

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI RENANG GAYA BEBAS PADA PESERTA DIDIK KELAS X.2 DI SMA NEGERI 7 DENPASAR TAHUN AJARAN 2025/2026

Oleh

I Komang Yogi Mahendra Putra, NIM 2216011121

Jurusan Pendidikan Olahraga

Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas melalui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning*. Jenis penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam 2 siklus. Masing-masing siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas X.2 di SMA Negeri 7 Denpasar Tahun Ajaran 2025/2026 yang berjumlah 39 peserta didik yang terdiri dari 17 putra dan 22 putri. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan lembar tes dan dokumentasi. Penelitian ini menerapkan model pembelajaran *Problem Based Learning* yang dilakukan dalam 2 siklus, hasil siklus I pada aspek pengetahuan peserta didik yang mendapatkan kategori tuntas sebesar (49%) dan pada aspek keterampilan peserta didik mendapatkan kategori tuntas sebesar (18%) Setelah diberikan siklus II pada aspek pengetahuan peserta didik yang mendapatkan kategori tuntas sebesar (87%) dan pada aspek keterampilan peserta didik yang mendapatkan kategori tuntas sebesar (82%). Berdasarkan hasil diatas menunjukan bahwa penerapan model pembelajarn *Problem Based Learning* ini dapat meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas terhadap peserta didik kelas X.2 SMA Negeri 7 Denpasar Tahun Ajaran 2025/2026.

Kata Kunci : *Problem Based Learning*, Hasil Belajar, Renang Gaya Bebas

**IMPLEMENTATION OF THE PROBLEM BASED LEARNING (PBL)
LEARNING MODEL IN IMPROVING STUDENTS' LEARNING
OUTCOMES FOR PJOK FREESTYLE SWIMMING MATERIALS CLASS
X.2 AT SENIOR HIGH SCHOOL ACADEMIC YEAR 2024/2025**

By

I Komang Yogi Mahendra Putra, NIM 2216011121

Department of Sports Education

Physical Education, Health and Recreation Study Program

ABSTRACT

This study aims to improve freestyle swimming learning outcomes through the implementation of the Problem-Based Learning model. The research employs a Classroom Action Research (CAR) design conducted over two cycles. Each cycle consists of planning, implementation, observation/evaluation, and reflection stages. The subjects of this study were 39 students from class X.2 at SMA Negeri 7 Denpasar during the 2025/2026 academic year, comprising 17 males and 22 females. Data collection techniques involved the use of test sheets and documentation. The study implemented the Problem-Based Learning model over two cycles; results from Cycle I showed that 49% of students achieved mastery in the knowledge aspect, while 18% achieved mastery in the skill aspect. Following Cycle II, the percentage of students achieving mastery rose to 87% for the knowledge aspect and 82% for the skill aspect. These results indicate that the implementation of the Problem-Based Learning model can improve freestyle swimming learning outcomes for class X.2 students at SMA Negeri 7 Denpasar during the 2025/2026 academic year.

Key Words : *Problem Based Learning, Learning Outcomes, Freestyle swimming*