

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK
MATERI BOLA VOLI PADA KELAS X-1 DI SMA NEGERI 2
SINGARAJA TAHUN AJARAN 2025/2026**



**OLEH
SETEVANUS ARAVENTA SEMBIRING
2216011081**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2026**



**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK
MATERI BOLA VOLI PADA KELAS X-1 DI SMA NEGERI 2
SINGARAJA TAHUN AJARAN 2025/2026**

SKRIPSI

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

**OLEH
SETEVANUS ARAVENTA SEMBIRING**

2216011081

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2026

SKRIPSI

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

Menyetujui

Pembimbing I	Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT. NIP.197309262001121001
Pembimbing II	Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. NIP.196307091990031001



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

Skripsi oleh SETEVANUS ARAVENTA SEMBIRING ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 24 Juni 2026

Dewan Penguji

Ketua	Prof. Dr. I Gusti Lanang Agung Parwata, S.Pd., M.Kes. NIP.196906061994121001
Anggota	Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. NIP.198008112008121001
Anggota	Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT. NIP.197309262001121001
Anggota	Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. NIP.196307091990031001



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

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

Menyetujui

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



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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa proposal penelitian saya yang berjudul "Implementasi model pembelajaran *problem base learning* untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi bola voli pada kelas X-1 di Sma Negeri 2 Singaraja tahun ajaran 2025/2026" beserta seluruh isinya benar karya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan serta dengan cara pengutipan yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/ sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dalam karya seni ini atau klaim terhadap keaslian karya ini.



KATA PERSEMBAHAN

puji rasa syukur dengan kerendahan hati yang paling dalam, karya skripsi ini kupersembahkan kepada tuhan yesus kristus, kasih sayang, dan berkat rahmat yang tak pernah henti sepanjang hari, sehingga setiap langkah dalam proses penulisan skripsi ini dapat terealisasi dengan baik, dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa suka cita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada :

BAPAK DAN IBU TERCINTA

Alm Tenaga Sembiring & Rosiana Br Ginting

“Terima kasih atas kasih sayang, pengorbanan, dan doa yang tak pernah putus hingga saya bisa melangkah sampai ke titik perguruan tinggi ini. Semoga Tuhan senantiasa melindungi dan melimpahkan rezeki yang berlipat kali ganda dan semoga di berikan kesehatan dan umur yang panjang ke pada mamah saya.

SAUDARA TERCINTA

Dandy Leonardo Sembiring, Eferaim Imanuelta Sembiring, Firdaus Epidonta
Pinem

“Terimakasih doa atas dukungan dan semangatnya”

SAHABAT DAN TEMAN

“Terima kasih atas dukungan, dan kekompakan yang telah kalian berikan selama perkuliahan. Terima kasih juga atas dukungan dan motivasi yang telah kalian ucapkan, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas ahir saya ini tepat waktu”

BAPAK & IBU DOSEN

Pembimbing, Penguji & Pengajar

“Terima kasih bapak dan ibu dosen yang telah membimbing, mengajar, dan memberi motivasi selama saya menempuh proses perkuliahan sehingga saya banyak memperoleh pengetahuan dan pengalaman selama perkuliahan”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja

MOTTO

“Jangan pernah kurangi Semangatmu, Tingkatkan Usahamu”

“Setevanus Araventa Sembiring”



PRAKATA

Puja dan Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya-lah, skripsi saya yang berjudul **“IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASE LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI BOLA VOLI PADA KELAS X-1 DI SMA NEGERI 2 SINGARAJA TAHUN AJARAN 2025/2026”** ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan dukungan serta bimbingan, 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 penulis 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 penulis 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 dukungan dalam bidang sarana dan prasarana di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., Selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan bimbingan dan motivasi 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 bantuan terhadap penulis dan bimbingan

motivasi selama menempuh pendidikan di jurusan olahraga

8. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Pd, selaku koordinator program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang telah memberikan bimbingan arahan, pertanyaan, saran, masukan dan motivasi selama bimbingan.
9. Ni Luh Putu Spyawati, 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
10. Prof. Dr I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT, Sebagai pembimbing utama penulisan yang telah banyak memberikan masukan dan membimbing, motivasi dan dukungan selama melakukan perkuliahan terutama dalam pengajuan karya akhir ini.
11. Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd, sebagai pembimbing wakil penulisan yang telah banyak memberikan masukan dan membimbing, serta penulisan dukungan selama melakukan perkuliahan terutama dalam pengajuan karya akhir ini.
12. Seluruh staf dosen dan pegawai fakultas olahraga dan kesehatan, universitas pendidikan ganesha yang turut memberikan pelayanan dalam bidang akademik maupun non akademik
13. Papah tercinta Tenaga Sembiring (Alm) rasa sayang kepada beliau tidak pernah berkurang sampai saat ini. Meskipun pada akhirnya, harus menyelesaikan skripsi ini tanpa di temani seorang papah, walaupun rindu suara & semangat dari papah tetapi papah selalu mengajarkan saya untuk berbuat baik, terima kasih papah sudah melahirkan ke dunia ini, tedehkel teku kam pak.
14. Mamah tersayang Rosiana Br Ginting, sosok singel parent yang paling kuat menurut penulis di dunia ini, terima kasih sudah menggantikan peran ayah di dunia ini dan terima kasih sudah membantu penulis untuk berada sampai saat ini sehingga penulis bisa menyelesaikan tugas skripsi dengan waktu yang tepat.
15. Teman-teman seperjuangan angkatan maupun teman satu kelas B yang telah memberikan informasi dan dukungan dalam penulisan ini sehingga proposal ini dapat diselesaikan
16. Pengurus POS PI Singaraja dan GBKP Denpasar, yang telah mendukung di dalam doa selama proses penyelesaian Skripsi ini.
17. Haikal, Mickhael Brema, Ega Engken, Natal Listra, Terima kasih karena sudah

memberikan motivasi agar Penulis semangat bimbingan dan mengisi hari-hari saya dengan canda tawa.

18. SEKRE PRIDE, Nadia, Nara , Dio, Yolana, Paula, Eykin, Moses, Alvo, Joel yang telah membantu selama proses penyelesaian skripsi ini, memberikan semangat dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini tepat waktu.
19. Detaser Aldo Ginting S.Th dan Detaser Elshita Ika Br Bangun S.Th, yang telah mendoakan dan mengingatkan penulis agar menyelesaikan Skripsi ini tepat waktu.
20. Yemima, Senia, Damar, Artha, ely yang telah memberikan semangat dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.

Maka karena dari itu peneliti sangat mengharapkan saran dan masukan dari pembaca yang budiman.

Singaraja, 22 Juli 2025



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Setevanus Araventa. S.', is written over the right side of the UNDIKSHA logo.

Setevanus Araventa. S

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	i
PRAKATA.....	ii
DAFTAR ISI	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah.....	3
1.5 Tujuan Penelitian	3
1.6 Manfaat Penelitian	3
BAB II KAJIAN TEORI	5
2.1 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	5
2.2 Model-model Pembelajaran	6
2.3 Kelebihan dan Kekurangan <i>Problem Based Learning</i>	8
2.4 Hasil Belajar	10
2.5 Permainan Bola Voli.....	11
2.6 Hasil Penelitian Relevan	13
2.7 Kerangka Berpikir.....	14
2.8 Hipotesis	15

BAB III METODE PENELITIAN	16
3.1 Jenis Penelitian.....	16
3.2 Rencana Penelitian	16
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	18
3.4 Sampel Penelitian	18
3.5 Prosedur Penelitian	19
3.6 Identifikasi Variabel	36
3.7 Instrumen Penelitian	36
3.8 Metode Pengumpulan data.....	36
3.9 Teknik Analisis Data.....	41
3.10 Uji Validasi Instrument.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	16
4.1 Hasil Penelitian.....	16
4.1.1 Hasil Penelitian Siklus I	16
4.1.2 Hasil Penelitian Siklus II	18
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	18
BAB V PENUTUP	16
5.1 Rangkuman	16
5.2 Kesimpulan	18
5.3 Saran.....	18
DAFTAR PUSTAKA.....	43
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Langkah-Langkah Pembelajaran Pertemuan Pertama Siklus I	33
Tabel 2. Langkah-Langkah Pembelajaran Pertemuan Kedua Siklus I.....	35
Tabel 3. Langkah-langkah Pembelajaran Pertemuan Pertama Siklus II	40
Tabel 4. Langkah-langkah Pembelajaran Pertemuan Kedua Siklus II.....	43
Tabel 5. Kisi-kisi Tes Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Passing Bola Voli	48
Tabel 6. Asesmen Penilaian Aspek Psikomotor Passing Bola Voli	48
Tabel 7. Asesmen Penilaian Psikomotor Teknik Dasar Passing Bola Voli (Passing Bawah)	49
Tabel 8. Rubrik Penilaian Aspek Psikomotor Passing Bawah Bola Voli.....	50



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Posisi Siap Passing Bawah Sumber: Kevin.T.K	23
Gambar 2. Alur Siklus Penelitian Tindakan Kelas	29



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lampiran surat tugas pembimbing	78
Lampiran 2 lampiran surat observasi	79
Lampiran 3 observasi awal foto dengan guru.....	80
Lampiran 4 surat balesan ijin observasi sekolah	81
Lampiran 5 surat ijin penelitian	82
Lampiran 6 surat balesan ijin penelitian dari sekolah.....	83
Lampiran 7 uji validitas dari pakar satu	84
Lampiran 8 uji validitas dari pakar dua	92
Lampiran 9 penilaian hasil siklus satu.....	100
Lampiran 10 penilaian hasil siklus dua	101

