

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Pengaruh Model *Project Based Learning* terhadap Kemampuan *Self Regulated Learning* Peserta Didik di SMPN 1 Lembang**", beserta dengan isinya adalah benar-benar sepenuhnya karya saya sendiri tidak ada didalamnya yang termasuk kriteria plagiat dari karya orang lain, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

**Bandung, Juli 2017**

**Risa Roseli**  
**NIM. 1303623**

## ABSTRAK

**Risa Roseli NIM. 1303623. Skripsi: Pengaruh Model *Project Based Learning* terhadap Kemampuan *Self Regulated Learning* Peserta didik di SMPN 1 Lembang. Skripsi ini dibimbing oleh Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd. Program Studi PJKR. Universitas Pendidikan Indonesia.**

Inti dari pendidikan adalah untuk meningkatkan kemampuan *self regulated learning*. Suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh model *project based learning* terhadap kemampuan *self regulated learning* peserta didik pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan menerapkan konsep model *project based learning* pada tiga puluh orang peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan tiga puluh orang peserta didik sebagai kelompok kontrol untuk mengetahui dampak *self regulated learning* peserta didik. Melalui desain *pretest posttest control group design* dan instrumen pengukuran yang diadaptasi dari *Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) self regulation learning* diantaranya pemikiran, kinerja dan refleksi diri. analisis *uji paired t-test* menunjukkan bahwa penerapan model *project based learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *self-regulated learning* peserta didik. Hal ini menunjukkan bahwa pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah perlu dikondisikan dalam suasana pengalaman belajar dengan pembelajaran berbasis proyek.

**Kata Kunci:** Pembelajaran, *Project Based Learning*, *Self Regulated Learning*.

## ABSTRACT

**Risa Roseli NIM. 1303623. Thesis: The Effect Of Project Based Learning Model On Student's Self Regulated Learning Ability in Physical Education, Sport and Health Learning At Lembang 1 Junior High School. This Thesis is guided by Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd. PJKR Study Program. Indonesia University of Education.**

The core of education is to increase self regulated learning ability. A research that aims to determine the effect of project based learning model on the self-regulated learning students on learning physical education sports and health by applying the concept of project based learning model to thirty students as experiment group and thirty students as control group to know the impact of self regulated learning of students. Through pretest posttest control group design design and measurement instruments adapted from Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) self regulation learning such as thinking, performance and self reflection. Analysis of paired t-test shows that the implementation of project based learning model gives a significant influence on the of self-regulated learning students. This reseach shows that the teaching of physical education sport and health in schools needs to be conditioned in an atmosphere of learning experience with project-based learning.

**Keywords:** Learning, Project Based Learning, Self Regulated Learning.

## KATA PENGANTAR



Puji syukur mari kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, tidak lupa shalawat dan salam semoga tetap tercurah pada Nabi akhir zaman Muhammad SAW, kepada keluarga, para sahabat dan seluruh umatnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan tugas akhir untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FPOK UPI.

Skripsi ini berjudul "Pengaruh Model *Project Based Learning* terhadap Kemampuan *Self Regulated Learning* Peserta didik di SMPN 1 Lembang". Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari perlakuan yang diberikan kepada kelas eksperimen yaitu kelas yang diberikan perlakuan berupa penerapan model *project based learning* dengan kelas pembanding atau kelompok kontrol yaitu pembelajaran konvensional terhadap kemampuan *Self Regulated Learning*. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam kelancaran menyelesaikan skripsi ini.

Walaupun sederhana, kritik yang membangun sangat peneliti harapkan. Peneliti menyadari akan kelemahan dan kekurangannya. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang bersifat membangun akan diterima dengan penuh terima kasih. Semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi pembaca. Amin..

Bandung, Juli 2017

RISA ROSELI, 2017  
PENGARUH MODEL PROJECT BASED LEARNING TERHADAP KEMAMPUAN SELF REGULATED  
LEARNING PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SMPN 1 LEMBANG

universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.eduiv

Peneliti

**RISA ROSELI, 2017**  
***PENGARUH MODEL PROJECT BASED LEARNING TERHADAP KEMAMPUAN SELF REGULATED  
LEARNING PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SMPN 1 LEMBANG***

universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

## UCAPAN TERIMA KASIH

Selama proses penyusunan dan penelitian skripsi ini, penulis tidak terlepas dari berbagai kendala dan hambatan. Namun berkat rahmat dan hidayah-Nya serta usaha yang telah dilakukan selama proses bimbingan yang diberikan arahan oleh dosen pembimbing akhirnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Ucapan terimakasih saya ucapkan kepada seluruh pihak yang telah membantu saya baik secara moril maupun materil selama penyusunan skripsi ini. Ucapan terimakasih saya ucapkan kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kuasa-Nya sehingga penelitian ini diberikan kelancaran dan kemudahan selama proses penyelesaian. Dan sebagai satu-satunya Tuhan yang menjadikan semuanya terjadi, menjadi segalanya bagi saya.
2. Kepada kedua orangtua angkat yang seperti orangtua kandung yaitu Bapak Dulhadi dan Ibu Rohati dan kedua orangtua kandung Bapak Saadudin (alm) dan Ibu Eeng Sumiati, keempatnya tidak pernah putus untuk mendoakan saya agar sehat dan selalu berada dalam lindungan Allah SWT, mendoakan kelancaran dalam proses penyelesaian skripsi ini, selalu memberikan semangat untuk tetap berjuang, selalu memberikan perhatian, memberikan didikan yang tegas, dan motivasi yang tinggi serta menyediakan segala kebutuhan saya.
3. Kepada adik saya, Inggrid Selsya yang sangat saya sayangi karena telah memberikan do'a, perhatian dan pengertian untuk saya serta telah menjadi sumber semangat dan kebahagiaan bagi saya.
4. Kepada para pejabat yang berada di UPI, terutama di FPOK. Khususnya pada Bapak Prof. Dr. H. Adang Suherman, MA. selaku Dekan FPOK UPI atas izin dan rekomendasinya kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.

5. Bapak Dr. Eka Nugraha, M.Kes, AIFO selaku ketua jurusan pendidikan olahraga, atas izin dan rekomendasinya kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.
6. Bapak Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd selaku ketua prodi PJKR sekaligus pembimbing skripsi dan selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan bimbingan, arahan, didikan, dan motivasi untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh dosen dan staf program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FPOK UPI yang telah memberikan ilmunya, dan atas bantuan yang diberikan selama penulis menyelesaikan studi di kampus FPOK UPI.
8. Bapak H. Ayep Taryana, S.Pd., M.Si selaku Kepala SMPN 1 Lembang yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian.
9. Bapak Toto Sastrawinata WF, S.Pd., selaku guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN 1 Lembang yang telah membantu dan memberikan izin dalam pelaksanaan pengambilan data penelitian.
10. Peserta didik kelas VIII SMPN 1 Lembang Kabupaten Bandung yang telah membantu saya dalam melaksanakan penelitian sehingga memperoleh data dalam penyusunan skripsi ini.
11. Kepada akang dan tete senior khususnya teh Tisha Wanindiatami, S.Pd. yang selalu memberikan dukungan dan motivasinya selama penulis menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
12. Kakak adik dan keponakan tercinta, Mira Novianti, Wulandari, A. Md., Erina Putri dan Essya Dheanisya atas segala do'a dan motivasinya sehingga saya bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Rekan-rekan seperjuangan PJKR 2013, khususnya PJKR B 2013, *ladies* PJKR B 2013 dan penghuni kosan geger arum PJKR B 2013. Yang telah menemani untuk berjuang bersama baik di dalam dan di luar perkuliahan.

14. Sahabat sahabat tercinta, Euis Alfiani, Utari Widyasriani Rahayu, Frizka Sumardiansyah, Risma Aprilia, dan Kusumiadi yang telah menemani, memberikan semangat do'a dan dukungannya.
15. Bapak Nandang Syahrudin, S.Pd. (alm), Ibu Popon Urmayanti, S.Pd. Bapak Edy Waluyo S.Pd., Ibu Diah Wijayanti, S.Pd. dan rekan-rekan Hockey Karawang yang telah mendoakan mendukung dan memberikan semangat serta kebahagiaan canda tawa kepada saya.
16. Rekan-rekan UKM Hockey UPI, yang saya banggakan Retno Putri Waluyan Wijaya, kak Raisa Martika Tamara S.Pd, kak Edwin Saprudin Basri, kak Dessy Eka Wulansari S.Pd, Desi Handayani, Dewi Fitri Juwita, Siti Anisa, Adi Maulana Mahmud dll. Terimakasih atas do'a dan dukungan semangatnya.
17. Rekan seperjuangan, sahabat sahabat tercinta Rani Emiliana Sabatini, Sari Rachmawati Utami, Rezki Adam Mutaqin, S.Pd, Yadi Setiadi, Rio Ikas Pambudi, Lutfi Ruhiat Muslich dan Wira Hakim Algofi selama di kelas PJKR B dan selalu ada ketika saya melaksanakan penyelesaian penelitian ini, memberikan semangat yang tidak pernah habis dan selalu memberikan saya alasan untuk dapat tertawa sehingga saya bersemangat kembali dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
18. Rekan himpunan, PPL dan KKN yang sudah membantu dan memberikan motivasi kepada penulis dalam penelitian dan menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
19. Firda Khoerul Ikhsan, saya ucapkan terimakasih atas kesetiiaannya yang selalu mendampingi, menjaga, memotivasi, mambantu, dan selalu sabar dalam memberikan dorongan semangat. Semoga kebersamaan kita di Ridhoi oleh Allah SWT.
20. Dan kepada semua pihak-pihak yang telah membantu dan yang tidak bisa saya ucapkan satu per satu.



**RISA ROSELI, 2017**  
**PENGARUH MODEL PROJECT BASED LEARNING TERHADAP KEMAMPUAN SELF REGULATED**  
**LEARNING PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN**  
**PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN**  
**DI SMPN 1 LEMBANG**

universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)