

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED
LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK
MATERI BOLA BESAR SEPAK BOLA TEKNIK DASAR SHOOTING
PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI SMK TI BALI GLOBAL
SINGARAJA TAHUN PELAJARAN 2025/2026**



OLEH

RAJENDRA NUR OKTAVIANO

2116011096

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2026



IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI BOLA BESAR SEPAK BOLA TEKNIK DASAR SHOOTING PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI SMK TI BALI GLOBAL SINGARAJATAHUN PELAJARAN 2025/2026

SKRIPSI

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

OLEH
RAJENDRA NUR OKTAVIANO

2116011096

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

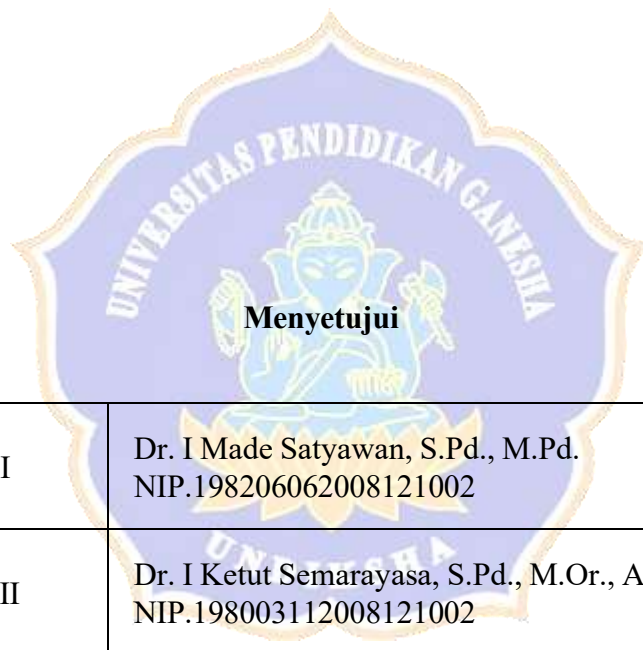
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2026

SKRIPSI

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



Pembimbing I	Dr. I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002
Pembimbing II	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan 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



Skripsi oleh RAJENDRA NUR OKTAVIANO ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 25 Juni 2026

Dewan Penguji

Ketua	Dr. I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002
Anggota	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002
Anggota	Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P NIP.198410252008121002
Anggota	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



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 skripsi penelitian yang berjudul **"Implementasi Model Pembelajaran *Project Based Learning* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bola Besar Sepak Bola Teknik Dasar Shooting Pada Peserta Didik Kelas X di SMK Ti Bali Global 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, 13 April 2026

Yang Membuat Pernyataan



Rajendra Nur Oktaviano
NIM. 246011096

KATA PERSEMBAHAN

Puji Tuhan Yang Maha Esa Allah SWT, akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih kepada:

BAPAK & IBU TERCINTA

“Krisdianto. & Ni Luh Kade Wiwik Aryatini”

“Terimakasih telah menjadi orang tua yang sudah merawat dan mendoakan saya hingga sampai saat ini, yang telah membantu dan mengajarkan saya sehingga saya dapat menempuh Pendidikan sampai di jenjang perguruan tinggi, semoga Allah SWT selalu menyertai dan memberikan jalan terbaik”

KAKAK & ADIK TERSAYANG

“Rakha Candra Pangestu, S.Pd & Raisha Putri”

“Terimakasih atas doa, dukungan, dan motivasi yang selalu diberikan kepada peneliti”

BAPAK & IBU DOSEN

“Pembimbing, Penguji, dan Pengajar”

“Terimakasih telah membimbing, mengajar, dan memotivasi peneliti selama peneliti menempuh proses perkuliahan sehingga banyak mendapatkan pengetahuan dan pengalaman selama di perkuliahan”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha



MOTTO

Berproses,Bertumbuh,dan Tidak
Menyerah

(RAJENDRA NUR OKTAVIANO, 2026)



PRAKATA

Puja dan Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya-lah, skripsi yang berjudul **“Implementasi Model Pembelajaran *Project Based Learning* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Bola Besar Sepak Bola Teknik Dasar Shooting Pada Peserta Didik Kelas X di SMK Ti Bali Global Singaraja Tahun Pelajaran 2025/202”** ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Dalam menyelesaikan skripsi 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 yang telah banyak memfasilitasi peneliti dalam bidang akademik 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 Satyawan, S.Pd., M.Pd., selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan sekaligus sebagai Pembimbing Utama 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 sekaligus sebagai Dewan Penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, masukan, motivasi selama bimbingan dan membantu penyusunan skripsi selama menyelesaikan pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga.
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 sekaligus sebagai Dewan Penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, pertanyaan, saran, masukan dan motivasi selama bimbingan.
10. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P., selaku Pembimbing Wakil yang telah memberikan bimbingan dan memberikan kritik serta saran yang membangun.
11. Seluruh Staff dosen dan pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang turut memberikan pelayanan dalam bidang akademik maupun non akademik.
12. Teman-teman seperjuangan seangkatan 2021 yang telah memberikan informasi dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
13. Semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini sehingga peneliti tidak dapat sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih membutuhkan penyempurnaan, maka karena itu peneliti sangat mengharapkan saran dan masukan dari pembaca yang budiman. Peneliti berharap agar nantinya skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua

Singaraja, 13 April 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI	iii
LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN	iv
PERNYATAAN.....	v
KATA PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO.....	ix
ABSTRAK	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
PRAKATA.....	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
1.6.1 Manfaat Teoretis	7
1.6.2 Manfaat Praktis	7

BAB II.....	9
KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS	9
2.1 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)	9
2.1.1. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	9
2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	27
2.1.3 Karakteristik PJOK dalam Kurikulum.....	28
2.2 Hasil Belajar	28
2.2.1 Pengertian Hasil Belajar	28
2.2.2 Ranah Sikap (Afektif).....	29
2.2.3 Ranah Pengetahuan (Kognitif).....	30
2.2.4 Ranah Keterampilan (Psikomotor)	31
2.3 Model Pembelajaran Project Based Learning (PjBL)	32
2.3.1 Definisi Project Based Learning.....	32
2.3.2 Keunggulan Project Based Learning	33
2.3.3 Peran Guru dalam Project Based Learning.....	33
2.3.4 Sintaks Project Based Learning	34
2.4 Teknik Dasar Sepak Bola (Shooting)	36
2.4.1 Pengertian Sepak Bola.....	36
2.4.2. Teknik Dasar Shooting Menggunakan Punggung Kaki.....	37
<i>Gambar 2.1 Shooting dengan punggung kaki</i>	38
Sumber:(model: Rajendra Nur Oktaviano)	38
2.5 Penelitian yang Relevan	39
2.6 Kerangka Berpikir	41
2.7 Hipotesis Tindakan	43
BAB III.....	44
METODE PENELITIAN.....	44

3.1. Rancangan Penelitian	44
3.2 Subjek dan Objek Penelitian	29
1. Subjek Penelitian	29
2. Objek Penelitian	30
3.3 Variabel Penelitian.....	31
1. Variabel Bebas (Independent Variable)	31
2. Variabel Terikat (<i>Dependent Variable</i>)	32
3.4 Rencana Tindakan	33
1. Siklus I.....	33
2. Siklus II	36
3.5 Metode dan Instrumen Pengumpulan Data	39
1. Tes Tulis untuk Mengukur Hasil Belajar Kognitif	39
2. Lembar Observasi untuk Mengukur Hasil Belajar Afektif.....	39
3. Tes Unjuk Kerja untuk Mengukur Hasil Belajar Psikomotorik	40
3.6 Uji Kelayakan Instrumen.....	41
1. Validitas Isi melalui Uji Pakar (Judges)	41
2. Rumus Gregory	42
3.7 Teknik Analisis Data.....	45
1. Perhitungan Nilai Rata-Rata (Mean)	45
2. Perhitungan Persentase Ketuntasan Belajar Klasikal	46
3. Indikator Keberhasilan Penelitian	47
BAB IV	49
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1 Hasil Penelitian.....	49

1. Deskripsi Hasil Siklus I	50
a. Perencanaan Tindakan Siklus I	50
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I	50
c. Hasil Belajar Siklus I	51
d. Kendala yang Ditemukan pada Siklus I.....	53
2. Refleksi Siklus I	54
3. Deskripsi Hasil Siklus II.....	55
a. Perencanaan Tindakan Siklus II.....	55
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II	56
c. Hasil Belajar Siklus II	57
4. Perbandingan Hasil Belajar Antarsiklus	59
4.2 Pembahasan	61
1. Efektivitas PjBL dalam Meningkatkan Keaktifan Siswa	61
2. Peran Pembelajaran dari Teman Sejawat (Peer Learning)	62
3. Lingkungan Belajar yang Menyenangkan sebagai Katalis Hasil Belajar	63
4. Relevansi dengan Teori dan Penelitian Terdahulu.....	64
4.3 Implikasi Penelitian	65
1. Implikasi Teoritis.....	65
2. Implikasi Praktis bagi Guru.....	66
3. Implikasi bagi Pengembangan Kurikulum dan Desain Pembelajaran	67
4. Implikasi bagi Kebijakan Pendidikan dan Pengembangan Profesi Guru.....	67
4.3 Ringkasan Temuan Penelitian	69

BAB V.....	71
PENUTUP.....	71
5.1 Rangkuman.....	71
5.2 Simpulan.....	73
5.3 Saran.....	76



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Komponen Siklus Model Kemmis dan McTaggart	88
Tabel 3.2 Jadwal Rencana Pelaksanaan Penelitian	99
Tabel 3.3 Matriks Validitas Isi Metode Gregory	51
Tabel 3.4 Kategori Penilaian Hasil Belajar PJOK.....	88
Tabel 4.1 Rekapitulasi Hasil Belajar Siswa Siklus I	88
Tabel 4.2 Rekapitulasi Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	88
Tabel 4.3 Perbandingan Hasil Belajar Prasiklus I, dan Siklus II	88



DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 2.1 Shooting dengan punggung kaki.....</i>	<i>22</i>
--	-----------



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	87
Lampiran 1. Melaksanakan Penelitian	88
Lampiran 2. Surat Tugas Uji Instrumen	99

