lampiran Modul Ajar Siklus II

MODUL AJAR SIKLUS II

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Penyusun : W. Widhi Adnyana Jenjang : SMP Kelas : VII Fase : D Alokasi Waktu : 2 x 45 Menit	Kompetensi Awal: Peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan net melalui permainan bulu tangkis sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.	Profil Pelajar Pancasila: Profil Pelajar Pancasila yang dikembangkan pada Fase D adalah mandiri dan gotong royong yang ditunjukkan melalui proses pembelajaran keterampilan gerak permainan net melalui permainan bulu tangkis.
Sarana dan Prasarana		
<ul style="list-style-type: none"> • Shuttlecock atau bola sejenisnya (bola terbuat dari gulungan kertas/plastik, karet, dll). • Lapangan permainan bulu tangkis atau lapangan sejenisnya (lapangan atau halaman sekolah). • Net permainan bulu tangkis atau seutas tali. • Peluit dan <i>stopwatch</i>. 		
Target Peserta Didik		
<ul style="list-style-type: none"> ○ Peserta didik regular/tipikal. 		
Jumlah Peserta Didik		
<ul style="list-style-type: none"> ○ Maksimal 25 peserta didik. 		
Ketersediaan Materi		
<ul style="list-style-type: none"> ○ Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : YA/TIDAK. 		
Materi Ajar, Alat, dan Bahan yang Diperlukan		
4. Materi Pokok Pembelajaran		

d. Materi Pembelajaran Reguler

Memahami fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas keterampilan gerak permainan net melalui permainan bulu tangkis, diantaranya:

- 5) Keterampilan gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang permainan bulu tangkis.
- 6) Keterampilan gerak pukulan *forehand service* permainan bulu tangkis.
- 7) Keterampilan gerak pukulan *backhand service* permainan bulu tangkis.
- 8) Keterampilan gerak pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.

e. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai (berdasarkan identifikasi) yang akan dipelajari peserta didik kembali. Materi dapat dimodifikasi dengan menambah jarak, pengulangan, intensitas, dan kesempatan/frekuensi melakukan bagi peserta didik. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan peserta didik, guru dapat mengubah strategi dengan memasang peserta didik dan belajar dalam kelompok agar bisa saling membantu, serta berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik.

f. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan lebih tinggi dari materi reguler. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, mengubah lingkungan permainan, dan mengubah jumlah pemain di dalam permainan yang dimodifikasi.

5. Media Pembelajaran

- e. Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.
- f. Gambar yang terdapat dalam buku teks pelajaran PJOK aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.
- g. Poster pembelajaran aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.

<p>6. Alat dan Bahan Pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> g. Shuttlecock atau bola sejenisnya (bola terbuat dari gulungan kertas/plastik, karet, dll). h. Lapangan permainan bulu tangkis atau lapangan sejenisnya (lapangan atau halaman sekolah). i. Net permainan bulu tangkis atau seutas tali. j. Peluit dan <i>stopwatch</i>. k. Lembar kerja siswa (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak. l. Media poster 	
Moda Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> o Moda pembelajaran <i>luring</i>. 	
Pengaturan Pembelajaran	
<p>Pengaturan Peserta Didik:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Individu, berpasangan, dan berkelompok 	<p>Metode:</p> <p>Diskusi, demonstrasi, resiprokal. <i>Problem based learning</i></p>
Asesmen Pembelajaran	
<p>Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Asesmen individu 	<p>Jenis Asesmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Pengetahuan (lisan dan tertulis). o Keterampilan (praktik dan kinerja). o Sikap (mandiri dan gotong royong).
Tujuan Pembelajaran	
<p>Peserta didik menganalisis dan menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/<i>stance</i>, gerakan kaki/<i>footwork</i>, pukulan <i>forehand service</i>, <i>backhand service</i>, dan pukulan <i>forehand lob</i> permainan bulu tangkis sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap seperti: mandiri dan gotong royong, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.</p>	
Pemahaman Bermakna	

Setelah peserta didik mempelajari dan melakukan pembelajaran aktivitas keterampilan gerak permainan bulu tangkis, manfaat apakah yang dirasakan olehnya? Dapatkah pengalaman pembelajaran ini diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari?

Pertanyaan Pemantik

Mengapa peserta didik perlu memahami dan menguasai keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis?

Prosedur Kegiatan Pembelajaran

3. Persiapan mengajar

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:

- d. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
 - e. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan permainan bulu tangkis.
 - f. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
 - 7) Shuttlecock atau bola sejenisnya (bola terbuat dari gulungan kertas/plastik, karet, dll).
 - 8) Lapangan permainan bulu tangkis atau lapangan sejenisnya (lapangan atau halaman sekolah).
 - 9) Net permainan bulu tangkis atau seutas tali.
 - 10) Peluit dan *stopwatch*.
 - 11) Poster pembelajaran permainan bulu tangkis.
 - 12) Lembar kerja siswa (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak.
- #### 4. Kegiatan Pengajaran
- Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut:
- d. Kegiatan pendahuluan (10 menit)
 - 9) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
 - 10) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa, dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.

- 11) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, bila ada peserta didik yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat di kelas.
 - 12) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
 - 13) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.
 - 14) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bulu tangkis: misalnya bahwa bermain bulu tangkis adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga bulu tangkis.
 - 15) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis.
 - 16) Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas keterampilan gerak permainan bulu tangkis, baik kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan observasi dalam bentuk jurnal, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: menganalisis keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu: mempraktikkan aktivitas keterampilan gerak memegang raket, posisi berdiri/*stance*, gerakan kaki/*footwork*, pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis, serta bermain bulu tangkis dalam bentuk yang sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi.
 - 17) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk permainan. Nama permainannya adalah permainan melambung-lambungkan *shuttlecock* ke atas:
- e. Kegiatan Inti (70 menit)
- Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan menggunakan model *Problem Based Learning* (PBL) dengan prosedur sebagai berikut :
- 6 Fase I : Orientasi peserta didik pada masalah**
- d) Guru menampilkan masalah nyata terkait konsep gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis dengan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengemukakan pendapat

awal terkait materi tersebut dan peserta didik mengamati hasil pendapat dari peserta didik

- e) Guru membagikan poster pembelajaran sebagai media pembelajaran
- f) Kemudian peserta didik dipersilahkan *scan* kode barcode yang ada di poster untuk mengamati video

7 Fase II : Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar

- d) Guru membagi peserta didik menjadi 5 kelompok. Untuk peserta didik yang sudah bisa melakukan teknik tersebut untuk mengajari peserta didik yang masih kurang dalam teknik tersebut. Serta kelompok yang keseluruhan peserta didiknya mendominasi agar menyebar ke kelompok lain.
- e) Guru memberikan LKPD kelompok
- f) Guru memfasilitasi peserta didik untuk memahami masalah nyata yang telah disajikan, yaitu mengidentifikasi apa yang mereka ketahui, apa yang perlu mereka ketahui, dan apa yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan masalah.

8 Fase III : Membimbing pengalaman individu atau kelompok

- c) Guru meminta peserta didik secara berkelompok mengolah hasil pengumpulan informasi/data untuk dipergunakan dalam kelompoknya untuk menemukan solusi penyelesaian masalah
- d) Peserta didik mengembangkan alternative penyelesaian masalah tersebut, kemudian menyusun dan mengembangkan *action plan* untuk menyelesaikan masalah.

9 Fase IV : Mengembangkan dan mempresentasikan hasil

- c) Guru meminta peserta didik untuk mempresentasikan hasil dari diskusi dalam kelompok yang telah dilakukan dan mempraktekannya di hadapan rekan-rekannya
- d) Peserta didik lainnya dari setiap kelompok memperhatikan dan tidak lupa memberikan tanggapan dan mengajukan beberapa pertanyaan terkait konsep dan praktek cara melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis.

10 Fase V : Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah

- d) Guru dan peserta didik bersama-sama melakukan refleksi, selanjutnya secara bersama mempraktekan cara-cara melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis berdasarkan hasil pengamatan dan diskusi serta praktek yang telah dilakukan.
- e) Peserta didik melakukan konfirmasi dengan memberikan penjelasan mengenai, aktivitas cara-cara melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis yang telah dipraktekannya

- f) Guru melaksanakan penilaian terhadap individu materi yang telah dilaksanakan dengan bentuk tes keterampilan pada kemampuan siswa melakukan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis yang dilakukan kepada peserta didik

Bentuk-bentuk aktivitas keterampilan gerak *forehand service*, *backhand service*, dan *forehand lob* dalam permainan bulutangkis adalah sebagai berikut:

Aktivitas 1

Service adalah salah satu teknik dasar bulu tangkis berupa pukulan permulaan pertandingan yang bertujuan menerbangkan kok atau shuttlecock ke bidang lapangan lawan. *Forehand service* yaitu shuttlecock harus di pukul dengan menggunakan tenaga penuh agar melayang tinggi dan jatuh tegak lurus di bagian belakang garis lapangan lawan. Shuttlecock yang dipukul harus diusahakan jatuh menurun secara tegak lurus ke bawah di suatu tempat digaris belakang lapangan pihak lawan terutama diarahkan di sudut-sudut perpotongan antara garis tepi untuk permainan tunggal dengan garis belakang untuk service permainan tunggal dan perpotongan antara garis tengah dengan garis belakang untuk service permainan tunggal. Berikut beberapa poin penting dalam melakukan *Forehand service* :

D. Posisi Awal

- Pegangan raket menggunakan forehand grip atau pegangan dasar seperti sedang berjabat tangan.
- Posisi berdiri berada di dalam area servis.
- Satu kaki berada di depan dan satu kaki di belakang dengan jarak selebar bahu.
- Tubuh diposisikan sedikit menyamping ke arah net.
- Shuttlecock dipegang oleh tangan yang tidak memegang raket.
- Posisi shuttlecock berada di depan badan atau di samping tubuh setinggi pinggang.

E. Ayunan Belakang

- Raket ditarik ke belakang setinggi bahu sebagai awalan ayunan.
- Ayunkan raket ke depan secara bersamaan dengan melepaskan shuttlecock.
- Perkenaan shuttlecock harus terjadi di bawah pinggang.
- Ayunan dilakukan penuh untuk menghasilkan pukulan yang maksimal.
- Tenaga pukulan diberikan cukup besar agar shuttlecock melambung tinggi.
- Berat badan dipindahkan dari kaki belakang ke kaki depan saat memukul untuk menambah kekuatan.

F. Perkenaan *Shuttlecock*

- Perkenaan shuttlecock dilakukan saat raket diayunkan ke depan dan harus berada di bawah pinggang.
- Pelepasan shuttlecock dilakukan bersamaan dengan momen perkenaan pukulan.
- Perkenaan yang tepat pada servis panjang menghasilkan shuttlecock melambung tinggi ke area belakang lapangan lawan.
- Setelah memukul, ayunan raket tidak dihentikan secara tiba-tiba.
- Ayunan dilanjutkan ke depan melewati tubuh hingga raket berada di samping atau di depan bahu yang berlawanan (*follow through*).
- *Follow through* membantu menjaga keseimbangan serta menghasilkan pukulan yang kuat dan stabil.
- Setelah ayunan selesai, pemain segera kembali ke posisi siap di tengah lapangan untuk mengantisipasi pukulan lawan.
- Setelah servis dan ayunan raket selesai, segera kembali ke posisi siap.
- Posisi siap dilakukan di area tengah lapangan.
- Kembali ke posisi siap penting karena lawan dapat mengembalikan shuttlecock dengan cepat.



Aktivitas 2

Untuk melakukan servis backhand kerap diambil oleh para pebulutangkis nomor ganda untuk mengawali permainan dengan mengarahkan kok dengan pukulan pendek dan cepat. Dalam memulai servis backhand, posisi raket sudah berada di depan badan, sehingga pemain memiliki momentum lebih singkat dan bertumpu pada pergelangan tangan untuk

mengarahkan shuttlecock. Namun, melepaskan pukulan dengan tenaga berlebihan dapat membuat bola meleset dari sasaran atau keluar dari wilayah permainan lawan. Berikut beberapa poin penting dalam melakukan *Backhand Service* :

D. Posisi Awal

- Raket dipegang menggunakan pegangan backhand dengan ibu jari berada di belakang tangkai raket yang lebar.
- Posisi berdiri berada di area servis.
- Tubuh diposisikan sedikit menyamping ke arah net.
- Kaki kanan berada di depan dan kaki kiri di belakang bagi pemain yang tidak kidal.
- Shuttlecock dipegang di depan tubuh sejajar dengan pinggang.
- Pegangan shuttlecock menggunakan ibu jari dan jari telunjuk.
- Posisi shuttlecock berada tepat di depan raket.

E. Pelaksanaan Memukul

- Raket ditarik sedikit ke belakang sebagai awalan gerakan.
- Raket kemudian diayunkan ke depan dengan gerakan yang pendek.
- Ayunan servis backhand lebih mengandalkan pergelangan tangan dibandingkan lengan.
- Dorongan raket dilakukan menggunakan pergelangan tangan dan ibu jari.
- Perkenaan shuttlecock dilakukan di depan tubuh dan berada di bawah pinggang.
- Servis backhand mengutamakan kontrol dan presisi, bukan kekuatan.
- Tujuan servis backhand adalah agar shuttlecock melaju tipis di atas net.
- Shuttlecock diarahkan jatuh di area depan lapangan lawan.

F. Perkenaan *Shuttlecock*

- Setelah memukul shuttlecock, gerakan raket dilanjutkan sedikit ke depan.
- Gerakan lanjutan yang singkat tersebut disebut follow through.
- Follow through berfungsi untuk menjaga keseimbangan tubuh.
- Follow through membantu mengontrol arah shuttlecock.
- Setelah follow through, pemain segera kembali ke posisi siap.
- Posisi siap dilakukan di tengah lapangan.
- Kembali ke posisi siap bertujuan untuk mengantisipasi serangan balik dari lawan.



Aktivitas 3

Pukulan *forehand lob* adalah salah satu keterampilan yang sangat penting dalam permainan bulutangkis setelah servis. Pukulan ini digunakan untuk menyerang ke arah belakang lapangan lawan. *Forehand lob* juga suatu pukulan yang dilakukan dengan memukul shuttlecock setinggi mungkin dan mengarah jauh ke belakang garis lapangan. Dalam permainan bulutangkis, *forehand lob* memegang peran yang sangat penting bagi pola bertahan maupun menyerang. Bagi peserta didik, teknik *forehand lob* ini merupakan teknik dasar yang harus dikuasai peserta didik dalam permainan bulu tangkis, karena teknik ini memiliki peran penting dalam mengatur tempo permainan, memaksa lawan bergerak ke belakang lapangan, dan membuka peluang untuk melakukan serangan. Berikut beberapa poin penting dalam melakukan *forehand lob* :

D. Posisi Awal

- Pemain berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu atau sedikit lebih lebar untuk menjaga keseimbangan.
- Salah satu kaki ditempatkan sedikit di depan untuk memudahkan pergerakan ke berbagai arah.
- Berat badan didistribusikan secara merata pada kedua kaki.
- Tubuh sedikit condong ke depan sebagai antisipasi datangnya shuttlecock.
- Raket dipegang di depan badan sebagai posisi awal siap bermain.
- Posisi raket memungkinkan fleksibilitas untuk melakukan berbagai jenis pukulan.
- Pandangan pemain selalu fokus pada shuttlecock.
- Pemain juga memperhatikan pergerakan lawan untuk bereaksi dengan cepat dan tepat.

E. Ayunan Belakang

- Pemain menarik raket ke belakang dan ke atas secara terkoordinasi sebagai gerakan backswing.
- Siku diangkat untuk memberikan ruang gerak yang lebih luas.
- Posisi siku membantu menghasilkan tenaga pukulan yang maksimal.
- Pada puncak backswing, raket berada di belakang kepala atau bahu.
- Pergelangan tangan dijaga tetap rileks namun siap melakukan sentakan (flick).
- Permukaan raket diarahkan menghadap ke atas atau sedikit ke belakang.
- Arah dan sudut permukaan raket disesuaikan dengan ketinggian dan arah lob yang diinginkan.
- Pengaturan sudut permukaan raket memengaruhi lintasan shuttlecock.

F. Perkenaan *Shuttlecock*

- Perkenaan shuttlecock dilakukan di depan badan.
- Titik perkenaan ideal berada sedikit di atas kepala atau setinggi jangkauan maksimal.
- Titik perkenaan yang tepat membantu memperoleh sudut dan ketinggian pukulan yang optimal.
- Pergelangan tangan berperan penting saat perkenaan.
- Lakukan sentakan (flick) pergelangan tangan yang cepat dan kuat.
- Sentakan pergelangan tangan menghasilkan pukulan lob yang tinggi dan melambung jauh.
- Permukaan raket diarahkan sedikit ke atas dan ke belakang.
- Arah permukaan raket menentukan lintasan shuttlecock.
- Setelah memukul, ayunan raket tidak dihentikan secara tiba-tiba.
- Ayunan dilanjutkan ke depan dan ke bawah badan sebagai follow-through.
- Follow-through menandakan transfer tenaga yang efektif dan kontrol pukulan yang baik.
- Setelah rangkaian gerakan selesai, pemain menjaga keseimbangan tubuh.
- Keseimbangan tubuh penting agar siap menghadapi pukulan balasan dari lawan.
- Posisi siap dilakukan di tengah lapangan.

- Kembali ke posisi siap bertujuan untuk mengantisipasi serangan balik dari lawan.



f. Kegiatan Penutup (10 menit)

- 6) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 7) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- 8) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan bulu tangkis.
- h. Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang aktivitas keterampilan gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang gerak langkah kaki, posisi siap, cara memegang, dan pukulan *forehand service*, *backhand service*, dan pukulan *forehand lob* permainan bulu tangkis. hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
- 9) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 10) Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Guru PJOK

Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Mahasiswa/Peneliti

W. Widhi Adnyana
NIM. 221601108

Lampiran 07. Lampiran Validasi Uji Instrument Pakar 1

INSTRUMEN PENILAIAN
UJI AHLI ISI/MATERI PEMBELAJARAN

Judul : 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

Sasaran : Peserta Didik Kelas VII 1 SMP Laboratorium Undiksha

Peneliti : W. Widhi Adnyana

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Olahraga dan Kesehatan

Dosen Pembimbing : Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. (Dosen Pembimbing Utama)
I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. (Dosen Pembimbing Wakil)

Instansi/Lembaga : Universitas Pendidikan Ganesha

Nama Validator : Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.

Instansi/Lembaga : Universitas Pendidikan Ganesha

A. Petunjuk Pengisian

- 1.) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pertanyaan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 2.) Berikan tanda checklist (v) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian bapak/ibu terhadap setiap pertanyaan komponen penilaian.
- 3.) Rentang skor setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat Tidak Relevan
 - 2 = Tidak Relevan
 - 3 = Relevan
 - 4 = Sangat Relevan
- 4.) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap instrumen yang dinilai

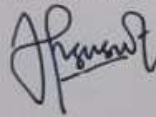
B. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Afektif Pakar Ahli I

Deskripsi Penilaian Aspek Sikap

No	Aspek Afektif	DESKRIPSI	Skor Validasi				SR	KR
			1	2	3	4		
1.	Disiplin	a. Selalu hadir tepat waktu dan membawa perlengkapan belajar			√		√	
		b. Mengikuti instruksi tanpa diingatkan				√	√	
2.	Sportivitas	a. Selalu menghargai lawan				√	√	
		b. Menerima keputusan wasit/guru tanpa protes				√	√	
3.	Kerja sama	a. Bekerja sama dengan teman				√	√	
		b. Dapat menjaga kekompakan kelompok belajarnya				√	√	
4.	Tanggung jawab	a. Menjaga kebersihan				√	√	
		b. Mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu				√	√	

Instrumen ini sudah memiliki kesesuaian antara indikator dan deskriptor aspek afektifnya. Selanjutnya instrumen ini dapat dipergunakan pada proses pengumpulan data penelitian.

Singaraja, 24 Oktober 2025
Pakar I Validasi Instrumen



Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP.198008112008121001

C. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Kognitif Pakar Ahli I

Kisi – kisi Deskripsi Pertanyaan Aspek Kognitif Bulutangkis

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Nomor butir soal	Aspek	Jumlah
Menganalisis keterampilan salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik (misalnya, Menganalisis gerak spesifik	<i>Forehand Service</i>	Menjelaskan tujuan utama melakukan	1	C4	3
		<i>Forehand Service.</i>	3	C2	
			16	C3	
		Menganalisis gerak spesifik ayunan raket yang dominan saat <i>Forehand Service.</i>			
	<i>Peraturan service</i>	Mengidentifikasi posisi <i>cock</i> yang benar dan kesalahan umum (<i>fault</i>) saat melakukan <i>service</i> sesuai peraturan.	2 4	C1 C1	2
	<i>Backhand Service</i>	Menjelaskan tujuan utama melakukan	5	C4	5
<i>service backhand</i>			6	C2	
			7	C5	

<i>service panjang forehand, service</i>		Menganalisis gerak spesifik pergelangan tangan dan posisi raket saat	10 19	C2 C3	
		<i>service backhand</i>			
pendek <i>backhand</i> , dan lob/clear <i>forehand</i> dalam bulutangkis).	Pukulan <i>forehand lob</i>	Menjelaskan nama lain dan tujuan utama pukulan <i>forehand lob</i> dan menciptakan variasi pukulan	11	C1	7
			12	C2	
			13	C2	
			14	C6	
			15	C6	
			18	C1	
			20	C5	
		Mengidentifikasi titik kontak ideal dan ciri khas pukulan <i>forehand lob</i> yang berhasil.			
Perbandingan Teknik	Membandingkan perbedaan mendasar antara <i>forehand service</i> dan <i>backhand service</i>	17 8	C1 C3	2	

1.	Seorang pemain sering menghasilkan <i>forehand service</i> yang terlalu tinggi sehingga mudah dimash oleh lawan. Faktor paling mungkin yang menyebabkan kesalahan tersebut adalah A. Posisi kaki terlalu rapat B. Ayunan raket terlalu besar sehingga shuttlecock melambung C. Shuttlecock dilepas terlalu dekat dengan tubuh D. Pegangan raket terlalu kencang				√	√	
2.	Sesuai peraturan, posisi kok (<i>shuttlecock</i>) saat akan dipukul ketika melakukan servis panjang <i>forehand</i> yang benar adalah... A. Jatuh bebas dari tangan di lantai. B. Setinggi bahu. C. Dipegang di depan badan, setinggi pinggang atau di bawahnya. D. Di atas kepala, seolah akan di-smash.				√	√	

No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
3.	Gerakan ayunan raket yang dominan saat melakukan servis panjang <i>forehand</i> adalah... A. Gerakan melingkar horizontal. B. Hanya dorongan pergelangan tangan secara tiba-tiba. C. Dari atas ke bawah secara mendadak. D. Dari bawah ke atas secara penuh.				√	√	
4.	Kesalahan umum saat melakukan <i>service panjang forehand</i> adalah memukul <i>shuttlecock</i> ... A. Melebihi batas pinggang 115 cm B. Di tengah lapangan. C. Saat kok masih diam di tangan. D. Menggunakan grip backhand.				√	√	

5.	Saat melakukan <i>backhand service</i> , seorang pemain sering terkena <i>fault</i> karena shuttlecock bergerak tidak stabil sebelum dipukul. Solusi teknis terbaik adalah A. Mengayunkan raket lebih cepat B. Menurunkan posisi <i>shuttlecock</i> mendekati lutut C. Memperbaiki cara memegang shuttlecock agar lebih stabil sebelum kontak D. Menggunakan tenaga pergelangan yang lebih kuat			√	√	
6.	Gerakan pergelangan tangan saat melakukan <i>service</i> pendek <i>backhand</i> cenderung... A. Mengayun dari belakang ke depan dengan tenaga penuh. B. Didorong atau dicolek (<i>flick</i>) secara halus. C. Dihentikan secara mendadak setelah kontak. D. Diputar 360 derajat.			√	√	
7.	Pemain A selalu memilih melakukan <i>backhand service</i> saat bertanding melawan pemain B			√	√	

No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
	yang terkenal agresif di depan net. Keputusan A sebaiknya.... A. Dipertahankan karena <i>backhand service</i> adalah <i>service</i> tercepat B. Diubah dengan menambah variasi forehand service panjang untuk mengurangi tekanan lawan C. Dipertahankan tetapi raket diayunkan lebih kuat D. Diubah dengan menurunkan tinggi <i>shuttlecock</i> saat dilepas						

8.	<p><i>Service</i> pendek <i>backhand</i> paling efektif dan umum digunakan dalam permainan...</p> <p>A. Hanya pada saat kedudukan skor kritis. B. Untuk membalas servis panjang lawan. C. Tunggal (Singles) oleh pemain bertipe menyerang. D. Ganda (Doubles).</p>			√	√	
9.	<p>Sasaran jatuhnya <i>shuttlecock</i> yang paling diharapkan dari <i>service</i> pendek <i>backhand</i> adalah...</p> <p>A. Tepat di garis belakang lapangan. B. Keluar dari lapangan (out). C. Di tengah lapangan lawan. D. Garis servis pendek lawan, setipis mungkin dengan net.</p>			√	√	
10.	<p>Dalam melakukan <i>service</i>, posisi kaki untuk <i>service</i> pendek <i>backhand</i> biasanya adalah...</p> <p>A. Kaki raket (misalnya kaki kanan untuk tangan kanan) di depan, dengan berat badan condong kedepan. B. Kedua kaki sejajar, menghadap ke samping net. C. Kedua kaki melompat. D. Kaki belakang di depan (berlawanan dengan tangan yang memegang raket).</p>			√	√	

No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
11.	<p>Nama lain dari teknik pukulan <i>forehand lob</i> dalam bulutangkis adalah... A. Netting B. Clear C. Smash D. Drive</p>				√	√	

15.	<p>Dalam sebuah latihan, pelatih meminta kamu merancang variasi pukulan <i>forehand lob</i> untuk mengecoh lawan yang selalu menunggu di area belakang lapangan. Strategi variasi pukulan yang paling efektif untuk diciptakan adalah</p> <p>A. Melakukan <i>forehand lob</i> berulang-ulang dengan kekuatan maksimal B. B. Mengombinasikan <i>forehand lob</i> tinggi, lob mendatar, dan drop-shot untuk mengubah ritme permainan C. Melakukan <i>forehand lob</i> ke arah yang sama agar akurasi meningkat D. Menggunakan <i>forehand lob</i> rendah ke area depan agar lawan mendekat</p>			√	√	
16.	<p>Perbedaan paling mendasar antara <i>service forehand</i> panjang dan <i>service backhand</i> pendek adalah...</p> <p>A. <i>Service forehand</i> selalu digunakan dalam tunggal, sedangkan <i>backhand</i> dalam ganda. B. <i>Service forehand</i> dilakukan dari depan, servis <i>backhand</i> dilakukan dari belakang. C. <i>Service forehand</i> kok jatuh di belakang, <i>service backhand</i> kok jatuh di tengah lapangan. D. <i>Service forehand</i> menggunakan ayunan penuh, <i>service backhand</i> hanya dorongan pergelangan tangan.</p>			√	√	
17.	<p>Letak garis lapangan yang menjadi batas akhir jatuhnya kok pada <i>service</i> panjang dalam permainan tunggal adalah...</p> <p>A. Garis servis pendek (garis yang berjarak 1,98m dari net). B. Garis samping paling luar. C. Garis tengah lapangan. D. Garis belakang.</p>			√	√	
No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor	SR	KR		

		1	2	3	4	
18.	<p>Pada teknik <i>forehand lob</i>, perkenaan <i>shuttlecock</i> harus terjadi di bagian...</p> <p>A. Di depan badan dan atas kepala sedikit ke samping.</p> <p>B. Jauh di samping badan, saat kaki menapak lantai.</p> <p>C. Tepat di bawah net.</p> <p>D. Di belakang badan, saat raket sudah melewati kepala.</p>				√	√
19.	<p>Apa tujuan utama pukulan <i>lob</i> dalam bulutangkis?</p> <p>A. Mengarahkan shuttlecock ke depan net</p> <p>B. Mendorong shuttlecock tinggi ke belakang lawan</p> <p>C. Menjatuhkan shuttlecock di depan net</p> <p>D. Menyerang lawan dengan kecepatan tinggi</p>				√	√
20.	<p>Seorang atlet melakukan <i>forehand lob</i>, tetapi shuttlecock selalu jatuh di tengah lapangan lawan dan tidak mencapai daerah belakang. Evaluasi yang paling tepat adalah</p> <p>A. Ayunan raket terlalu cepat sehingga bola tidak terkendali</p> <p>B. Sudut raket terlalu tertutup sehingga shuttlecock menukik ke bawah</p> <p>C. Kontak pukulan terlalu rendah dan tenaga ayunan kurang optimal</p> <p>D. Pegangan raket terlalu rileks sehingga shuttlecock terpental pendek</p>				√	√

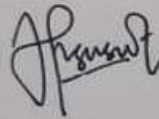
Kunci Jawaban

1.B	6.B	11.B	16.D
2.C	7.B	12.C	17.D
3.D	8.D	13.D	18.A
4.A	9.D	14.B	19.B

5.C	10.A	15.B	20.C
-----	------	------	------

Instrumen ini sudah memiliki kesesuaian antara indikator dan deskriptor aspek kognitifnya. Soal yang diberikan bervariasi sesuai dengan tingkatan kognitif menurut Benyamin Bloom. Selanjutnya instrumen ini dapat dipergunakan pada proses pengumpulan data penelitian.

Singaraja, 24 Oktober 2025
Pakar I Validasi Instrumen



Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP.198008112008121001

D. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Psikomotor Pakar Ahli I

Lembar validasi penilaian psikomotor Bulutangkis *Forehand Service*

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
Sikap Awal <i>Forehand Service</i>	a. Berdirilah di area servis dengan menempatkan kaki yang lebih kuat di depan dan kaki satunya di belakang. Jaga jarak kedua kaki tetap selebar bahu.			√	√		
	b. Badan sedikit condong ke depan			√	√		
	c. Pandangan fokus kedepan			√	√		
	d. Posisikan pegangan tangan pada raket dengan menghadapkan muka raket ke shuttlecock yang dipegang oleh tangan lainnya di depan bahu.			√	√		
Sikap Pelaksanaan <i>forehand service</i>	a. Tarik raket ke belakang setinggi bahu.			√	√		
	b. Lepaskan <i>Shuttlecock</i> bersamaan dengan ayunan raket ke depan.			√	√		
	c. Pukul <i>Shuttlecock</i> dengan ayunan penuh. Pastikan perkenaan kok terjadi di bawah pinggang.			√	√		
	d. Pindahkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan saat memukul untuk menambah kekuatan pukulan.			√	√		
Sikap Akhir <i>forehand service</i>	a. Setelah melakukan pukulan, bergerak kembali ke posisi siap			√	√		

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
	b. Kembalikan posisi tubuh seperti pada sikap awal: kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, dan berat badan bertumpu pada kedua kaki.				√	√	
	c. Raket kembali diangkat di depan badan dalam posisi siap.				√	√	

Lembar validasi penilaian psikomotor Bulutangkis *Backhand Service*

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
Sikap Awal backhand Service	a. Berdirilah di area servis dengan menempatkan kaki yang lebih kuat di depan dan kaki satunya di belakang. Jaga jarak kedua kaki tetap selebar bahu.				√	√	
	b. Badan sedikit condong ke depan				√	√	
	c. Pegang raket dengan teknik pegangan backhand, di mana ibu jari berada di belakang tangkai raket yang lebar.				√	√	
	d. Pegang <i>Shuttlecock</i> di depan tubuh, sejajar dengan pinggang, menggunakan ibu jari dan jari telunjuk.				√	√	

Sikap Pelaksanaan <i>backhand service</i>	a. Tarik raket sedikit ke belakang, lalu ayunkan ke depan. Gerakan ini lebih pendek dan mengandalkan pergelangan tangan.				√	√			
Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR		
		1	2	3	4				
	b. Lepaskan <i>Shuttlecock</i> bersamaan dengan ayunan raket ke depan.				√	√			
	c. Dorong raket ke depan menggunakan pergelangan tangan dan ibu jari untuk memukul <i>Shuttlecock</i> .				√	√			
	d. Pindahkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan saat memukul untuk menambah kekuatan pukulan.				√	√			
	a. Setelah melakukan pukulan, bergerak kembali ke posisi siap				√	√			
Sikap Akhir <i>backhand service</i>	b. Kembalikan posisi tubuh seperti pada sikap awal: kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, dan berat badan bertumpu pada kedua kaki.				√	√			
	c. Raket kembali diangkat di depan badan dalam posisi siap.				√	√			

Lembar validasi penilaian psikomotor Bulutangkis *Forehand Lob*

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
	a. Berdiri menghadap kedepan dengan kaki dibuka selebar bahu.				√	√	
	b. Badan sedikit condong ke depan				√	√	
Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
Sikap Awal <i>forehand lob</i>	c. Pegangan raket menggunakan teknik pegangan <i>forehand</i> .				√	√	
	d. Kepala raket mengarah ke atas atau sedikit ke samping.				√	√	
Sikap Pelaksanaan <i>forehand lob</i>	a. Ayunkan raket ke depan dan ke atas dengan gerakan seperti melempar. Luruskan lengan saat mendekati titik perkenaan dengan <i>shuttlecock</i> .				√	√	
	b. Pukul <i>shuttlecock</i> pada titik tertinggi yang dapat Anda jangkau di depan badan.				√	√	
	c. Biarkan ayunan raket terus bergerak ke bawah dan melintasi badan.				√	√	
	d. Berat badan berpindah dari kaki belakang ke kaki depan				√	√	

Sikap Akhir <i>forehand lob</i>	d. Setelah melakukan pukulan, bergerak kembali ke posisi siap			√	√	
	e. Kembalikan posisi tubuh seperti pada sikap awal: kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, dan berat badan bertumpu pada kedua kaki.			√	√	
	f. Raket kembali diangkat di depan badan dalam posisi siap.			√	√	

Instrumen ini sudah memiliki kesesuaian antara indikator dan deskriptor aspek psikomotornya. Selanjutnya instrumen ini dapat dipergunakan pada proses pengumpulan data penelitian.

Singaraja, 24 Oktober 2025
Pakar I Validasi Instrumen



Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP.198008112008121001

Lampiran 08. Lampiran Validasi Uji Instrument Pakar 2

INSTRUMEN PENILAIAN
UJI AHLI ISI/MATERI PEMBELAJARAN

Judul : 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

Sasaran : Peserta Didik Kelas VII 1 SMP Laboratorium Undiksha

Peneliti : W. Widhi Adnyana

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Olahraga dan Kesehatan

Dosen Pembimbing : Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. (Dosen Pembimbing Utama)
I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. (Dosen Pembimbing Wakil)

Instansi/Lembaga : Universitas Pendidikan Ganesha

Nama Validator : Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis

Instansi/Lembaga : Universitas Pendidikan Ganesha

A. Petunjuk Pengisian

- 1.) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pertanyaan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 2.) Berikan tanda checklist (v) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian bapak/ibu terhadap setiap pertanyaan komponen penilaian.
- 3.) Rentang skor setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat Tidak Relevan
 - 2 = Tidak Relevan
 - 3 = Relevan
 - 4 = Sangat Relevan
- 4.) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap instrumen yang dinilai

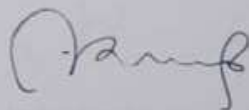
B. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Afektif Pakar Ahli I

Deskripsi Penilaian Aspek Sikap

No	Aspek Afektif	DESKRIPSI	Skor Validasi				SR	KR
			1	2	3	4		
1.	Disiplin	a. Selalu hadir tepat waktu dan membawa perlengkapan belajar			√		√	
		b. Mengikuti instruksi tanpa diingatkan				√	√	
2.	Sportivitas	a. Selalu menghargai lawan				√	√	
		b. Menerima keputusan wasit/guru tanpa protes				√	√	
3.	Kerja sama	a. Bekerja sama dengan teman				√	√	
		b. Dapat menjaga kekompakan kelompok belajarnya				√	√	
4.	Tanggung jawab	a. Menjaga kebersihan				√	√	
		b. Mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu				√	√	

Sudah sesuai dengan capaian pembelajaran

Singaraja, 24 Oktober 2025
Pakar II Validasi Instrumen



Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis
NIP.19781214001122001

C. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Kognitif Pakar Ahli I

Kisi – kisi Deskripsi Pertanyaan Aspek Kognitif Bulutangkis

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Nomor butir soal	Aspek	Jumlah
Menganalisis keterampilan salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik (misalnya, Menganalisis gerak spesifik	<i>Forehand Service</i>	Menjelaskan tujuan utama melakukan	1	C4	3
		<i>Forehand Service.</i>	3	C2	
			16	C3	
		Menganalisis gerak spesifik ayunan raket yang dominan saat <i>Forehand Service.</i>			
	<i>Peraturan service</i>	Mengidentifikasi posisi <i>cock</i> yang benar dan kesalahan umum (<i>fault</i>) saat melakukan <i>service</i> sesuai peraturan.	2 4	C1 C1	2
	<i>Backhand Service</i>	Menjelaskan tujuan utama melakukan	5	C4	5
<i>service backhand</i>			6	C2	
			7	C5	

<i>service panjang forehand, service</i>		Menganalisis gerak spesifik pergelangan tangan dan posisi raket saat	10 19	C2 C3	
		<i>service backhand</i>			
pendek <i>backhand</i> , dan lob/clear <i>forehand</i> dalam bulutangkis).	Pukulan <i>forehand lob</i>	Menjelaskan nama lain dan tujuan utama pukulan <i>forehand lob</i> dan menciptakan variasi pukulan	11	C1	7
			12	C2	
			13	C2	
			14	C6	
			15	C6	
			18	C1	
			20	C5	
		Mengidentifikasi titik kontak ideal dan ciri khas pukulan <i>forehand lob</i> yang berhasil.			
Perbandingan Teknik	Membandingkan perbedaan mendasar antara <i>forehand service</i> dan <i>backhand service</i>	17 8	C1 C3	2	

1.	Seorang pemain sering menghasilkan <i>forehand service</i> yang terlalu tinggi sehingga mudah dimash oleh lawan. Faktor paling mungkin yang menyebabkan kesalahan tersebut adalah A. Posisi kaki terlalu rapat B. Ayunan raket terlalu besar sehingga shuttlecock melambung C. Shuttlecock dilepas terlalu dekat dengan tubuh D. Pegangan raket terlalu kencang				√	√	
2.	Sesuai peraturan, posisi kok (<i>shuttlecock</i>) saat akan dipukul ketika melakukan servis panjang <i>forehand</i> yang benar adalah... A. Jatuh bebas dari tangan di lantai. B. Setinggi bahu. C. Dipegang di depan badan, setinggi pinggang atau di bawahnya. D. Di atas kepala, seolah akan di-smash.				√	√	

No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
3.	Gerakan ayunan raket yang dominan saat melakukan servis panjang <i>forehand</i> adalah... A. Gerakan melingkar horizontal. B. Hanya dorongan pergelangan tangan secara tiba-tiba. C. Dari atas ke bawah secara mendadak. D. Dari bawah ke atas secara penuh.				√	√	
4.	Kesalahan umum saat melakukan <i>service panjang forehand</i> adalah memukul <i>shuttlecock</i> ... A. Melebihi batas pinggang 115 cm B. Di tengah lapangan. C. Saat kok masih diam di tangan. D. Menggunakan grip backhand.				√	√	

5.	Saat melakukan <i>backhand service</i> , seorang pemain sering terkena <i>fault</i> karena shuttlecock bergerak tidak stabil sebelum dipukul. Solusi teknis terbaik adalah A. Mengayunkan raket lebih cepat B. Menurunkan posisi <i>shuttlecock</i> mendekati lutut C. Memperbaiki cara memegang shuttlecock agar lebih stabil sebelum kontak D. Menggunakan tenaga pergelangan yang lebih kuat			√	√	
6.	Gerakan pergelangan tangan saat melakukan <i>service</i> pendek <i>backhand</i> cenderung... A. Mengayun dari belakang ke depan dengan tenaga penuh. B. Didorong atau dicolek (<i>flick</i>) secara halus. C. Dihentikan secara mendadak setelah kontak. D. Diputar 360 derajat.			√	√	
7.	Pemain A selalu memilih melakukan <i>backhand service</i> saat bertanding melawan pemain B			√	√	

No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
	yang terkenal agresif di depan net. Keputusan A sebaiknya.... A. Dipertahankan karena <i>backhand service</i> adalah <i>service</i> tercepat B. Diubah dengan menambah variasi forehand service panjang untuk mengurangi tekanan lawan C. Dipertahankan tetapi raket diayunkan lebih kuat D. Diubah dengan menurunkan tinggi <i>shuttlecock</i> saat dilepas						

8.	<p><i>Service</i> pendek <i>backhand</i> paling efektif dan umum digunakan dalam permainan...</p> <p>A. Hanya pada saat kedudukan skor kritis. B. Untuk membalas servis panjang lawan. C. Tunggal (Singles) oleh pemain bertipe menyerang. D. Ganda (Doubles).</p>			√	√	
9.	<p>Sasaran jatuhnya <i>shuttlecock</i> yang paling diharapkan dari <i>service</i> pendek <i>backhand</i> adalah...</p> <p>A. Tepat di garis belakang lapangan. B. Keluar dari lapangan (out). C. Di tengah lapangan lawan. D. Garis servis pendek lawan, setipis mungkin dengan net.</p>			√	√	
10.	<p>Dalam melakukan <i>service</i>, posisi kaki untuk <i>service</i> pendek <i>backhand</i> biasanya adalah...</p> <p>A. Kaki raket (misalnya kaki kanan untuk tangan kanan) di depan, dengan berat badan condong kedepan. B. Kedua kaki sejajar, menghadap ke samping net. C. Kedua kaki melompat. D. Kaki belakang di depan (berlawanan dengan tangan yang memegang raket).</p>			√	√	

No	Soal-soal Aspek Kognitif	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
11.	<p>Nama lain dari teknik pukulan <i>forehand lob</i> dalam bulutangkis adalah... A. Netting B. Clear C. Smash D. Drive</p>				√	√	

15.	Dalam sebuah latihan, pelatih meminta kamu merancang variasi pukulan <i>forehand lob</i> untuk mengecoh lawan yang selalu menunggu di area belakang lapangan. Strategi variasi pukulan yang paling efektif untuk diciptakan adalah A. Melakukan <i>forehand lob</i> berulang-ulang dengan kekuatan maksimal B. B. Mengombinasikan <i>forehand lob</i> tinggi, lob mendatar, dan drop-shot untuk mengubah ritme permainan C. Melakukan <i>forehand lob</i> ke arah yang sama agar akurasi meningkat D. Menggunakan <i>forehand lob</i> rendah ke area depan agar lawan mendekat			√	√	
16.	Perbedaan paling mendasar antara <i>service forehand</i> panjang dan <i>service backhand</i> pendek adalah... A. <i>Service forehand</i> selalu digunakan dalam tunggal, sedangkan <i>backhand</i> dalam ganda. B. <i>Service forehand</i> dilakukan dari depan, servis <i>backhand</i> dilakukan dari belakang. C. <i>Service forehand</i> kok jatuh di belakang, <i>service backhand</i> kok jatuh di tengah lapangan. D. <i>Service forehand</i> menggunakan ayunan penuh, <i>service backhand</i> hanya dorongan pergelangan tangan.			√	√	
17.	Letak garis lapangan yang menjadi batas akhir jatuhnya kok pada <i>service</i> panjang dalam permainan tunggal adalah... A. Garis servis pendek (garis yang berjarak 1,98m dari net). B. Garis samping paling luar. C. Garis tengah lapangan. D. Garis belakang.			√	√	
No	Soal-soal Aspek Kognitif		Skor	SR	KR	

		1	2	3	4	
18.	<p>Pada teknik <i>forehand lob</i>, perkenaan <i>shuttlecock</i> harus terjadi di bagian...</p> <p>A. Di depan badan dan atas kepala sedikit ke samping.</p> <p>B. Jauh di samping badan, saat kaki menapak lantai.</p> <p>C. Tepat di bawah net.</p> <p>D. Di belakang badan, saat raket sudah melewati kepala.</p>				√	√
19.	<p>Apa tujuan utama pukulan <i>lob</i> dalam bulutangkis?</p> <p>A. Mengarahkan shuttlecock ke depan net</p> <p>B. Mendorong shuttlecock tinggi ke belakang lawan</p> <p>C. Menjatuhkan shuttlecock di depan net</p> <p>D. Menyerang lawan dengan kecepatan tinggi</p>				√	√
20.	<p>Seorang atlet melakukan <i>forehand lob</i>, tetapi shuttlecock selalu jatuh di tengah lapangan lawan dan tidak mencapai daerah belakang. Evaluasi yang paling tepat adalah</p> <p>A. Ayunan raket terlalu cepat sehingga bola tidak terkendali</p> <p>B. Sudut raket terlalu tertutup sehingga shuttlecock menekik ke bawah</p> <p>C. Kontak pukulan terlalu rendah dan tenaga ayunan kurang optimal</p> <p>D. Pegangan raket terlalu rileks sehingga shuttlecock terpental pendek</p>				√	√

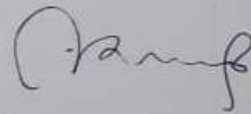
Kunci Jawaban

1.B	6.B	11.B	16.D
2.C	7.B	12.C	17.D
3.D	8.D	13.D	18.A
4.A	9.D	14.B	19.B

5.C	10.A	15.B	20.C
-----	------	------	------

Sudah sesuai dengan capaian pembelajaran

Singaraja, 24 Oktober 2025
Pakar II Validasi Instrumen



Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis
NIP.19781214001122001

D. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Psikomotor Pakar Ahli I

Lembar validasi penilaian psikomotor Bulutangkis *Forehand Service*

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
Sikap Awal <i>Forehand Service</i>	a. Berdirilah di area servis dengan menempatkan kaki yang lebih kuat di depan dan kaki satunya di belakang. Jaga jarak kedua kaki tetap selebar bahu.			√	√		
	b. Badan sedikit condong ke depan			√	√		
	c. Pandangan fokus kedepan			√	√		
	d. Posisikan pegangan tangan pada raket dengan menghadapkan muka raket ke shuttlecock yang dipegang oleh tangan lainnya di depan bahu.			√	√		
Sikap Pelaksanaan <i>forehand service</i>	a. Tarik raket ke belakang setinggi bahu.			√	√		
	b. Lepaskan <i>Shuttlecock</i> bersamaan dengan ayunan raket ke depan.			√	√		
	c. Pukul <i>Shuttlecock</i> dengan ayunan penuh. Pastikan perkenaan kok terjadi di bawah pinggang.			√	√		
	d. Pindahkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan saat memukul untuk menambah kekuatan pukulan.			√	√		
Sikap Akhir <i>forehand service</i>	a. Setelah melakukan pukulan, bergerak kembali ke posisi siap			√	√		

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
	b. Kembalikan posisi tubuh seperti pada sikap awal: kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, dan berat badan bertumpu pada kedua kaki.				√	√	
	c. Raket kembali diangkat di depan badan dalam posisi siap.				√	√	

Lembar validasi penilaian psikomotor Bulutangkis *Backhand Service*

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
Sikap Awal backhand Service	a. Berdirilah di area servis dengan menempatkan kaki yang lebih kuat di depan dan kaki satunya di belakang. Jaga jarak kedua kaki tetap selebar bahu.				√	√	
	b. Badan sedikit condong ke depan				√	√	
	c. Pegang raket dengan teknik pegangan backhand, di mana ibu jari berada di belakang tangkai raket yang lebar.				√	√	
	d. Pegang <i>Shuttlecock</i> di depan tubuh, sejajar dengan pinggang, menggunakan ibu jari dan jari telunjuk.				√	√	

Sikap Pelaksanaan <i>backhand service</i>	a. Tarik raket sedikit ke belakang, lalu ayunkan ke depan. Gerakan ini lebih pendek dan mengandalkan pergelangan tangan.				√	√		
Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR	
		1	2	3	4			
	b. Lepaskan <i>Shuttlecock</i> bersamaan dengan ayunan raket ke depan.				√	√		
	c. Dorong raket ke depan menggunakan pergelangan tangan dan ibu jari untuk memukul <i>Shuttlecock</i> .				√	√		
	d. Pindahkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan saat memukul untuk menambah kekuatan pukulan.				√	√		
	a. Setelah melakukan pukulan, bergerak kembali ke posisi siap				√	√		
Sikap Akhir <i>backhand service</i>	b. Kembalikan posisi tubuh seperti pada sikap awal: kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, dan berat badan bertumpu pada kedua kaki.				√	√		
	c. Raket kembali diangkat di depan badan dalam posisi siap.				√	√		

Lembar validasi penilaian psikomotor Bulutangkis *Forehand Lob*

Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
	a. Berdiri menghadap kedepan dengan kaki dibuka selebar bahu.				√	√	
	b. Badan sedikit condong ke depan				√	√	
Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor				SR	KR
		1	2	3	4		
Sikap Awal <i>forehand lob</i>	c. Pegangan raket menggunakan teknik pegangan <i>forehand</i> .				√	√	
	d. Kepala raket mengarah ke atas atau sedikit ke samping.				√	√	
Sikap Pelaksanaan <i>forehand lob</i>	a. Ayunkan raket ke depan dan ke atas dengan gerakan seperti melempar. Luruskan lengan saat mendekati titik perkenaan dengan <i>shuttlecock</i> .				√	√	
	b. Pukul <i>shuttlecock</i> pada titik tertinggi yang dapat Anda jangkau di depan badan.				√	√	
	c. Biarkan ayunan raket terus bergerak ke bawah dan melintasi badan.				√	√	
	d. Berat badan berpindah dari kaki belakang ke kaki depan				√	√	

Sikap Akhir <i>forehand lob</i>	d. Setelah melakukan pukulan, bergerak kembali ke posisi siap				√	√	
	e. Kembalikan posisi tubuh seperti pada sikap awal: kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, dan berat badan bertumpu pada kedua kaki.				√	√	
	f. Raket kembali diangkat di depan badan dalam posisi siap.				√	√	

Sudah sesuai dengan capaian pembelajaran

Singaraja, 24 Oktober 2025
Pakar II Validasi Instrumen




Dr. Luh Putu Tuti Ariani, S.Pd., M.Fis
NIP.19781214001122001

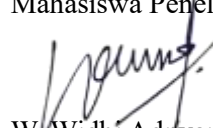
Lampiran 09. Lampiran Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus I

No	Nama	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	7	88	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	6	75	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	6	75	Tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	6	75	Tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATIH	6	75	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	6	75	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	5	62	Tidak Tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	6	75	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	7	88	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	7	88	Tuntas
11	JENNY MANGGALA	6	75	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	7	88	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	5	62	Tidak Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	4	50	Tidak Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	7	88	Tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	7	88	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	6	75	Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	6	75	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	6	75	Tuntas
20	MOHINI	6	75	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	7	88	Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	6	75	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	5	62	Tidak Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	7	88	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	6	75	Tuntas

Guru PJOK


Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
 NPY. 7071212


Singaraja, 15 Januari 2025
 Mahasiswa Peneliti


W. Widhi Adnyana
 NIM. 2216011088

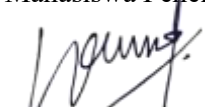
Lampiran 010. Lampiran Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus I

No	Nama	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	18	90	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	16	80	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	19	95	Tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	14	70	Tidak Tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATIH	14	70	Tidak Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	15	75	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	18	90	Tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	17	85	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	16	80	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	11	55	Tidak Tuntas
11	JENNY MANGGALA	16	80	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	15	75	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	16	80	Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	18	90	Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	12	60	Tidak Tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	15	75	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	17	80	Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	19	95	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	13	65	Tidak Tuntas
20	MOHINI	19	95	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	11	55	Tidak Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	12	60	Tidak Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	17	85	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	17	85	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	16	80	Tuntas

Guru PJOK


Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
 NPY. 7071212

Singaraja, 15 Januari 2025
 Mahasiswa Peneliti


W. Widhi Adnyana
 NIM. 2216011088

Lampiran 11. Lampiran 10. Lampiran Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus I

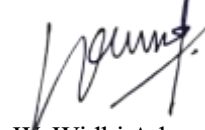
No	Nama	Forehand Service	Backhand Service	Forehand Lob	Rata-rata	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	72	81	36	63	Tidak tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	90	81	90	87	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	54	45	45	48	Tidak tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	45	54	54	51	Tidak tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATIH	72	81	90	81	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	90	90	90	90	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	81	72	54	69	Tidak tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	72	90	81	81	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	72	90	90	84	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	81	72	81	78	Tuntas
11	JENNY MANGGALA	72	100	72	81	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	72	72	90	78	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	81	63	81	75	Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	72	72	72	72	Tidak tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	72	72	72	72	Tidak tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	81	72	72	75	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	72	81	54	69	Tidak tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	63	90	81	78	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	63	72	81	72	Tidak tuntas
20	MOHINI	72	81	81	78	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	81	72	90	81	Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	90	90	90	90	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	81	90	72	81	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	90	100	90	93	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	100	100	100	100	Tuntas

Guru PJOK



Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Singaraja, 15 Januari 2025
Mahasiswa Peneliti



W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 12. Lampiran Ketuntasan Individu Siklus I

No	Nama	Afektif	Kognitif	Psikomotor	Rata-rata	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	88	90	63	80.3	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	75	80	87	80.7	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	75	95	48	72.7	Tidak tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	75	70	51	65.3	Tidak tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATHI	75	70	81	75.3	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	75	75	90	80.0	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	62	90	69	73.7	Tidak tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	75	85	81	80.3	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	88	80	84	84.0	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	88	55	78	73.7	Tidak tuntas
11	JENNY MANGGALA	75	80	81	78.7	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	88	75	78	80.3	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	62	80	75	72.3	Tidak tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	62	90	72	74.7	Tidak Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	88	60	72	73.3	Tidak tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	88	75	75	79.3	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	75	80	69	74.7	Tidak Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	75	95	78	82.7	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	75	65	72	70.7	Tidak tuntas
20	MOHINI	75	95	78	82.7	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	88	55	81	74.7	Tidak Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	75	60	90	75.0	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	62	85	81	76.0	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	88	85	93	88.7	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	75	80	100	85.0	Tuntas

Singaraja, 15 Januari 2025

Guru PJOK



Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Mahasiswa Peneliti



W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 13. Dokumentasi Siklus I



Lampiran 14. Lampiran Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus II

No	Nama	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	7	88	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	6	75	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	6	75	Tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	6	75	Tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATHI	6	75	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	6	75	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	7	88	Tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	6	75	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	7	88	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	7	88	Tuntas
11	JENNY MANGGALA	6	75	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	7	88	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	6	75	Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	7	88	Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	7	88	Tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	7	88	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	6	75	Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	6	75	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	6	75	Tuntas
20	MOHINI	6	75	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	7	88	Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	6	75	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	6	75	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	7	88	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	6	75	Tuntas

Guru PJOK



Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Singaraja, 22 Januari 2025
Mahasiswa Peneliti



W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 15. Lampiran Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus II

No	Nama	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	19	95	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	15	75	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	17	85	Tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	18	90	Tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATHI	19	95	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	18	80	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	17	85	Tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	16	80	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	15	75	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	15	75	Tuntas
11	JENNY MANGGALA	16	80	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	19	95	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	18	80	Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	15	75	Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	16	80	Tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	16	80	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	17	85	Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	15	75	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	18	90	Tuntas
20	MOHINI	17	85	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	17	85	Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	15	75	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	17	85	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	15	75	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	17	85	Tuntas

Guru PJOK



Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Singaraja, 22 Januari 2025
Mahasiswa Peneliti



W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 16. Lampiran Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus II

No	Nama	Forehand Service	Backhand Service	Forehand Lob	Rata-rata	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	72	81	90	81	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	90	81	90	87	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	81	72	81	78	Tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	81	90	90	87	Tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATHI	72	81	90	81	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	90	90	90	90	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	81	72	90	81	Tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	72	90	81	81	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	72	90	90	84	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	81	72	81	78	Tuntas
11	JENNY MANGGALA	72	100	72	81	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	72	72	90	78	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	81	72	90	81	Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	81	72	72	75	Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	72	72	81	75	Tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	81	90	72	81	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	72	81	90	81	Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	63	90	81	78	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	72	72	81	75	Tuntas
20	MOHINI	72	81	81	78	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	81	72	90	81	Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	90	90	90	90	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	81	90	72	81	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	90	100	90	93	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	100	100	100	100	Tuntas

Guru PJOK



Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Singaraja, 22 Januari 2025

Mahasiswa Peneliti

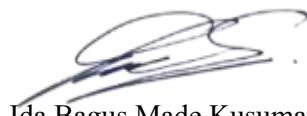


W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 17. Lampiran Ketuntasan Individu Siklus II

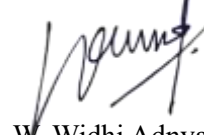
No	Nama	Afektif	Kognitif	Psikomotor	Rata-rata	Keterangan
1	ADINDA ALINE TABINA	88	95	92	91.5	Tuntas
2	AKHTAR AUFA AL ZHAFRAN KULIASA	75	75	75	75.0	Tuntas
3	DEWA AYU CANDRA KUSUMA RENI	75	85	80	80.0	Tuntas
4	GEDE BAGUS WIDIADA	75	90	83	82.5	Tuntas
5	GEDE PUTRA KERTAKEYA PINATIH	75	95	85	85.0	Tuntas
6	GHAISAN FINLEY SUTISNA	75	80	78	77.5	Tuntas
7	I KADEK MARTHA ANANDA KALYANA PUTRA	88	85	87	86.5	Tuntas
8	I MADE ADHI WINANGUN SURYAWAN	75	80	78	77.5	Tuntas
9	I MADE DANDI DWI KURNIAWAN	88	75	82	81.5	Tuntas
10	IZAAC TABAGA GILL	88	75	82	81.5	Tuntas
11	JENNY MANGGALA	75	80	78	77.5	Tuntas
12	JOY CHRISTIAN SHINE MANO	88	95	92	91.5	Tuntas
13	KADEK TAKYA GENJI MAHA DIKA	75	80	78	77.5	Tuntas
14	KENNETH YAPRANATA WIDARMA	88	75	82	81.5	Tuntas
15	KERN KARUNA SANTOSO	88	80	84	84.0	Tuntas
16	KEVIN ALVIAN FENDIYANTO	88	80	84	84.0	Tuntas
17	MADE DEVIKA AYU DWIASTIKA	75	85	80	80.0	Tuntas
18	MADE KENZIE ADITYA WARDHANA	75	75	75	75.0	Tuntas
19	MADE SANDRINA ANGGUN SARI	75	90	83	82.5	Tuntas
20	MOHINI	75	85	80	80.0	Tuntas
21	NI KADEK ANISA PUTRI	88	85	87	86.5	Tuntas
22	NI MADE POOJA PARNIKA MAHARTINI	75	75	75	75.0	Tuntas
23	NI PUTU EGY ADITYA DEWI	75	85	80	80.0	Tuntas
24	PUTU HERLINA MICHEL	88	75	82	81.5	Tuntas
25	TRISTAN RADITYA	75	85	80	80.0	Tuntas

Guru PJOK



Ida Bagus Made Kusuma Putra, S.Pd.
NPY. 7071212

Singaraja, 22 Januari 2025
Mahasiswa Peneliti



W. Widhi Adnyana
NIM. 2216011088

Lampiran 18 Dokumentasi Siklus II



RIWAYAT HIDUP



W. Widhi Adnyana , Lahir di Singaraja, Buleleng pada tanggal 17 Mei 2003. Peneliti lahir dari pasangan Bapak Gede Suadnyana dan Ibu Luh Sudarmi. Peneliti berkebangsaan Indonesia dan beragama hindu. Kini peneliti tinggal di desa Sangsit, Kecamatan Sawan, Kabupaten Buleleng, Bali. Peneliti pernah mengenyam pendidikan di SD Negeri 4 Sangsit lulus pada 2015 .Kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Dharma Putra Sangsit lulus pada tahun 2018. Pada Tahun 2021 peneliti lulus dari SMA Negeri 1 Sawan dan peneliti melanjutkan pendidikan sarjana di Univeristas Pendidikan Ganesha di Jurusan Pendidikan Olahraga, Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Pada Semester akhir tahun 2026 peneliti telah menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “ Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* Berbantuan Media Poster Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bulutangkis Pada Peserta Didik Kelas VII 1 Di SMP Laboratorium Undiksha Tahun Pelajaran 2025/2026”.