

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING* (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN
BOLA VOLI SISWA KELAS XI IPA 2 SMA NEGERI 17 GARUT**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



oleh
Mochamad Iqbal Fadila
1904779

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM
BASED LEARNING* (PBL) UNTUK MENINGKATKAN
HASIL PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA KELAS XI
IPA 2 SMA NEGERI 17 GARUT**

Oleh
Mochamad Iqbal Fadila

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Bahasa dan Seni

© Mochamad Iqbal Fadila 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
September 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Mochamad Iqbal Fadila
1904779

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED
LEARNING (PBL)* UNTUK MENINGKATKAN HASIL
PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA KELAS XI IPA 2 SMA
NEGERI 17 GARUT**

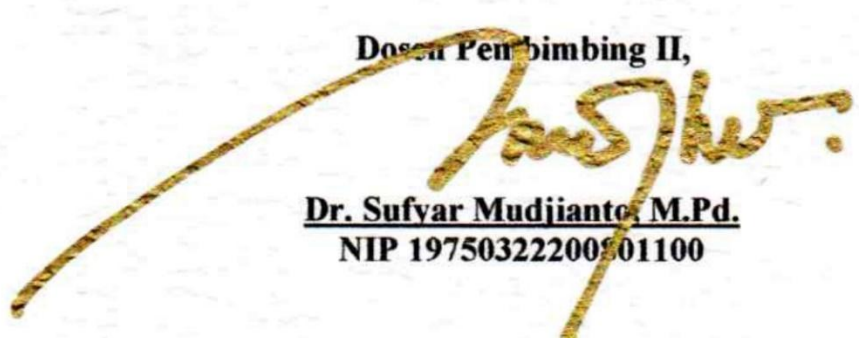
Disetujui dan disahkan oleh pembimbing akademik:

Dosen Pembimbing I



Dr. Jajat Darajat, M. Kes., AIFO
NIP 197603022005011002

Dosen Pembimbing II,



Dr. Sufyar Mudjianto, M.Pd.
NIP 19750322200501100

Mengetahui
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Dr. H. Carsiwan, M.Pd.
NIP 19710105200212100

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dalam meningkatkan hasil belajar bola voli pada siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 17 Garut. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah 32 siswa kelas XI IPA 2. Instrumen yang digunakan meliputi tes keterampilan, lembar observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada hasil belajar siswa setelah diterapkannya model PBL. Pada siklus I, ketuntasan belajar siswa mencapai 69,44%, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 88,88%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penerapan model PBL dapat menciptakan suasana belajar yang aktif, kolaboratif, serta mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam permainan bola voli. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) efektif dalam meningkatkan hasil belajar bola voli siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 17 Garut, serta dapat dijadikan alternatif strategi pembelajaran dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani.

Kata Kunci: *Problem Based Learning*, hasil belajar, bola voli.

ABSTRACT

This study aims to investigate the implementation of the *Problem Based Learning* (PBL) model in improving volleyball learning outcomes among Grade XI Science 2 students at SMA Negeri 17 Garut. The research employed a Classroom Action Research (CAR) design conducted in two cycles, consisting of planning, implementation, observation, and reflection stages. The subjects of this study were 32 students from Grade XI Science 2. The instruments used included skill tests, observation sheets, and documentation. The results revealed a significant improvement in students' learning outcomes after the implementation of the PBL model. In the first cycle, the students' learning mastery reached 69.44%, which increased to 88.88% in the second cycle. These findings indicate that the PBL model fosters an active and collaborative learning environment, while also enhancing students' understanding and skills in volleyball. In conclusion, the *Problem Based Learning* (PBL) model is effective in improving volleyball learning outcomes among Grade XI Science 2 students at SMA Negeri 17 Garut and can serve as an alternative teaching strategy in Physical Education.

Keywords: *Problem Based Learning*, learning outcomes, volleyball.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
1.4.3 Manfaat Kebijakan	7
1.4.4 Manfaat Isu dan Aksi Sosial.....	7
1.5 Struktur Organisasi Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
2.1 Landasan Teori	9
2.1.1 Pengertian (Hakikat) Pembelajaran.....	9
2.1.2 Model Pembelajaran.....	11
2.1.3 Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL).....	17
2.1.4 Pembelajaran Bola Voli	25
2.1.5 Teknik Passing Atas	30
2.1.6 Metode dan Model Pembelajaran pada Teknik Bola Voli	35
2.1.7 Hasil Belajar dalam Pendidikan Jasmani	36
2.1.8 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar	39

2.1.9 Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	41
2.2 Landasan Filosofis dan Teoritis.....	45
2.2.1 Landasan Filosofis Model PBL.....	45
2.2.2 Landasan Teoritis tentang Pembelajaran Aktif dan Kontekstual	46
2.2.3 Teori Belajar yang Mendukung PBL (misal: Konstruktivisme)	46
2.3 Studi Terdahulu Yang Relevan.....	47
2.4 Kerangka Berpikir	48
2.5 Hipotesis	50
BAB III METODE PENELITIAN.....	52
3.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian	52
3.2 Subjek dan Lokasi Penelitian.....	53
3.3 Desain Penelitian	54
3.4 Prosedur Penelitian	56
3.5 Penerapan Prosedur PTK dalam Penelitian	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	78
4.1 Hasil Penelitian.....	78
4.1.1 Kondisi Awal.....	78
4.1.2 Data Siklus I.....	78
4.1.3 Data Siklus II.....	90
4.2 Pembahasan	102
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	105
5.1 Kesimpulan.....	105
5.2 Saran	106
DAFTAR PUSTAKA	108
LAMPIRAN.....	110

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sintak Problem Based Learning.....	21
Tabel 4.1 Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus I.....	84
Tabel 4.2 Hasil Observasi Aktivitas Siswa.....	84
Tabel 4.3 Rerata Skor Observasi Aspek Aktivitas (skala 1–4) Siklus I	85
Tabel 4.4 Hasil Penilaian Teknik Passing Atas Siklus I	86
Tabel 4.5 Hasil Observasi Aktivitas Guru — Siklus II.....	95
Tabel 4.6 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	95
Tabel 4.7 Rerata Skor Observasi Aspek Aktivitas (skala 1–4) Siklus II	96
Tabel 4.8 Hasil Penilaian Teknik Passing Atas Siklus II.....	97
Tabel 4.9 Rangkuman Hasil Penelitian Pratindakan, Siklus I, dan Siklus II	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Diagram Kerangka Berpikir	50
Gambar 3.1: Siklus Penelitian.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Sidang Skripsi	112
Lampiran 2 Surat permohonan izin penelitian	121
Lampiran 3 Dokumentasi Skripsi.....	122

DAFTAR PUSTAKA

- Salleh, S. M., & Aiman, N. F. (2015). Enhancing students' motivation through problem-based learning. *International Education Studies*, 8(8), 62–68.
- Sanjaya, W. (2014). *Penelitian tindakan kelas*. Kencana.
- Suharsimi Arikunto. (2018). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan*. Bumi Aksara.
- Wiriaatmadja, R. (2010). *Metode penelitian tindakan kelas*. Remaja Rosdakarya.
- Albanese, M. A., & Mitchell, S. (1993). Problem-based learning: A review of literature on its outcomes and implementation issues. *Academic Medicine*, 68(1), 52–81.
- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (Eds.). (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's Taxonomy of educational objectives*. Longman.
- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (10th ed.). McGraw-Hill.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi Revisi). Rineka Cipta.
- Barrows, H. S. (1996). Problem-based learning in medicine and beyond: A brief overview. *New Directions for Teaching and Learning*, 1996(68), 3–12.
- Barrows, H. S., & Tamblyn, R. M. (1980). *Problem-based learning: An approach to medical education*. Springer.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2018). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
- Borg, W. R., & Gall, M. D. (2003). *Educational research: An introduction* (7th ed.). Allyn & Bacon.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8th ed.). Routledge.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE.
- Dolmans, D. H. J. M., Loyens, S. M. M., Marcq, H., & Gijbels, D. (2016). Deep and surface learning in problem-based learning: A review of the literature. *Advances in Health Sciences Education*, 21, 1087–1112.
- Duch, B. J., Groh, S. E., & Allen, D. E. (Eds.). (2001). *The power of problem-based learning*. Stylus.
- Fédération Internationale de Volleyball. (2016). *FIVB coaches manual—Level I*. FIVB.
- Gijbels, D., Dochy, F., Van den Bossche, P., & Segers, M. (2005). Effects of problem-based learning: A meta-analysis from the angle of assessment. *Review of Educational Research*, 75(1), 27–61.
- Hmelo-Silver, C. E. (2004). Problem-based learning: What and how do students learn? *Educational Psychology Review*, 16, 235–266.
- Joyce, B., Weil, M., & Calhoun, E. (2015). *Models of teaching* (9th ed.). Pearson.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2014). *The action research planner* (Revised ed.). Springer.
- Magill, R. A., & Anderson, D. I. (2017). *Motor learning and control: Concepts and*
- Mochamad Iqbal Fadila, 2025
IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA KELAS XI IPA 2 SMA NEGERI 17 GARUT
 Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- applications (11th ed.). McGraw-Hill.
- Metzler, M. W. (2017). *Instructional models for physical education* (3rd ed.). Routledge.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE.
- SHAPE America – Society of Health and Physical Educators. (2014). *National standards & grade-level outcomes for K–12 physical education*. Human Kinetics.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2016). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah*. Kemendikbud.
- Pribadi, B. A. (2017). *Model desain sistem pembelajaran*. Dian Rakyat.
- Prawiradilaga, D. S. (2016). *Desain dan pengembangan pembelajaran: Teori dan praktik*. Kencana.
- Rink, J. E. (2014). *Teaching physical education for learning* (7th ed.). McGraw-Hill.
- Schmidt, R. A., Lee, T. D., Winstein, C. J., Wulf, G., & Zelaznik, H. N. (2018). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (6th ed.). Human Kinetics.
- Schmidt, H. G., Rotgans, J. I., & Yew, E. H. J. (2011). The process of problem-based learning: What works and why. *Medical Education*, 45(8), 792–806.
- Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). *Developing teaching skills in physical education* (4th ed.). Waveland Press.
- Smaldino, S. E., Lowther, D. L., Mims, C., & Russell, J. D. (2019). *Instructional technology and media for learning* (12th ed.). Pearson.
- Strobel, J., & van Barneveld, A. (2009). When is PBL more effective? A meta-synthesis of meta-analyses comparing PBL to conventional classrooms. *Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 3(1), 44–58.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2013). *Metode penelitian pendidikan*. Remaja Rosdakarya.
- Trianto. (2014). *Mendesain model pembelajaran inovatif-progresif: Konsep, landasan, dan implementasinya pada kurikulum 2013*. Kencana.
- Widiastuti. (2017). *Tes dan pengukuran olahraga*. Rajagrafindo Persada.
- Widoyoko, E. P. (2012). *Evaluasi program pembelajaran*. Pustaka Pelajar.
- Wulf, G. (2013). Attentional focus and motor learning: A review of 15 years. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 77–104.
- Yew, E. H. J., & Goh, K. (2016). Problem-based learning: An overview of its process and impact on learning. *Health Professions Education*, 2(2), 75–79.
- Shondell, D., & Reynaud, C. (Eds.). (2002). *The volleyball coaching bible*. Human Kinetics.
- Papageorgiou, A., & Spitzley, W. (2003). *The science of volleyball practice development and drills*. Meyer & Meyer Sport.
- Savery, J. R. (2006). Overview of problem-based learning: Definitions and distinctions. *Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 1(1), 9–20.

Mochamad Iqbal Fadila, 2025

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) UNTUK MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA KELAS XI IPA 2 SMA NEGERI 17 GARUT
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Prince, M. (2004). Does active learning work? A review of the research. *Journal of Engineering Education*, 93(3), 223–231.
- Graham, G., Holt/Hale, S. A., & Parker, M. (2013). *Children moving: A reflective approach to teaching physical education* (9th ed.). McGraw-Hill.
- FIVB. (2015). *Volleyball coaching manual: Advanced training concepts*. FIVB Development