

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*
(PBL) TERHADAP HASIL BELAJAR PJOK MATERI LOMPAT JAUH
PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 3 SINGARAJA**

Oleh

Ida Ayu Komang Devi Trisna Vijayanti

NIM 1916011057

ABSTRAK

Studi ini dirancang untuk menelaah implikasi dari implementasi model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) terhadap capaian belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada materi lompat jauh bagi peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Singaraja. Penelitian ini mengaplikasikan pendekatan kuantitatif lewat rancangan eksperimen semu (*quasi experimental*) berbasis desain kelompok pembandingan tidak ekuivalen. Seluruh peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Singaraja bertindak sebagai populasi, yang kemudian disaring menjadi sampel lewat teknik penarikan acak berumpun (*cluster random sampling*). Prosedur tersebut menghasilkan dua rombongan belajar (satu unit bertindak sebagai kelas eksperimen dan unit lainnya sebagai kelas pembandingan). Pengumpulan datum dilaksanakan melalui asesmen keterampilan berbasis instrumen yang telah teruji validitasnya. Adapun tahapan analisis data mencakup uji normalitas, uji homogenitas, serta uji *t* sampel independen. Kajian ini membuktikan bahwa pengetrapan kerangka pembelajaran PBL memberikan efektivitas nyata terhadap peningkatan capaian PJOK dalam topik lompat jauh. Hal tersebut tervalidasi via analisis sampel independen pada tes akhir (*posttest*) yang menghasilkan angka signifikansi 0,009 ($p < 0,05$), sekaligus memperlihatkan deviasi yang signifikan antara capaian kelompok perlakuan (PBL) dengan kelompok kontrol. Konklusi ini menegaskan bahwa pendekatan *Problem Based Learning* mengintervensi peningkatan hasil belajar PJOK materi lompat jauh siswa kelas VIII secara signifikan.

Kata Kunci: *Problem Based Learning* (PBL), Hasil Belajar, PJOK, Lompat Jauh.

***THE EFFECT OF THE PROBLEM-BASED LEARNING (PBL) MODEL ON
PHYSICAL EDUCATION (PJOK) LEARNING OUTCOMES IN THE LONG
JUMP UNIT AMONG 8TH-GRADE STUDENTS AT SMP NEGERI 3
SINGARAJA***

by

Ida Ayu Komang Devi Trisna Vijayanti

NIM 1916011057

ABSTRACT

This study was designed to examine the implications of implementing the Problem-Based Learning (PBL) model on learning outcomes in Physical Education, Sports, and Health (PJOK)—specifically regarding the long jump—among eighth-grade students at SMP Negeri 3 Singaraja. The research employed a quantitative approach using a quasi-experimental design with a non-equivalent control group. The entire eighth-grade student body at SMP Negeri 3 Singaraja constituted the population, from which a sample was selected using cluster random sampling. This procedure resulted in two study groups: one serving as the experimental class and the other as the control class. Data collection was conducted through skill assessments using instruments of proven validity. Data analysis involved normality tests, homogeneity tests, and independent sample t-tests. The study demonstrates that the application of the PBL framework is effective in improving PJOK learning outcomes for the long jump topic. This was validated by the independent sample analysis of the post-test, which yielded a significance value of 0.009 ($p < 0.05$), revealing a significant difference in performance between the treatment group (PBL) and the control group. These findings confirm that the Problem-Based Learning approach significantly enhances eighth-grade students' learning outcomes in the long jump.

Keywords: Problem Based Learning (PBL), Learning Outcomes, PJOK, Long Jump.