IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) BERBASIS IT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI PERMAINAN NET (BOLA VOLI) PADA PESERTA DIDIK KELAS VI SD NEGERI 2 PEMECUTAN TAHUN AJARAN 2025/2026

OLEH

I KADEK IRWAN CANDRADINATA

2216011087

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA SINGARAJA

DENPASAR

2026


UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
UNDIKSHA

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) BERBASIS IT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI PERMAINAN NET (BOLA VOLI) PADA PESERTA DIDIK KELAS VI SD NEGERI 2 PEMECUTAN TAHUN AJARAN 2025/2026

SKRIPSI

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

Oleh
I Kadek Irwan Candradinata
NIM 2216011087

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESAHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
2026

SKRIPSI

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

Menyetujui

Pembimbing I	Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. NIP.198501172008121001
Pembimbing II	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 menggunaan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitias 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

Skripsi oleh I Kadek Irwan Candradinata ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 29 September 2026

Dewan Penguji

Ketua	Ni Luh Putu Spyanawati, S.Pd., M.Pd. NIP.198403032008122004
Anggota	Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd. NIP.198705222015042004
Anggota	Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. NIP.198501172008121001
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 menggunaan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitias 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 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

Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
NIP.196805172001121001

- 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 menggunaan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitias 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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Berbasis IT Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Permainan Net (Bola Voli) Pada Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 2 Pemecutan Tahun Ajaran 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.

Denpasar, 25 juli 2026

Yang membuat pernyataan



I Kadek Irwan Candradinata

NIM 2116011087

KATA PERSEMBAHAN

Puji syukur ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat, karunia, dan tuntunan-Nya, sehingga seminar hasil skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Atas terselesaikannya seminar hasil 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 atas segala kasih 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 seminar hasil skripsi ini."

ALMAMATER

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

MOTTO

“Konsistensi Lebih Penting Dari Sekedar Motivasi”

(I Kadek Irwan Candradinata)

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahma-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Berbasis IT Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Permainan Net (Bola Voli) Pada Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 2 Pemecutan Tahun Ajaran 2025/2026"**.

Seminar hasil skripsi ini disusun guna dapat memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha. Dalam menyelesaikan seminar hasil skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan baik moral maupun materi dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd. Selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk kuliah di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., AIFO-P. selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha sekaligus sebagai Pembimbing Utama yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, MS, S.Or., M,Or. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. Selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.

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. I Made Agus Wijaya, M.Pd. Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. Ni Luh Putu Spyanawati, S.Pd., M.Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. Selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi sekaligus Pembimbing Wakil yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran dan motivasi selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
10. Dosen di lingkungan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dengan ikhlas dan sabar membagi ilmu kepada peneliti.
11. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penyelesaian seminar hasil skripsi penelitian ini.

Semoga seminar hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan seluruh kontribusi dari semua pihak mendapatkan pahala baik dari Ida Sang Hyang Widhi Wasa. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kata sempurna dan perlu pendalaman lebih lanjut. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan karya tulis ini. Penulis berharap tesis ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Denpasar, 25 Juli 2026

Peneliti

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 xi
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR LAMPIRAN xvi

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 8

BAB II KAJIAN PUSTAKA 9
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan 9
2.2 Capaian Pembelajaran (CP) PJOK Fase C 11
2.3 Permainan Bola Voli 12
2.3.1 Pengertian Permainan Bola Voli 12

2.3.2 Teknik Dasar Permaianan Bola Voli 13
2.4 Model Pembelajaran Problem Based Learning.....17
2.5 *Problem Based Learning* Berbasis Video Tutorial dalam PJOK.....20
2.6 Hasil Belajar.....25
2.7 Kajian Yang Relevan 29
2.8 Kerangka Berpikir.....31
2.9 Hipotesis Penelitian 34

BAB III METODE PENELITIAN 35
3.1 Rancangan Penelitian.....35
3.2 Prosedur Penelitian 39
3.3 Subjek Penelitian 46
3.4 Variabel dan Definisi Oprasional Variabel Penelitian.....47
3.5 Metode dan Instrumen Pengumpulan Data.....50
3.6 Uji Validitas Instrumen.....58
3.7 Kriteria Keberhasilan Tindakan.....62

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 64
4.1 Hasil Penelitian 64
4.1.1 Siklus I 64
4.1.2 Siklus II.....67
4.1.3 Rekapitulasi Peningkatan Hasil Belajar Antarsiklus 68
4.2 Pembahasan.....69
4.2.1 Analisis Peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik.....69
4.2.2 Keterkaitan Hasil Penelitian dengan Teori 70
4.2.3 Keterkaitan Hasil Penelitian dengan Penelitian Terdahulu 70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 72
5.1 Kesimpulan 72
5.2 Saran 74

DAFTAR RUJUKAN.....77

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Capaian Pembelajaran PJOK Fase C 11
Tabel 2.2 Sintaks Model PBL. 23
Tabel 3.1 Langkah – Langkah Model PBL Siklus I..... 41
Tabel 3.2 Langkah – Langkah Model PBL Siklus II 43
Tabel 3.3 Sintaks Model PBL 44
Tabel 3.6 Kisi-kisi Instrumen Pengetahuan 54
Tabel 3.7 Instrumen Hasil Belajar Pengetahuan 55
Tabel 3.8 Instrumen Hasil Belajar Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli .. 57
Tabel 3.9 Instrumen Hasil Belajar Keterampilan Servis Bawah Bola Voli..... 58
Tabel 3.10 Kategori Validitas Isi 59
Tabel 3.11 Kriteria Keberhasilan Belajar..... 63
Tabel 4.1 Rekapitulasi Hasil Belajar Prasiklus 66
Tabel 4.2 Rekapitulasi Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I 67
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I 68
Tabel 4.4 Rekapitulasi Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II 69
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II 70
Tabel 4.6 Rekapitulasi Hasil Belajar Antarsiklus.....73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Dasar Passing Bawah 15
Gambar 2.2 Teknik Dasar *Servis* Bawah 16
Gambar 2.3 Bagan Alur Penelitan 33
Gambar 3.1 Alur Penelitian Tindakan Kelas 36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas 79
Lampiran 2. Surat Izin Observasi..... 80
Lampiran 3. Surat Balasan Observasi 81
Lampiran 4. Surat Permohonan Penelitian..... 82
Lampiran 5. Surat Balasan Terkait Permohonan Penelitian..... 83
Lampiran 6. Dokumentasi Observasi Awal..... 84
Lampiran 7. Surat Rekomendasi Uji Validitas 85
Lampiran 8. Kisi-Kisi Instrument Penilaian Keterampilan 86
Lampiran 9. Kisi-Kisi Instrument Penilaian Kognitif..... 87
Lampiran 10. Nilai Kognitif Siklus I 88
Lampiran 11. Nilai Psikomotor Siklus I..... 89
Lampiran 12. Nilai Hasil Belajar Bola Voli Siklus I..... 90
Lampiran 13. Nilai Hasil Belajar Bola Voli Siklus II 91
Lampiran 14. Nilai Kognitif Siklus II 92
Lampiran 15. Nilai Psikomotor Siklus II 93
Lampiran 16. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Siklus I 94
Lampiran 17. Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Siklus II 95
Lampiran 18. Modul Ajar Siklus I 96
Lampiran 19. Modul Ajar Siklus II 97
Lampiran 20. Dokumentasi peneitian 98