

**MENINGKATKAN KEAKTIFAN BELAJAR PJOK
MELALUI STRATEGI PEMBELAJARAN KOOPERATIF
BERBASIS PERMAINAN BOLA KECIL
DI KELAS V SDN 1 LANDASAN ULIN UTARA**



Oleh:

Dea Arfina

Nim. 2210122220020

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
BANJARBARU**

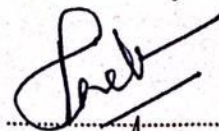
2026

HALAMAN PERSETUJUAN UJI KELAYAKAN
MENINGKATKAN KEAKTIFAN BELAJAR PJOK
MELALUI STRATEGI PEMBELAJARAN KOOPERATIF
BERBASIS PERMAINAN BOLA KECIL
DI KELAS V SDN 1 LANDASAN ULIN UTARA

Oleh :

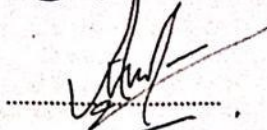
Dea Arfina
NIM 2210122220020

Pembimbing Utama :
Dr. Herita Warni, M. Pd.
NIP. 196305151992032001



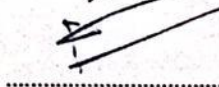
14/2/2026

Pembimbing Pendamping :
Akhmad Amirudin, S. Pd., M. Pd.
NIP. 199202112024211001

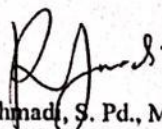


12/2/2026

Penguji :
Dr. Arie Rakhman, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197602182005011005



Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru,



Dr. Rahmadi, S. Pd., M. Pd.
NIP. 197807312002121001

HALAMAN PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji
Jurusan Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada tanggal 30 Juli 2026

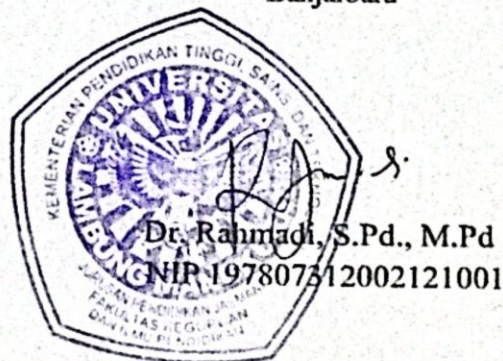
Dewan Penguji

1. Dr. Herita Warni, S.Pd., M.Pd.
2. Akhmad Amirudin, S.Pd., M.Pd.
3. Dr. Arie Rakhman, S.Pd., M.Pd.

(Ketua).....
(Sekretaris).....
(Anggota).....

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap : Dea Arfina

NIM : 2210122220020

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini saya nyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di surat perguruan tinggi, dan sepanjang pengatahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacudalam naskah ini dan di sebutkan dalam daftar Pustaka.

Banjarbaru, 31 Agustus 2026



Dea Arfina

ABSTRAK

Rendahnya partisipasi peserta didik kelas V di SDN 1 Landasan Ulin Utara dalam mengikuti aktivitas pembelajaran dapat memengaruhi pencapaian tujuan pembelajaran. Walaupun telah banyak riset yang mengulas penerapan model pembelajaran kolaboratif maupun aktivitas berbasis permainan dalam PJOK, studi yang mengintegrasikan pembelajaran kolaboratif dengan permainan bola kecil guna mendorong keaktifan belajar siswa sekolah dasar masih tergolong jarang. Studi ini berfokus pada evaluasi dampak model pembelajaran kolaboratif yang memanfaatkan permainan bola kecil terhadap tingkat keaktifan belajar para siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan One Group Pretest–Posttest Design. Penelitian dilaksanakan pada 18–25 Mei 2026, semester 2 tahun ajaran 2025/2026. Seluruh peserta didik kelas V yang berjumlah 30 orang dijadikan subjek penelitian. Data dikumpulkan melalui lembar observasi keaktifan belajar yang telah memperoleh penilaian dari validator sebelum digunakan dalam penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial melalui uji normalitas Shapiro–Wilk, uji homogenitas Levene, serta Paired Sample t-test dengan bantuan IBM SPSS Statistics 26. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor keaktifan belajar dari 23,17 menjadi 34,07 setelah pembelajaran diterapkan. Pengujian hipotesis menghasilkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif berbasis permainan bola kecil berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keaktifan belajar peserta didik. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan tersebut layak diterapkan sebagai alternatif pembelajaran PJOK untuk mendorong partisipasi aktif dan meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dasar.

Kata Kunci: Keaktifan Belajar, Pembelajaran Kooperatif, Permainan Bola Kecil.

ABSTRACT

The low participation of fifth-grade students at SDN 1 Landasan Ulin Utara in learning activities may affect the achievement of learning objectives. Although numerous studies have examined the implementation of collaborative learning models and game-based activities in Physical Education, Sports, and Health (PJOK), studies integrating collaborative learning with small-ball games to encourage active learning among elementary school students remain relatively limited. This study focuses on evaluating the effect of a collaborative learning model utilizing small-ball games on students' learning activity levels. The study employed a quantitative approach with a One Group Pretest–Posttest Design. The research was conducted from May 18 to 25, 2026, during the second semester of the 2025/2026 academic year. All 30 fifth-grade students were included as research subjects. Data were collected using a learning activity observation sheet that had been assessed by validators prior to its use in the study. Data analysis was conducted using descriptive and inferential statistics, including the Shapiro–Wilk normality test, Levene's homogeneity test, and Paired Samples t-test, with the assistance of IBM SPSS Statistics 26. The results showed an increase in the mean learning activity score from 23.17 to 34.07 following the implementation of the learning model. Hypothesis testing yielded a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant difference between the scores before and after the treatment. These findings suggest that cooperative learning based on small-ball games can serve as an alternative approach to improving student learning activity in Physical Education at the elementary school level.

Keywords: Learning Engagement, Cooperative Learning, Small-Ball Games, Physical Education, Elementary School.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Meningkatkan Keaktifan Belajar PJOK Melalui Strategi Pembelajaran Kooperatif Berbasis Permainan Bola Kecil di Kelas V SDN 1 Landasan Ulin Utara”. Proposal penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani. Penyusunan proposal penelitian ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Rahmadi, S. Pd., M. Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan arahan, motivasi, dan bimbingan akademik kepada penulis selama menempuh pendidikan.
2. Ibu Dr. Herita Warni, S. Pd., M. Pd., selaku Dosen Pembimbing Utama, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, saran, serta koreksi yang sangat berarti dalam penyusunan proposal penelitian ini.
3. Bapak Akhmad Amirudin, S. Pd., M. Pd., selaku Dosen Pembimbing Pendamping, yang telah memberikan meluangkan waktu, masukan, arahan, dan dukungan demi penyempurnaan proposal penelitian ini.
4. Bapak Dr. Arie Rakhman, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Penguji, yang telah memberikan saran, masukan, dan arahan yang konstruktif sehingga membantu penyempurnaan proposal penelitian ini.
5. Kepala Sekolah, guru PJOK, serta seluruh siswa kelas Va SDN 1 Landasan Ulin Utara yang telah memberikan izin, bantuan, dan kerja sama selama pelaksanaan penelitian.
6. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan studi.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani yang telah memberikan dukungan, semangat, dan kebersamaan selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan karya ini. Akhir kata, penulis berharap semoga Allah Swt. senantiasa memberikan keberkahan atas segala usaha dan niat baik kita semua. Aamiin ya Rabbal ‘alamin.

Banjarbaru, 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
ABSTRACT.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	3
E Tujuan Penelitian.	3
F. Kegunaan Hasil Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Deskripsi Teoritis	6
1. Konsep Pendidikan Jasmani.....	6
2. Definisi Keaktifan Belajar dalam PJOK	6
3. Pembelajaran kooperatif (cooperative learning).....	8
4. Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran PJOK	10
5. Hubungan Antara Strategi Kooperatif dan Keaktifan Belajar...11	
B. Hasil Penelitian yang Relevan	13
C. Kerangka Teoretik	14
D. Hipotesis Penelitian	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	18
A. Tempat dan Waktu Penelitian	18
B. Metode Penelitian.....	18
C. Populasi dan Sampel	19
D. Rancangan Perlakuan.....	21

E. Teknik Pengumpulan Data	23
1. Instrumen Variabel Terikat (Keaktifan Belajar Siswa)	24
a. Definisi Konseptual	24
b. Definisi Operasional	24
c. Kisi – kisi Instrumen	25
d. Jenis Instrumen	27
e. Uji Validitas dan Reliabilitas	30
2. Instrumen Variabel Bebas	33
a. Definisi Konseptual	33
b. Definisi Operasional	33
F. Teknik Analisis Data	34
H. Hipotesis Statistika	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Deskripsi Data	39
B. Uji Persyaratan Analisis	42
C. Hasil Pengujian Hipotesis	43
D. Pembahasan Hasil Penelitian	45
BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan	48
B. Implikasi	48
C. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi-Kisi Instrumen Observasi Keaktifan Belajar Siswa.....	26
Table 3.2. Observasi Keaktifan	27
Tabel 3.3. Kategori keaktifan belajar.....	30
Tabel 4.1 Hasil Pretest kelas Va SDN 1 Lanadasan ulin Utara.....	39
Tabel 4.2 Hasil Posttest kelas Va SDN 1 Lanadasan ulin Utara.....	40
Table 4.3 Deskriptif statistic pretest dan posttest.....	41
Tabel 4.4 Uji Normalitias.....	42
Tabel 4.5 Uji Homogenitas.....	43
Tabel 4.6 Paired Sample t-Test.....	44