

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK
MATERI SEPAKBOLA PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII A DI SMP
MUHAMMADIYAH 2 SINGARAJA TAHUN PELAJARAN 2025/2026**



OLEH:

PASCAL GINTING M

2116011052

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS OLARHAGA DAN KESEHTAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2026

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN
PROBLEM BASED LEARNING UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI
SEPAKBOLA PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII A
SMP MUHAMMADIYAH 2 SINGARAJA**

SKRIPSI



PROGRAM STUDI 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



| | |
|---------------|---|
| Pembimbing I | Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. NIP.196307091990031001 |
| Pembimbing II | Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002 |



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



PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi oleh PASCAL GINTING. M 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 | Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002 |
| Anggota | Dr. Wahjoedi, S.Pd., M.Pd. NIP.197001291994031002 |
| Anggota | Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. NIP.198705222015042004 |



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



LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

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 menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Sepakbola Pada Peserta Didik Kelas VIII A SMP Muhammadiyah 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2025/2026” beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan serta pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 29 April 2026

Yang Membuat Pernyataan



Pascal Ginting M
NIM. 2116011052

KATA PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karuniannya, skripsi ini dapat diselesaikan dengan segala dukungan, doa, motivasi, dan juga dorongan yang telah diberikan dan kupersembahkan untuk:

1. Bapak dan Mamak yang telah banyak mendukung dalam segala hal yang telah ku lalui selama perkuliahan ini, serta selalu meberikan yang terbaik kepadaku dan untuk mamak tercinta yang sudah di surga semoga dengan selesainya skripsi ini mamak bahagia di sana. Terimakasih atas segala perjuangan yang mamak berikan kepada ku, semoga setelah selesainya skripsi ini, dapat membalas segala kebaikan dan perjuangan yang mamak berikan kepadaku. Untuk bapak terimakasih atas perjuangan yang bapak berikan kepada ku, aku berdoa agar bapak sehat selalu dan panjang umur dan selalu ada untukku. *I love you mom and i love you dad.*
2. Untuk semua keluarga yang selalu mendukungku, selalu memberiku motivasi agar dapat menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih atas segala doa dan dukungan yang kalian berikan kepadaku. Semoga segala kebaikan yang kalian berikan dapat ku balas dengan sebaik-baiknya.
3. Bapak dan ibu dosen yang menjadi orangtua keduaku di tanah dewata ini. Terimakasih atas segala bimbingan dan pembelajaran yang bapak ibuk berikan kepada saya. Bapak Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd sebagai pembimbing akademik saya, yang telah banyak memberi arahan, bantuan dan bimbingan kepada saya. Bapak Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd sebagai pembimbing utama saya yang telah banyak mebingbing saya dari awal hingga akhir pengerjaan skripsi ini hingga selesai dengan baik dan Bapak Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd sebagai dosen wakil saya yang telah banyak memberikan masukan serta arahan dalam penyelesaian skripsi ini dan telah membimbing saya dalam penyelesaian skripsi ini. Bapak Dr. Wahjoedi, M.Pd. sebagai penguji saya, yang telah memberikan masukan dan bimbingan agar skripsi ini selesai dengan baik. Ibuk Dr. Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd, sebagai penguji saya, yang telah memberikan saya bimbingan dan masukan untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Untuk teman-teman seperjuangan di tanah rantau ini dan teman-teman kelas B PJKR 21. Terimakasih untuk semua dukungan dan motivasi yang teman-teman berikan. Semoga kita semua menjadi orang sukses dimanapun nanti kita berada, *God Bless You All.*

MOTTO

Dan berkatalah Samuel kepada bangsa itu: “Jangan takut; memang kamu telah melakukan segala kejahatan ini, tetapi janganlah berhenti mengikuti TUHAN, melainkan beribadahlah kepada TUHAN dengan segenap hatimu.

(1 Samuel 12:20)

“Cukup jalani. Tidak perlu banyak protes, karena segalanya butuh proses”

(Mednalt)



PRAKATA

Puja dan Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya-lah, proposal yang berjudul “**Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Sepakbola Pada Peserta Didik Kelas VIII A SMP Muhammadiyah 2 Singaraja**” ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Dalam menyelesaikan proposal ini, peneliti banyak mendapatkan bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Selaku Rektor Undiksha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan Perguruan Tinggi di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., Selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti Pendidikan Sarjana di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., Selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan dan sebagai pembimbing akademik penulis. Yang telah banyak memfasilitasi peneliti dalam bidang akademik dan menjadi pembimbing penulis di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
4. Dr. Gede Doddy Tisna MS, S.Or., M.Or., Selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan bimbingan dalam bidang sarana dan prasarana di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd., Selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan sekaligus sebagai Wakil Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan dalam bidang kemahasiswaan 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 memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
7. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd., Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bimbingan dan motivasi selama menempuh

pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.

8. Ni Luh Putu Snyanawati, S.Pd., M.Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang telah memberikan bimbingan serta pelayanan di bidang administrasi akademik dan non akademik.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., Selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bimbingan, arahan, pertanyaan, saran, masukan dan motivasi selama bimbingan.
10. Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. sebagai pembimbing utama penulis yang telah banyak memberikan masukan, motivasi dan dukungan selama melakukan perkuliahan terutama dalam pengerjaan karya akhir ini.
11. Dr. Wahjoedi, M.Pd. sebagai penguji proposal penulis yang sudah banyak memberikan masukan dan saran agar proposal ini dapat lebih baik lagi, dan dukungan selama perkuliahan.
12. Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. sebagai dosen penguji yang sudah banyak memberikan bimbingan dan saran kepada penulis, serta sebagai dosen penulis selama perkuliahan.
13. Seluruh Staff dosen dan pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang turut memberikan pelayanan dalam bidang akademik maupun non akademik.
14. Keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
15. Teman-teman seperjuangan angkatan 2021 yang telah memberikan informasi dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
16. Repi Nurchya Br Tarigan yang telah banyak membantu penulis dalam pembentukan karya ini dan banyak motivasi yang di berikan kepada penulis
17. Dengan NIM 2314091012 yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini, dengan semua dukungan dan motivasi yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
18. Semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam skripsi ini, peneliti tidak dapat sebutkan satu persatu. Sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih membutuhkan

penyempurnaan, maka karena itu itu peneliti sangat mengharapkan saran dan masukan dari pembaca yang Budiman.

Singaraja, 29 April 2025



Pascal Ginting
NIM. 2116011052



DAFTAR ISI

| | |
|---|-------|
| COVER | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING | iii |
| LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI | iv |
| LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN..... | v |
| PERNYATAAN..... | vi |
| KATA PERSEMBAHAN | vii |
| MOTTO..... | viii |
| PRAKATA | ix |
| ABSTRAK | xii |
| DAFTAR ISI..... | xiv |
| DAFTAR TABEL..... | xvii |
| DAFTAR GAMBAR | xviii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xix |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2 Identifikasi Masalah Penelitian..... | 9 |
| 1.3 Pembatasan Masalah | 10 |
| 1.4 Rumusan Masalah | 10 |
| 1.5 Tujuan Penelitian | 10 |
| 1.6 Manfaat Hasil Penelitian | 11 |
| BAB II KAJIAN TEORI..... | 11 |
| 2.1 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJKO)..... | 11 |
| 2.2 Model Pembelajaran Problem Based Learning..... | 13 |
| 2.3 Ciri-ciri Model Pembelajaran PBL | 15 |

| | | |
|---------------------------------------|---|----|
| 2.4 | Langkah-langkah Pembelajaran PBL..... | 18 |
| 2.5 | Kelebihan dan Kekurangan Model Pembelajaran PBL | 18 |
| 2.6 | Hasil Belajar..... | 19 |
| 2.7 | Permainan Sepakbola..... | 23 |
| 2.8 | Hasil Penelitian Relevan | 28 |
| 2.9 | Kerangka Berpikir..... | 29 |
| 2.10 | Hipotesis..... | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | | 31 |
| 3.1 | Jenis Penelitian..... | 31 |
| 3.2 | Rancangan Penelitian | 32 |
| 3.3 | Setting Penelitian | 34 |
| 3.4 | Prosedur Penelitian..... | 34 |
| 3.5 | Pelaksanaan Penelitian | 39 |
| 3.6 | Identifikasi Variabel..... | 51 |
| 3.7 | Metode dan Instrument Pengumpulan data | 51 |
| 3.8 | Teknik Pengumpulan data | 56 |
| 3.9 | Teknik Analisis Data | 63 |
| 3.10 | Kriteria Keberhasilan Tindakan | 65 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | | 67 |
| 4.1 | Hasil Penelitian | 64 |
| 4.2 | Ketuntasan Hasil Belajar Peserta Didik..... | 73 |
| 4.3 | Pembahasan Hasil Penelitian | 75 |
| 4.4 | Implikasi Penelitian..... | 78 |

| | |
|----------------------|----|
| BAB V PENUTUP..... | 80 |
| 5.1 Rangkuman | 80 |
| 5.2 Kesimpulan | 82 |
| 5.3 Saran..... | 82 |
| DAFTAR RUJUKAN | 84 |
| LAMPIRAN..... | 87 |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1. Langkah-Langkah <i>Problem Based Learning</i> (PBL)..... | 17 |
| Table 3.1. Kisi-kisi Penilaian Aspek Afektif..... | 51 |
| Tabel 3.2. Kisi-kisi Penilaian Aspek Kognitif..... | 51 |
| Tabel 3.3. Kisi-kisi Penilaian Aspek Psikomotorik..... | 53 |
| Tabel 3.4. Format Penilaian Aspek Afektif..... | 55 |
| Tabel 3.5. Format Penilaian Aspek Kognitif..... | 55 |
| Tabel 3.6. Format Penilaian Aspek Psikomotorik..... | 56 |
| Tabel 3.7. Uji Validitas Instrumen Aspek Pengetahuan..... | 57 |
| Tabel 3.8. Tabulasi Silang Aspek Pengetahuan..... | 58 |
| Tabel 3.9. Uji Validitas Instrumen Aspek Keterampilan..... | 59 |
| Tabel 3.10. Tabulasi Silang Aspek Keterampilan..... | 60 |
| Tabel 3.11. Konversi Nilai Mata Pelajaran PJOK Sekolah..... | 63 |
| Tabel 4.1. Hasil belajar aspek sikap/afektif siklus I..... | 65 |
| Tabel 4.2. Hasil belajar aspek pengetahuan/kognitif siklus I..... | 66 |
| Tabel 4.3. Hasil belajar aspek psikomotorik siklus I..... | 66 |
| Tabel 4.4. Ketuntasan hasil belajar siklus I..... | 68 |
| Tabel 4.5. Hasil belajar aspek sikap/afektif siklus II..... | 70 |
| Tabel 4.6. Hasil belajar aspek pengetahuan/kognitif siklus II..... | 71 |
| Tabel 4.7. Hasil belajar aspek psikomotorik siklus II..... | 71 |
| Tabel 4.8. Ketuntasan hasil belajar siklus II..... | 73 |
| Tabel 4.9. Ketuntasan hasil belajar disetiap aspek..... | 74 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Teknik <i>Shooting</i> menggunakan punggung kaki | 24 |
| Gambar 2.2 Teknik <i>Shooting</i> menggunakan kaki bagian dalam..... | 25 |
| Gambar 2.3 Teknik <i>Shooting</i> menggunakan kaki bagian luar | 26 |
| Gambar 3.1 Rancangan penelitian tindakan kelas | 31 |
| Gambar 4.1 Diagram ketuntasan peserta didik siklus I..... | 68 |
| Gambar 4.2 Diagram ketuntasan peserta didik siklus II | 73 |
| Gambar 4.3 Diagram ketuntasan disetiap aspek | 75 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Surat Tugas Penelitian | 87 |
| Lampiran 2. Surat Izin Observasi..... | 88 |
| Lampiran 3. Surat Balasan Observasi | 89 |
| Lampiran 4. Dokumentasi Observasi | 90 |
| Lampiran 5. Surat Izin Penelitian..... | 96 |
| Lampiran 6. Deskripsi Penelitian Sikap..... | 97 |
| Lampiran 7. Deskripsi Pertanyaan Aspek Pengetahuan | 99 |
| Lampiran 8. Deskripsi Penilaian Aspek Keterampilan..... | 102 |
| Lampiran 9. Ketuntasan Hasil Belajar | 104 |
| Lampiran 10. Proses Pengambilan Data | 105 |
| Lampiran 12. Uji Validitas Pakar 2..... | 119 |
| Lampiran 13. Nilai Siklus I PJOK Siswa Kelas : VIII A Tahun Pelajaran 2025/2026..... | 128 |
| Lampiran 14. Nilai Siklus II PJOK Siswa Kelas : VIII A Tahun Pelajaran 2025/2026..... | 130 |