

**MODEL PEMBELAJARAN *PROJEK BASED LEARNING*
PADA PELAJARAN PJOK MATERI TOLAK PELURU PADA
SISWA KELAS V SD INPRES LEDEMERA KECAMATAN
SABU LIAE**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



OLEH:

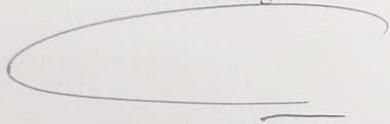
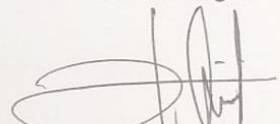
**BERIYANTO KASSE
NIM. 18320024**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Beriyanto Kasse**, NIM. 18320024, dengan judul: **“Penerapan Model Pembelajaran Projek Based Learning Pada Pelajaran Pjok Materi Tolak Peluru Pada Siswa Kelas V Sd Inpres Ledemera Kecamatan Sabu Liae”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal, bulan, tahun

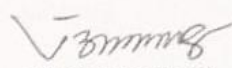
MENYETUJUI

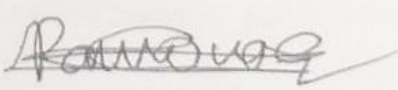
Pembimbing I  <u>Agustines Jacob Nafie, S.Pd., M.Or.</u> NUPTK. 2142743644130120	Pembimbing II  <u>Andry Sinlaebe, S.Pd., M.Or.</u> NUPTK. 5755767668130340
 MENGESAHKAN Ketua Program Studi PJKR  <u>Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or.</u> NUPTK. 4534744645130132	

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Beriyanto Kasse**, NIM. 18320024, dengan judul: **“Penerapan Model Pembelajaran Projek Based Learning Pada Pelajaran Pjok Materi Tolak Peluru Pada Siswa Kelas V Sd Inpres Ledemera Kecamatan Sabu Liae”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal, bulan, tahundan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal, bulan, tahun

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda Tangan
Dr.Robert Tetikay, M.Pd.	Penguji Utama	
Pnatmo W. Masi, S.Pd., M.Pd	Penguji Anggota	
Agustinus Jacob Nafie, S.Pd., M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Andry Sinlaeloe, S.Pd.,M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN	
 Dekan FKIP <u>Aggreini D.N Rupidura, M.Si., Ph.D</u> NUPTK. 7157746647230103	Ketua Program Studi PJKR  <u>Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or</u> NUPTK. 4534744645130132

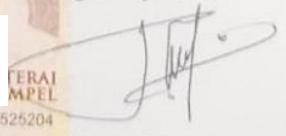
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Beriyanto Kasse
NIM : 18320024
Semester : Empat Belas (XIV)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : “Penerapan Model Pembelajaran Projek Based Learning
Pada Pelajaran Pjok Materi Tolak Peluru Pada Siswa
Kelas V Sd Inpres Ledemera Kecamatan Sabu Liae”

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiasi**. Bilamana dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Kupang, 15 Juli 2025
Yang menyatakan

Materai 10000
BERAI MPOL
E/B80ANX026525204
Beriyanto Kasse
NIM. 18320024

MOTTO

**SEGALA PERKARA DAPAT KUTANGGUNG DI
DALAM DIA YANG MEMBERI KEKUATAN
KEPADAKU
(*FILIPPI 4:13*)**

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan hikmat dan akal budi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Marthen Kasse dan Ibu Yublina Lopo terima kasih atas pengorbanan kalian yang begitu besar, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya.
3. Untuk Kaka Abirlin kasse, Fenima kasse dan Jihan Kasse terima kasih banyak atas dukungan kepada saya sampai saat ini.
4. Untuk keluarga besar Tennis di Soeverdi Bawa TDM terima kasih sudah mendukung saya secara moral selama penulis melaksanakan studi.
5. Teman-teman Angkatan 2018, Jefri, Abia, Rudi, Putra, Fanri, Jordi dan lain-lain yang saya tidak sempat sebutkan Namanya satu persatu.
6. Untuk keluarga besar UPTD SDI Ledemera Kecamatan Sabu Liae, yang sudah membantu saya selama melakukan penelitian di sekolah.
7. Almaterku UKAW- Kupang yang tercinta.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya. sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Penerapan Model Pembelajaran Proyek Based Learning Pada Pelajaran Pjok Materi Tolak Peluru Pada Siswa Kelas V Sd Inpres Ledemera Kecamatan Sabu Liae”** dengan baik. Penulis sungguh menyadari, bahwa dalam penyusunan Skripsi ini ada banyak pihak yang membantu penulis baik dalam bentuk moril maupun material. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof Dr.Ir.Godlief Neonufa, MT. selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana, yang telah menerima penulis untuk melaksanakan Pendidikan di FKIP PJKR
2. Dra. Anggreini. D.N. Rupidara, M.Si., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
3. Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
4. Dosen penasehat akademik yang selalu memberikan nasehat, motivasi serta masukan-masukan yang bersifat membangun kepada penulis selama menulis;
5. Agustines Jacop Nafie, S.Pd., M.Or. Selaku Dosen Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu, tenaga dan pemikiran untuk membimbing penulis selama penulisan skripsi ini.

6. Andry Sinlaeloe, S.Pd., M.Or. Selaku Dosen Pembimbing II yang juga selalu meluangkan waktu, tenaga dan pemikiran untuk membimbing penulis selama penulisan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen Matakuliah pada program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Universitas Kristen Artha Wacana Kupang yang selama ini suda memberikan ilmu sejak awal hingga akhir perkuliahan.

Akhirnya penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada kita semua, Semoga Tuhan selalu menjaga dan melindungi kita semua. Dan akhirnya semoga Skripsi ini bermanfaat bagi peneliti pada khususnya dan pembaca pada umum.

Kupang Juli 2025
Penulis,

Beriyanto Kasse
NIM. 18320024

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
BIODATA PENULIS	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8

BAB II. KAJIAN PUSTAKA	10
A. Model Pembelajaran Project Based Learning (PJBL)	10
1. Pengertian Model pembelajaran project Based Learning	10
2. Karakteristik Model Pembelajaran <i>Project Based Learning</i> (PJBL)	11
3. Langkah-langkah Model Pembelajaran <i>Project Based Learning</i> (PJBL).....	11
4. Kelebihan Dan Kelemahan <i>Project Based Learning</i> (PJBL)	13
5. Analisis Komponen <i>Project Based Learning</i> (PJBL)	15
B. Kreativitas Belajar	20
1. Pengertian Kreativitas Belajar	20
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kreativitas	21
3. Indikator Kreativitas Belajar.....	22
C. Hasil Belajar.....	23
1. Pengertian Hasil Belajar.....	23
2. klasifikasi Hasil Belajar	24
3. Faktor – faktor Yang mempengaruhi Hasil Belajar.....	27
D. Materi Tolak Peluru	29
1. Pengertian Tolak Peluru.....	29
2. Teknik Dasar Tolak peluru.....	29
BAB III. METODE PENELITIAN.....	32
1. Jenis Penelitian.....	32
2. Tempat dan Waktu Penelitian	33

3. Prosedur Penelitian	34
4. Teknik Pengumpulan data.....	39
5. Instrumen Penelitian	41
6. Teknik analisis data.....	43
7. Indikator Keberhasilan	46
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. DESKRIPSI LOKASI PENELITIAN	47
1. Profil Sekolah.....	47
2. Karakteristik tenaga Pendidik dan Pendidikan.....	48
3. Visi,misi dan Tujuan Satuan Pendidikan	49
4. Langkah-langkah Pengembangan Kurikulum	50
B. DEMOGRAFI INFORMAN PENELITIAN	54
C. HASIL PENELITIAN	56
1. Deskripsi Data	56
2. Pelaksanaan Tindakan	62
3. Observasi	66
4. Refleksi.....	67
D. ANALISIS DATA	77
1. Analisis Data Proses Aktifitas Guru.....	77
2. Interpretasi Hasil Analisis Data Proses Aktifitas Guru	78
3. Analisis Data Proses Aktifitas Siswa	78
4. Interpretasi hasil Analisis data Proses Aktifitas Siswa	80

5. Analisis Data Hasil Keterampilan Dalam Penyelesaian	
Permasalahan.....	81
6. Interpretasi hasil Analisis data Keterampilan Berpikir tingkat	
tinggi.....	82
E. PEMBAHASAN	84
1. Pembahasan Siklus I.....	84
2. Pembahasan Siklus II	87
BAB V PENUTUP.....	91
A. KESIMPULAN.....	91
B. SARAN	91
1. Guru	91
2. Siswa	92
3. Peneliti Selanjutnya.....	92
DAFTAR PUSTAKA	xx

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Prosedur Pelaksanaan Pembelajaran Dengan PJBL.....	19
Tabel 3.1	Tempat dan Waktu Penelitian	33
Tabel 3.2	Lembar Observasi Aktifitas Guru dengan Model PJBL	41
Tabel 3.3	Lembar Observasi Aktifitas Siswa dengan Model PJBL	42
Tabel 3.4	Kriteria Ketuntasan Individu.....	44
Tabel 3.5	Indikator ketuntasan Klasikal.....	46
Tabel 4.1	Identitas SD Inpres Ledemera.....	47
Tabel 4.2	Data Keadaan Guru Dan Pegawai Sd Inpres Ledemera Tahun Pelajaran 2024/2025.....	48
Tabel 4.3.	Demografi informan penelitian.....	55
Tabel 4.4	Hasil Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa dalam pembelajaran PJOK Pra Siklus	60
Tabel 4.5	Hasil Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa dalam pembelajaran PJOK menggunakan model pembelajaran project based learning siklus I.....	67
Tabel 4.6	Hasil refleksi siklus I.....	68
Tabel 4.7	Hasil Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa dalam pembelajaran PJOK menggunakan model pembelajaran project based learning siklus II	75
Tabel. 4.8	Presentase Aktivitas Guru siklus I dan siklus II	77
Tabel 4.9	Presentase Aktivitas Siswa siklus I dan siklus II	79

Tabel 4.10 Presentase Keterampilan Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Siklus I dan Siklus II.....	81
Tabel 4.11 Hasil Analisis Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa dalam Pembelajaran PJOK Menggunakan Model <i>Project Based</i> Leaning	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Dampak Intruksional Dan Dampak pengiringan Model PJBL	18
Gambar 2.2 Cara Memegang Peluru	30
Gambar 2.3 Cara Meletakan Peluru	30
Gambar 2.4 Gerakan Awalan dan Tolakan	31
Gambar 2.5 Gerakan tolakan Dengan Gaya Obrien.....	31
Gambar 2.6 Latihan memegang dan menolak.....	31
Gambar 3.1 Model kemis dan Mc Taggart	36
Gambar 4.1 Lokasi Penelitian UPTD SD Inpres Ledemera	47
Gambar 4.2 Siswa-Siswi,Guru dan Peneliti UPTD SD Inpres Ledemera	56
Gambar 4.3 Peneliti Mewawancarai Kepala Sekolah UPTD SD Inpres Ledemera	57
Gambar 4.4 Peneliti Mewawancarai Guru PJOK SD Inpres Ledemera	58
Gambar 4.5 Peneliti dan Guru PJOK membuat perencanaan yang sesuai dengan KI dan KD	62
Gambar 4.6 Peneliti dan Guru PJOK Melakukan Refleksi dan merencanakan untuk ke siklus II.....	69

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Presentase Aktivitas Guru Dalam Proses Pembelajaran PJOK Menggunakan Model Project Based Learning.	78
Grafik 4.2	Presentase Aktivitas Siswa Dalam Proses Pembelajaran PJOK Menggunakan Model Project <i>Based Learning</i>	80
Grafik 4.3	Presentase Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Siswa Dalam Pembelajaran PJOk	81
Grafik 4.4	Hasil Analisis Keterampilan Berpikir tingkat tinggi Dalam Pembelajaran PJOK Menggunakan Model <i>Project Based Learning</i>	83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	
Lampiran 2. Surat selesai Penelitian	
Lampiran 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	
Lampiran 4. Daftar nilai siklus I	
Lampiran 5. Daftar nilai siklus II	
Lampiran 6. Perbandingan Daftar nilai siklus I dan II	
Lampiran 7. Lembar Observasi Guru	
Lampiran 8. Lembar Observasi Siswa	
Lampiran 9. Lembar Penilaian Kelompok	
Lampiran 10. Lembar Refleksi Guru	
Lampiran 11. Lembar Refleksi siswa.....	
Lampiran 12. Foto kegiatan penelitian.....	

ABSTRAK

PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN PROJEK BASED LEARNING PADA PELAJARAN PJOK MATERI TOLAK PELURU PADA SISWA KELAS V SD INPRES LEDEMERA KECAMATAN SABU LIAE

Beriyanto Kasse^{1*}, Agustines Jacop Nafie, S.Pd., M.Or.², Andry Sinlaeloe, S.Pd., M.Or.³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. beriyantokasse876@gmail.com

Latar Belakang: Model pembelajaran adalah sebuah contoh atau pola yang digunakan sebagai pedoman dalam menyusun langkah-langkah. *Project based learning (PJBL)* adalah model pembelajaran yang mengorganisasi kelas dalam sebuah proyek. Pembelajaran berbasis proyek merupakan model belajar yang menggunakan masalah sebagai langkah awal dalam mengumpulkan dan mengintegrasikan pengetahuan baru berdasarkan pengalamannya dalam beraktifitas secara nyata. Pembelajaran berbasis proyek bukan hanya bertujuan agar peserta didik mendapat pengetahuan kognitif saja, melainkan menargetkan pembelajaran secara keseluruhan. Selain aspek kognitif, peserta didik juga dapat mengembangkan aspek psikomotor dan afektifnya. Cabang olahraga atletik sub materi tolak peluru dalam pendidikan jasmani Terdapat tujuan pendidikan yang perlu dikembangkan dalam diri siswa sebagai individu yang berkembang, sebagai sarana memperoleh keterampilan bagi anak sekolah, khususnya anak Sekolah Dasar.

Tujuan Pembelajaran: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan meningkatkan hasil belajar PJOK materi Tolak peluru melalui penerapan model pembelajaran *project based learning* pada peserta didik kelas V SD Inpres Ledemera Kecamatan sabu Liae

Metode Penelitian: Penelitian ini adalah jenis penelitian Tindakan kelas (PTK). Penelitian Tindakan kelas, Menurut Suharsimi Arikunto, Dkk (2012:102) adalah jenis penelitian ini yang mampu menawarkan cara dan prosedur baru untuk memperbaiki dan meningkatkan profesionalisme Pendidikan dalam proses belajar mengajar di kelas dengan melihat kondisi siswa.

Hasil dan pembahasan: Hasil pembelajaran PJOK pada siswa kelas V SD Inpres Ledemera menggunakan model *Project based learning (PJBL)* terdapat perbedaan yang signifikan dan hal ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa dari siklus I dengan hasil 60% mencapai ketuntasan dan 40% tidak tuntas sedangkan di siklus II 89% mencapai ketuntasan dan 11 % tidak tuntas dengan demikian penggunaan model pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Kesimpulan: Kesimpulan dalam penelitian ini adalah keterampilan berpikir tingkat tinggi siswa dalam pembelajaran PJOK dapat ditingkatkan dengan penerapan model *project based learning* pada siswa kelas V SD Inpres Ledemera.

Hal ini dapat dibuktikan dari keterampilan berpikir siswa yang meningkat. Dapat dilihat dari hasil penelitian siklus I mencapai 60%, yang berarti termasuk kategori “cukup” akan tetapi belum mencapai ketuntasan klasikal. Kemudian pada siklus II memperoleh hasil penelitian 89%, yang berarti termasuk kategori “sangat baik” dan sudah mencapai ketuntasan klasikal.

Kata kunci: Hasil Belajar, Model Pembelajaran PJBL

ABSTRAC

APPLICATION OF THE PROJECT BASED LEARNING MODEL IN THE SHOOT PUT SUBJECT OF PHYSICAL AND EDUCATIONAL CULTURE FOR GRADE V STUDENTS OF SD INPRES LEDEMERERA, SABU LIAE DISTRICT

Beriyanto Kasse^{1*}, Agustines Jacop Nafie, S.Pd., M.Or.², Andry Sinlaeloe, S.Pd., M.Or.³

^{1,2,3}Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

email: beriyantokasse876@gmail.com

Background: A learning model is an example or pattern used as a guideline in compiling steps. Project-based learning (PJBL) is a learning model that organizes classes in a project. Project-based learning is a learning model that uses problems as the first step in collecting and integrating new knowledge based on their experiences in real activities. Project-based learning is not only aimed at students gaining cognitive knowledge, but also targets overall learning. In addition to cognitive aspects, students can also develop their psychomotor and affective aspects. The athletics sport branch, shot put sub-material in physical education, has educational goals that need to be developed in students as developing individuals, as a means of acquiring skills for school children, especially elementary school children.

Learning Objectives: The purpose of this study is to determine and improve the learning outcomes of Physical Education (PJOK) in the Shot Put subject through the application of the project-based learning model for fifth-grade students at SD Inpres Ledemera, Sabu Liae District.

Research Method: This study is a type of Classroom Action Research (CAR). Classroom Action Research, according to Suharsimi Arikunto et al. (2012:102), is a type of research that is able to offer new methods and procedures to improve and enhance educational professionalism in the teaching and learning process in the classroom by observing student conditions.

Results and Discussion: The learning outcomes of Physical Education (PJOK) in fifth-grade students at SD Inpres Ledemera using the Project-Based Learning (PJBL) model showed a significant difference. This can be seen from the student learning outcomes in Cycle I, with 60% achieving mastery and 40% not completing it. Meanwhile, in Cycle II, 89% achieved mastery and 11% not completing it. Therefore, the use of an appropriate learning model can improve student learning outcomes.

Conclusion: The conclusion of this study is that students' higher-order thinking skills in Physical Education (PJOK) learning can be improved by implementing the project-based learning model in fifth-grade students at SD Inpres Ledemera. This is evident from the improved thinking skills of students. The results of the

first cycle of the study reached 60%, which means it falls into the "sufficient" category but has not yet achieved classical mastery. Then, in the second cycle, the results obtained were 89%, which means it falls into the "very good" category and has achieved classical mastery.

Keywords: Learning Outcomes, Project based learning Model

BIODATA PENULIS

A. Identitas

1. Nama : Beriyanto Kasse
2. Tempat/ tanggal lahir : Nununamat, 06 Juni 1995
3. Alamat : Jl. Soeverdi Bawa, RT 24/ RW 07, TDM Kupang
4. Nomor *handpone* : +62 82146681321
5. Alamat email : beriyantokasse876@gmail.com
6. Nama Ayah : Marthen Kasse
7. Nama Ibu : Yublina Lopo

B. Riwayat pendidikan

1. SD Negeri Nununamat (2004-2009)
2. SMP Negeri Nununamat (2009-2011)
3. SMA Negeri 5 Kupang (2011-2013)