

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN
PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI
TEKNIK DASAR *PASSING CHEST PASS* BOLA
BASKET PADA MURID KELAS X. 3 SMA NEGERI 7
DENPASAR**



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

2026

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN
PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI
TEKNIK DASAR *PASSING CHEST PASS* BOLA
BASKET PADA MURID KELAS X. 3 SMA NEGERI 7
DENPASAR**

SKRIPSI

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



**Oleh
Ketut Gede Darma Putra**

2216011109

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN 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

	
Pembimbing I	Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002
Pembimbing II	Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. NIP.198008112008121001

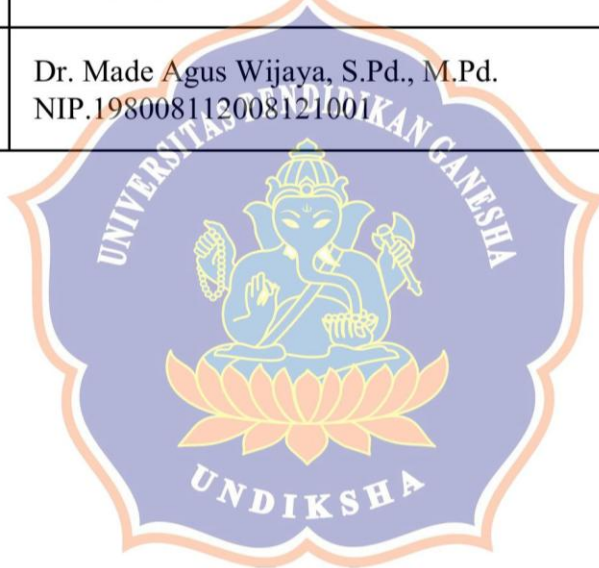


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi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

Dewan Penguji

Ketua	I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or. NIP.196804081997031002
Anggota	Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. NIP.199202022019031025
Anggota	Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. NIP.198206062008121002
Anggota	Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. NIP.198008112008121001



- 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.



Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik

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



- 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.



**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi penelitian yang berjudul **“Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar *Passing Chest Pass* Bola Basket Pada Murid Kelas X.3 SMA Negeri 7 Denpasar”** 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 resiko/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, 1 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



Ketut Gede Darma Putra

Nim. 2216011109

KATA PERSEMBAHAN

Puji syukur ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat, karunia, dan tuntunan-Nya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Atas terselesaikannya skripsi ini, dengan penuh rasa syukur, sukacita, dan kebahagiaan, penulis menyampaikan ucapan terima kasih serta mempersembahkan karya ini kepada:

BAPAK & IBU TERCINTA

“Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak I Made Sukarma Dan Ibu I Made Rusmini atas segala Doa, kasih sayang dan dukungan yang diberikan tanpa henti, baik secara moral maupun spiritual, menjadi kekuatan utama bagi penulis dalam menempuh pendidikan dan meraih masa depan yang lebih baik.”

BAPAK & IBU DOSEN

“Bapak dan Ibu Dosen Pembimbing, Penguji, serta seluruh Dosen Pengajar atas bimbingan, arahan, ilmu pengetahuan, dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sebagai mahasiswa.”

SAHABAT & TEMAN – TEMAN

“Sahabat dan teman-teman atas doa, dukungan, kebaikan, serta semangat yang senantiasa diberikan, baik dalam suka maupun duka. Kehadiran kalian sebagai keluarga kedua dan tempat bernaung telah menjadi sumber motivasi yang berarti bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha

MOTTO

**“Berproses Tanpa Batas, Hasil Pasti Tidak Akan
Menghianati”**



(Ketut Gede Darma Putra)

PRAKATA

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat Rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan hasil Belajar PJOK Materi Teknik Dasar *Passing Chest Pass* Bola Basket Pada Murid Kelas X. 3 SMA Negeri 7 Denpasar”**

Sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu. Dalam menyelesaikan skripsi ini banyak pihak yang telah membantu, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan., M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Program Studi S1 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 membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan sekaligus sebagai Dosen Pembimbing Utama yang telah banyak membantu menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
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 banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga sekaligus sebagai Dosen Pembimbing Wakil yang telah banyak membantu menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang juga banyak memberikan saran, masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Ni Luh Putu Spyawati, S.Pd., M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang telah banyak membantu penyelesaian Pendidikan di Jurusan Olahraga dan Kesehatan.
10. I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or. Sebagai dewan penguji yang telah banyak memberikan masukan, saran, dan motivasi.
11. Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. Selaku dewan penguji yang telah banyak memberikan masukan, saran, dan motivasi.
12. Seluruh Staf Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penelitian ini.
13. Kepala Sekolah SMA Negeri 7 Denpasar Cokorda Gede Anom Wiratmaja, S.Pd., M.Pd yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di sekolah.
14. Guru PJOK SMA Negeri 7 Denpasar I GST. Ngr. Wisnu Adhi Prakasa S.Pd yang telah membantu dalam pengambilan data penelitian ini di sekolah.
15. Rekan-rekan Mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuannya dalam penyusunan skripsi ini.
16. Bapak dan Ibu selaku orangtua dan keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga skripsi ini dapat di selesaikan.

17. Teman-teman Mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan dukungan sedari masa PKKMB dan bantuannya dalam penyusunan skripsi ini.
18. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

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



Denpasar, 1 Juni 2026

Ketut Gede Dharma Putra
NIM 2216011109

DAFTAR ISI

HALAMAN LOGO	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBARAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBARAN PERSETUJUAN PENGUJI	iv
LEMBARAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN.....	v
PERNYATAAN	vi
KATA PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO	viii
PRAKATA.....	ix
ABSTRAK.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoritis	7
1.6.2 Manfaat Praktis	7
 BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	 9
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK)	9
2.1.1 Sistematika Pembelajaran Dalam Penjasorkes.....	11
2.2 Model Model Pembelajaran.....	14
2.2.1 Model Pembelajaran <i>inquiri</i>	15
2.2.2 Model Pembelajaran <i>Discovery</i>	16

2.2.3 Model Pembelajaran Berbasis Proyek.....	16
2.2.4 Model Pembelajaran Berbasis Masalah.....	17
2.2.5 Model Pembelajaran Kooperatif.....	18
2.3 Model Pembelajaran Problem Based Learning	19
2.4 Hasil Belajar	26
2.4.1 Ranah Kognitif.....	29
2.4.2 Ranah Psikomotor.....	30
2.5 Permainan Bola Basket.....	32
2.6 Kajian Yang Relevan	35
2.7 Kerangka Berikir.....	36
 BAB III METODE PENELITIAN	 40
3.1 Rancangan Penelitian.....	40
3.2 Prosedur Penelitian	43
3.3 Subjek Penelitian.....	51
3.4 Variabel Dan Definisi Oprasional Penelitian	51
3.4.1 Mengidentifikasi Variabel.....	51
3.4.2 Definisi Oprasional Variabel.....	52
3.5 Metode Dan Instrumen Pengmpulan Data.....	53
3.6 Instrumen Penelitian	54
3.6.1 Penilaian Aspek Pengetahuan (Kognitif)	54
3.6.2 Penilaian Aspek Keterampilan (Psikomotor)	59
3.7 Uji Validasi Instrumen.....	60
3.7.1 Uji Validasi Isi	61
3.8 Teknik Analisis Data.....	62
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	 66
4.1 Hasil Penelitian	66
4.1.1 Siklus I	66
4.1.2 Siklus II.....	73
4.2 Peningkatan Data Hasil Penelitian Siklus I dan Siklus II	80
4.3 Pembahasan Penelitian.....	81

4.3.1 Ranah Kognitif.....	81
4.3.2 Ranah Psikomotor	81
4.3.3 Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	82
4.3.3 Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II	84
4.4 Rangkuman	90
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 92
5.1 Kesimpulan	92
5.2 Saran	93
 DAFTAR RUJUKAN.....	 95



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tahap-tahap dalam model <i>Problem Based Learning</i>	24
Tabel 3.1 Pelaksanaan Tindakan Siklus I	46
Tabel 3.2 Pelaksanaan Tindakan Siklus II	49
Tabel 3.3 Format Asesmen Penilaian Pengetahuan	54
Tabel 3.4 Deskripsi format Asesmen Penilaian Pengetahuan.....	54
Tabel 3.5 Deskripsi Penilaian Teknik Dasar <i>Passing Chest Pass</i>	59
Tabel 3.6 Format Asesmen Penilaian Keterampilan	60
Tabel 3.7 Kategori Validasi isi Gregory.....	62
Tabel 3.8 Kriteria ketuntasan minimal (KKM) PJOK SMA Negeri 7	64
Tabel 4.1 Analisis Data Hasil Belajar Pengetahuan PJOK Siklus I.....	68
Tabel 4.2 Analisis Data Hasil Belajar Keterampilan PJOK Siklus I	71
Tabel 4.3 Analisis Data Hasil Belajar Pengetahuan PJOK Siklus II	76
Tabel 4.4 Analisis Data Hasil Belajar Keterampilan PJOK Siklus II	78
Tabel 4.5 Peningkatan Hasil Belajar Aspek Pengetahuan	80
Tabel 4.6 Peningkatan Hasil Belajar Aspek Keterampilan	81
Tabel 4.7 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Dan Keterampilan PJOK Siklus I.....	83
Tabel 4.8 Analisis Data Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Dan Keterampilan PJOK Siklus II	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tahap Melakukan <i>Chest Pass</i>	35
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir	39
Gambar 3.1 Alur Penelitian Tindakan Kelas	41
Gambar 4.1 Hasil Analisis Data Pengetahuan Siklus I.....	69
Gambar 4.2 Hasil Analisis Data Keterampilan Siklus I.....	72
Gambar 4.3 Hasil Analisis Data Pengetahuan Siklus II.....	77
Gambar 4.4 Hasil Analisis Data Keterampilan Siklus II	79



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas	100
Lampiran 2. Surat Izin Observasi.....	101
Lampiran 3. Surat Ijin Balasan Observasi.....	102
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	103
Lampiran 5. Surat Balasan Ijin Penelitian.....	104
Lampiran 6. Dokumentasi Observasi Awal	105
Lampiran 7. Kisi Kisi Instrumen Aspek Kognitif	106
Lampiran 8. Data Uji Validitas Isi Penilaian Pengetahuan.....	107
Lampiran 9. Data Uji Validitas Isi Penilaian Keterampilan	119
Lampiran 10. Data Hasil belajar Aspek Pengetahuan Siklus I	125
Lampiran 11. Data Hasil belajar Aspek Keterampilan Siklus I.....	126
Lampiran 12. Data Hasil belajar Aspek Pengetahuan Siklus II.....	127
Lampiran 13. Data Hasil belajar Aspek Keterampilan Siklus II.....	128
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	129
Lampiran 15. Modul Ajar.....	130

