

**MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED LEARNING FOREHAND*  
SMASH BULUTANGKIS SISWA KELAS X SMKN 1 KOTA SERANG**



*Intelligentia - Dignitas*

**MOCHAMAD BASTIAN  
1606823039**

Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

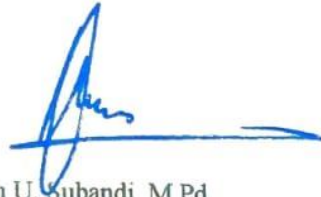
Untuk Mendapatkan Gelar Magister

**MAGISTER**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2025**

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING  
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Dr. Oman U. Subandi, M.Pd.

Tanggal : 24 Feb 2025

Pembimbing II



Prof, Dr. Samsudin, M.Pd.

Tanggal : 24 Feb 2025

Nama

Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, S.Pd, M.Pd.

(Ketua)<sup>1</sup>




(Tanda tangan)

.....

(Tanggal)

Dr. Sujarwo, M.Pd.

(Koordinator Prodi)<sup>2</sup>



(Tanda tangan)

25 Feb 2025

(Tanggal)

Nama : Mochamad Bastian

No. Registrasi : 1606823039

Tanggal Lulus :

Angkatan : 2023

<sup>1</sup> Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta

<sup>2</sup> Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING  
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN SIDANG TESIS**

Pembimbing I

Pembimbing II



**(Dr. Oman U. Subandi, M.Pd)**  
Tanggal: 12 Feb 2025



**(Prof. Dr. Samsudin, M.Pd)**  
Tanggal : 10 Feb 2025






Mengetahui.  
Koordinator Program Studi  
Magister Pendidikan Jasmani  
FIK UNJ



**Dr. Sujarwo, M.Pd**  
Tanggal : 12 Feb 2025

Nama : Mochamad Bastian  
No. Reg : 1606823039  
Tahun Angkatan : 2023

**LEMBAR PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN  
UJIAN TESIS**

No	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dr. Sujarwo, M. Pd (Ketua)		21/2 2025
2	Dr. Oman US, M.Pd (Pembimbing 1)		21/2 2025
3	Prof, Dr. Samsudin, M.Pd (Pembimbing 2)		21/2 2025
4	Dr. Iwan Hermawan S.Pd, M.Pd (Penguji)		21/2 2025
5	Dr. Setyo Purwanto, M.Pd (Penguji)		21/2 2025

Judul Tesis :  
Model Pembelajaran *Project Based Learning Forehand Smash* Bulutangkis Siswa kelas X SMKN  
1 Kota Serang

Nama : Mochamad Bastian  
Nomor Registrasi : 1606823039

## SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Mochamad Bastian  
NIM : 1606823039  
Tempat/Tanggal Lahir : Serang, 22 Desember 1987  
Program : Magister  
Program Studi : Magister Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “ Model Pembelajaran *Project Based Learning Forehand Smash* Bulutangkis Siswa Kelas X SMKN 1 Kota Serang” merupakan karya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Magister Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 10 Februari 2025

Yang menyatakan



Mochamad Bastian

(1606823039)





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mochamad Bastian  
NIM : 1606823039  
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan/Magister Pendidikan Jasmani (S2)  
Alamat email : mochamadbastian87@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED LEARNING FOREHAND SMASH*  
BULUTANGKIS SISWA KELAS X SMKN 1 KOTA SERANG

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 Maret 2025  
Penulis

( Mochamad Bastian )

# **MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED LEARNING FOREHAND SMASH* BULUTANGKIS SISWA KELAS X SMKN 1 KOTA SERANG**

Mochamad Bastian

*Magister Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*

*Universitas Negeri Jakarta ,*

*Jakarta, Indonesia*

*Jl. Rawamangun Muka Jakarta Timur Indonesia 13220*

Mochamadbastian\_1606823039@mhs.unj.ac.id

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran *forehand smash* bulutangkis menggunakan salah satu model pembelajaran, yaitu model pembelajaran *project based learning*. Dimana model pembelajaran ini menghasilkan sebuah *project* yang dibuat oleh siswa yaitu berupa model-model latihan *forehand smash* bulutangkis. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2024 dan Januari 2025, yang bertempat di lapangan SMKN 1 Kota Serang, yang diikuti oleh 40 siswa SMK Kelas X. Instrumen yang digunakan adalah instrumen model pembelajaran dan instrumen teknik dasar *forehand smash* bulutangkis yang telah di validasi oleh ahli pembelajaran dan ahli bulutangkis. Berdasarkan data awal dari hasil *pre test* diperoleh rata-rata 47,44%, kemudian setelah diberikan pembelajaran dalam penelitian untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *forehand smash* bulutangkis selama 8 kali pertemuan, dilakukan tes akhir (*post test*) dengan diperoleh rata-rata 83,13%. Dengan begitu terdapat peningkatan keterampilan teknik dasar *forehand smash* bulutangkis pada siswa SMK kelas X. Maka dapat disimpulkan bahwa : Model Pembelajaran *forehand smash* bulutangkis siswa kelas X SMK layak dan dapat digunakan sebagai panduan guru. Model Pembelajaran *forehand smash* bulutangkis siswa kelas X SMK efektif dan dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Kata Kunci : Model Pembelajaran, model latihan, *forehand smash*.

# **MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED LEARNING FOREHAND SMASH* BULUTANGKIS SISWA KELAS X SMKN 1 KOTA SERANG**

Mochamad Bastian

*Magister Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*

*Universitas Negeri Jakarta ,*

*Jakarta, Indonesia*

*Jl. Rawamangun Muka Jakarta Timur Indonesia 13220*

Mochamadbastian\_1606823039@mhs.unj.ac.id

## **Abstract**

This research aims to increase the effectiveness of badminton forehand smash learning using one learning model, namely the project based learning model. Where this learning model produces a project created by students, namely in the form of badminton forehand smash training models. This research was carried out in December 2024 and January 2025, which took place at the SMKN 1 Serang City field, which was attended by 40 Class Based on initial data from the pre-test results, an average of 47.44% was obtained, then after being given learning in research to improve basic badminton forehand smash technique skills over 8 meetings, a final test (post test) was carried out with an average of 83.13%. In this way, there is an increase in basic forehand smash badminton technique skills in class X vocational school students. So it can be concluded that: The learning model for class The badminton forehand smash learning model for class X vocational school students is effective and can be used in physical education learning.

Keywords: Learning model, training model, forehand smash.



## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karunianya sehingga penulis bisa menyelesaikan Tesis yang berjudul **“MODEL PEMBELAJARAN *PROJECT BASED LEARNING FOREHAND SMASH* BULUTANGKIS SISWA KELAS X SMKN 1 KOTA SERANG”**. Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat menempuh tahapan akhir untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) Program Studi Pendidikan Jasmani, PASCASARJANA Universitas Negeri Jakarta.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada yang terhormat Bapak Dr. Sujarwo, M.Pd, selaku Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani, Bapak Dr. Oman, US, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 1, Bapak Prof. Dr. Samsudin selaku Dosen Pembimbing 2, Bapak Prof. Dr. Taufik Rihatno, M.Pd selaku pakar/ahli, Bapak Dr. Iwan Hermawan selaku pakar/ahli, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan tesis ini. Terimakasih pula kepada keluarga, teman – teman seperjuangan, rekan kerja, siswa-siswi dan lain – lain yang telah banyak membantu dalam penyelesaian studi di Program Studi Magister Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Tesis ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar tesis ini dapat lebih baik lagi. Akhir kata penulis berharap tesis ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan kepada para pembaca pada umumnya dan pada penulis khususnya.

Jakarta, Februari 2025

Penulis,

Mochamad Bastian

## DAFTAR ISI

COVER .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN YUDISIUM .....	ii
LEMBAR PESETUJUAN UJIAN SIDANG TESIS.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN UJIAN.....	iv
SURAT ORISINILITAS KARYA ILMIAH .....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	10
C. Perumusan Masalah .....	10
D. Kegunaan Hasil Penelitan .....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK.....</b>	<b>11</b>
A. Konsep Pelaksanaan Penelitian.....	11
B. Konsep Model yang diterapkan .....	12
C. Kerangka Teoretik .....	13
1. Model Pembelajaran .....	13
2. Pengertian <i>Project Based Learning</i> .....	15
3. Bulutangkis .....	19
4. <i>Smash</i> .....	22
D. Rancangan Model .....	26
E. Alur Model PJBL .....	27
1. Tahapan Gerakan Forehand Smash .....	27
F. Karakteristik Siswa SMK.....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>

A. Tujuan Penelitian .....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
C. Karakteristik Sasaran Penelitian .....	34
D. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	34
E. Langkah – langkah Penelitian Penerapan Model .....	35
1. Perencanaan .....	35
2. Pelaksanaan .....	37
3. Evaluasi .....	37
F. Analisis Model Pembelajaran <i>Projek Based Learning</i> .....	46
1. Model Pembelajaran .....	46
a. Model Pembelajaran Berbasis Proyek (PJBL) .....	47
2. Pengertian <i>Project Based Learning</i> .....	48
3. Karakteristik <i>Project Based Learning</i> .....	50
4. Prinsip <i>Project Based Learning</i> .....	52
5. Kelebihan dan Kekurangan <i>Project Based Learning</i> .....	54
6. Langkah – langkah <i>Project Based Learning</i> .....	56
a. Sintak <i>Project Based Learning</i> .....	58
b. <i>Prinsip Reaksi</i> .....	61
c. <i>Prinsip Sosial</i> .....	61
d. <i>Sistem Pendukung</i> .....	62
e. <i>Dampak Instruksional Penggiring</i> .....	62
7. <i>Pedoman Bimbingan dalam Pembelajaran berbasis proyek</i> .....	63
8. <i>Sistem Penilaian PJBL</i> .....	66
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Pengembangan Model .....	67
1. Hasil Analisis Kebutuhan .....	68
2. Perencanaan (Draft Model) .....	72
3. Pelaksanaan .....	124
4. Evaluasi .....	125
B. Efektivitas Model .....	126
1. Hasil Pengujian <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....	127
C. Pembahasan .....	133

1. Penyempurnaan Produk .....	133
2. Pembahasan produk .....	135
3. Keterbatasan Produk .....	135

## **BAB V KESIMPULAN, SARAN DAN REKOMENDASI**

A. Kesimpulan .....	137
B. Saran .....	137
C. Implikasi .....	139

## **DAFTAR PUSTAKA**



## Daftar Gambar

Gambar	Halaman
2.1 Sikap Berdiri .....	19
2.2 Cara Memegang Raket ( <i>Grip</i> ).....	20
2.3 Gerak langkah kaki ( <i>footwork</i> ) .....	21
2.4 <i>Badminton Backhand Smash</i> .....	24
2.5 <i>Badminton Forehand Smash</i> .....	25
2.6 Peta Konsep Penelitian.....	27
2.7 Pukulan Smash Bulutangkis.....	27
3.1 Desain Penelitian.....	39
3.2 Instrumen penilaian <i>forehand</i> smash bulutangkis .....	42
4.1 Diagram Batang Uji Efektivitas Produk.....	133





## Daftar Tabel

Tabel	Halaman
3.1 Subyek Penelitian .....	33
3.2 Desain Penelitian .....	39
3.3 Kriteria Penilaian Pelaksanaan Tes Keterampilan.....	43
4.1 Hasil analisis kebutuhan dan temuan lapangan .....	70
4.2 Kesimpulan Uji Ahli .....	83
4.3 Kesimpulan para ahli .....	85
4.4 Hasil <i>Forehand Smash pre test dan post test</i> .....	127
4.5 Hasil <i>Paired Sample Statistic</i> .....	129
4.6 Hasil <i>Paired Sample Correlation</i> .....	129
4.7 Hasil Paired Sample Statistic Pre Test dan Post Test.....	130
4.8 Uji Efektivitas <i>Project Model Latihan Forehand Smash</i> .....	131



## Daftar Lampiran

1. Modul Ajar Permainan Bola Kecil (bulutangkis)
2. Surat Validasi Ahli
3. Surat Izin Penelitian
4. Surat Balasan Izin Penelitian
5. Data tes awal (*pre test*)
6. Data tes akhir (*post test*)
7. Data hasil *pre test* dan *post test*
8. Data Hasil output SPSS

