

**IPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN  
KOOPERATIF TIPE NHT UNTUK  
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK PADA  
PESERTA DIDIK KELAS XI A2 SMA NEGERI 2  
DENPASAR TAHUN PELAJARAN 2025/2026**

**SKRIPSI**



**OLEH:  
I GUSTI NGURAH PANCA  
1916011072**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS OLAAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
2026**



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

# 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.<br>NIP.197309262001121001 |
| Pembimbing II | Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.<br>NIP.198206062008121002                     |

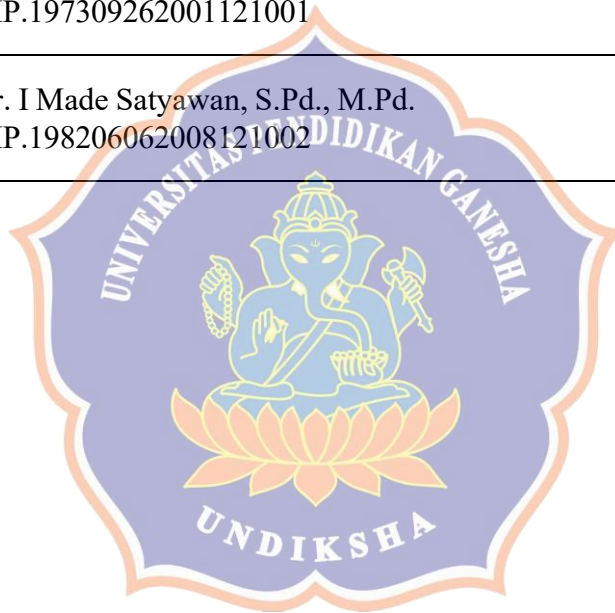


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi 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 I Gusti Ngurah Panca ini  
telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 27 Juli 2026

**Dewan Penguji**

|         |                                                                                 |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Ketua   | Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.<br>NIP.198008112008121001                    |
| Anggota | Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd.<br>NIP.199202022019031025                            |
| Anggota | Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT.<br>NIP.197309262001121001 |
| Anggota | Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.<br>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 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.<br>NIP.198501172008121001         |
| Sekretaris Ujian | I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.<br>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 yang berjudul **“Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Pada Peserta Didik Kelas XI A2 SMA Negeri 2 Denpasar Tahun Pelajaran 2025/2026”**, berserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi yang di jatuhkan kepada saya apabila kemudian di temukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam upaya saya ini, atau ada klaim keaslian karya saya ini.

Singaraja, Juli 2026  
Yang Membuat Pernyataan



/ Gusti Ngurah Panca  
NIM. 1916011072

## PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya proposal yang berjudul **“Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK pada Peserta Didik Kelas XI A2 SMA Negeri 2 Denpasar Tahun Pelajaran 2025/2026”** ini dapat tersusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak memperoleh bantuan, baik secara moral maupun materiil dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan., M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or., Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran dan motivasi selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
5. I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, sekaligus dosen pembimbing kedua yang sudah memberikan masukan, motivasi dan juga saran dalam menyelesaikan proposal ini.

6. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd., Ketua Jurusan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu memberikan ijin untuk melakukan penelitian .
7. Ni Luh Putu Spyawati, S.Pd., M.Or., Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S. Pd., M. Pd., AIFO-FIT., Pembimbing Akademik, Dosen Pembimbing Utama serta Ketua Penguji yang telah banyak membantu menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian proposal ini.
9. Seluruh Staff Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penulisan ini.
10. Keluarga besar yang telah memberikan dukungan dan dorongan secara moral dan materi hingga proposal ini dapat diselesaikan.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penulisan ini.

Peneliti menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan kemampuan peneliti yang di miliki. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik maupun saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaan proposal ini. Peneliti berharap agar nantinya proposal ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua.

Singaraja, Juli 2026

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                    |      |
|----------------------------------------------------|------|
| COVER                                              |      |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING .....                       | iii  |
| PERNYATAAN .....                                   | iv   |
| KATA PERSEMBAHAN .....                             | v    |
| MOTTO .....                                        | vi   |
| PRAKATA .....                                      | vii  |
| ABSTAK .....                                       | ix   |
| DAFTAR ISI .....                                   | xi   |
| DAFTAR TABEL .....                                 | xiii |
| DAFTAR GAMBAR .....                                | xv   |
| DAFTAR LAMPIRA .....                               | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN .....                            | 1    |
| 1.1 Latar Belakang .....                           | 1    |
| 1.2 Batasan Masalah .....                          | 7    |
| 1.3 Rumusan Masalah .....                          | 7    |
| 1.4 Tujuan Penelitian .....                        | 8    |
| 1.5 Manfaat Penelitian .....                       | 8    |
| BAB II KAJIAN TEORI .....                          | 11   |
| 2.1 Kajian Pustaka .....                           | 11   |
| 2.1.1 Pembelajaran dalam PJOK .....                | 11   |
| 2.1.2 Model Pembelajaran PJOK .....                | 17   |
| 2.1.3 Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT ..... | 19   |
| 2.1.4 Hasil Belajar .....                          | 22   |
| 2.2 Kerangka Berpikir .....                        | 25   |
| 2.3 Hipotesis Penelitian .....                     | 28   |
| BAB III METODE PENELITIAN .....                    | 29   |

|                                  |                                                         |    |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------|----|
| 3.1                              | Jenis Penelitian .....                                  | 29 |
| 3.2                              | Rancangan Penelitian .....                              | 30 |
| 3.3                              | Setting Penelitian.....                                 | 32 |
| 3.4                              | Subjek Penelitian .....                                 | 32 |
| 3.5                              | Prosedur Penelitian.....                                | 32 |
| 3.6                              | Identifikasi Variabel .....                             | 43 |
| 3.7                              | Definisi Operasional Variabel .....                     | 44 |
| 3.8                              | Instrumen Penelitian.....                               | 45 |
| 3.9                              | Fasilitas dan Alat Penelitian .....                     | 53 |
| 3.10                             | Teknik Pengumpulan Data .....                           | 53 |
| 3.11                             | Analisis Data .....                                     | 55 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... |                                                         | 57 |
| 4.1                              | Hasil Penelitian.....                                   | 57 |
| 4.2                              | Hasil Penelitian Prasiklus, Siklus I dan Siklus II..... | 73 |
| 4.3                              | Pembahasan Hasil Penelitian.....                        | 85 |
| 4.4                              | Implikasi Penelitian.....                               | 89 |
| 4.5                              | Keterbatasan Penelitian.....                            | 92 |
| BAB V PENUTUP.....               |                                                         | 94 |
| 5.1                              | Rangkuman.....                                          | 94 |
| 5.2                              | Simpulan.....                                           | 95 |
| 5.3                              | Saran.....                                              | 96 |
| DAFTAR PUSTAKA .....             |                                                         | 98 |

## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                                                                                                                | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 3.1. Instrumen Penilaian Aspek Kognitif Passing Sepak Bola.....                                                                                | 46      |
| Tabel 3.2. Aspek Kognitif .....                                                                                                                      | 47      |
| Tabel 3. 3 Lembar Penilaian Aspek <i>Afektif</i> Teknik <i>Passing</i> Dasar <i>Passing</i> (kaki bagian dalam dan kaki bagian luar) Sepak Bola..... | 48      |
| Tabel 3. 4. Indikator Penilaian untuk Aspek <i>Afektif</i> , Kerjasama dengan Tim/Teman.....                                                         | 48      |
| Tabel 3. 5. Indikator Penilaian untuk Aspek <i>Afektif</i> , Bersemangat dalam Melakukan Tugas Gerak.....                                            | 49      |
| Tabel 3. 6. Indikator Penilaian untuk Aspek <i>Afektif</i> , Mentaati Aturan Setiap Tugas Gerak.....                                                 | 49      |
| Tabel 3.7. Indikator Penilaian untuk Aspek <i>Afektif</i> , Menghargai Saran/ Pendapat Teman.....                                                    | 50      |
| Tabel 3. 8. Deskripsi Penilaian Sikap Awal <i>Passing</i> Kaki Bagian dalam Sepak Bola .....                                                         | 50      |
| Tabel 3. 9. Deskripsi Penilaian Sikap Pelaksanaan <i>Passing</i> Kaki Bagian Dalam Sepak Bola .....                                                  | 50      |
| Tabel 3. 10. Deskripsi Penilaian Sikap Akhir <i>Passing</i> Kaki Bagian Dalam Sepak Bola .....                                                       | 51      |
| Tabel 3. 11. Deskripsi Penilaian Sikap Awal <i>Passing</i> Kaki Bagian Luar Sepak Bola .....                                                         | 51      |
| Tabel 3.1 2. Deskripsi Penilaian Sikap Pelaksanaan <i>Passing</i> Atas Sepak Bola                                                                    | 52      |

|                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3. 13. Deskripsi Penilaian Sikap Akhir <i>Passing</i> Kaki Bagian Luar Sepak Bola<br>.....                | 52 |
| Tabel 3. 14. Format <i>Assesmen</i> Teknik Dasar <i>Passing</i> (kaki bagian dalam dan luar)<br>sepak Bola..... | 52 |
| Tabel 3.15. Konversi Nilai Mata Pelajaran Penjasorkes SMA Negeri 2 Denpasar<br>.....                            | 56 |
| Tabel 4.1. Data Hasil belajar Prasiklus Aspek Kognitif.....                                                     | 75 |
| Tabel 4.2. Data Hasil belajar Prasiklus Aspek Afektif.....                                                      | 76 |
| Tabel 4.3. Data Hasil Belajar Prasiklus Aspek Psikomotor .....                                                  | 76 |
| Tabel 4.4 Data Hasil Belajar Prasiklus Aspek Kognitif, Afektif Dan Psikomotor<br>.....                          | 77 |
| Tabel 4.5 Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus I.....                                                            | 79 |
| Tabel 4.6 Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus I.....                                                             | 79 |
| Tabel 4.7 Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus I.....                                                          | 80 |
| Tabel 4.8 Data Hasil Belajar Siklus I Aspek Kognitif, Afektif Dan Psikomotor<br>.....                           | 81 |
| Tabel 4.9 Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus II.....                                                           | 82 |
| Tabel 4.10 Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus II.....                                                           | 83 |
| Tabel 4.11 Hasil Belajar Aspek Psikomotor Siklus II.....                                                        | 83 |
| Tabel 4.12 Data Hasil Belajar Siklus II Aspek Kognitif, Afektif Dan Psikomotor<br>.....                         | 84 |
| Tabel 4.13 Ketuntas Hasil Belajar Materi PJOK Teknik Dasar <i>Passing</i> Sepak<br>Bola.....                    | 78 |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                                               | Halaman |
|----------------------------------------------------------------------|---------|
| Gambar 3.1 Rancangan Penelitian Tindakan Kelas .....                 | 30      |
| Gambar 4.1 Grafik Ketuntasan Belajar Prasiklus.....                  | 77      |
| Gambar 4.2 Grafik Ketuntasan Hasil Belajar Siklus I .....            | 81      |
| Gambar 4.3. Grafik Ketuntasan Hasil Belajar Siklus II .....          | 85      |
| Gambar 4.4. Ketuntasan Hasil Belajar Pserta Didik Setiap Aspek ..... | 87      |



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 02. Surat Ijin Penelitian Dari Sekolah

Lampiran 03. Daftar Nama Peserta Didik

Lampiran 04. Hasil Belajar Aspek Kognitif, Afektif, & Psikomotor Prasiklus

Lampiran 05. Nilai Keseluruhan Prasiklus

Lampiran 06. Hasil Belajar Aspek Kognitif, Afektif, & Psikomotor Siklus I

Lampiran 07. Nilai Keseluruhan Siklus I

Lampiran 08. Hasil Belajar Aspek Kognitif, Afektif, & Psikomotor Siklus II

Lampiran 09. Nilai Keseluruhan Siklus II

Lampiran 10. RPP Siklus I

Lampiran 11. RPP Siklus II

Lampiran 12. Rubrik Penilaian Aspek Kognitif

Lampiran 13. Rubrik Penilaian Aspek Afektif

Lampiran 14. Rubrik Penilaian Aspek Psikomotor

Lampiran 15. Dokumentasi Prasiklus

Lampiran 16. Dokumentasi Pertemuan 1 Pada Siklus I

Lampiran 17. Dokumentasi Pertemuan 2 Pada Siklus I

Lampiran 18. Dokumentasi Pertemuan 1 Siklus II

Lampiran 19. Dokumentasi Pertemuan 2 Siklus II

