

**UPAYA PENINGKATAN *PASSING* ATAS BOLA VOLI MELALUI
PENDEKATAN LEMPAR TANGKAP BOLA SISWA KELAS V SD
NEGERI DANAU INA**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi salah satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



MARIA ERICE HABU
21320113

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi penelitian atans nama **MARIA MERICE HABU**. Nim **21320113** Dengan Judul” **UPAYA PENINGKATAN PASSING BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN LEMPAR TANGKAP BOLA SISWA KELAS V SD NEGERI DANAU INA**”. Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 31, bulan Januari, tahun 2026

MENYETUJUI

Pembimbing I



Dr. Anderias J.F. Lumba, S.Pd., M.Pd
NUPTK. 9163768669130213

Pembimbing II



Yahya Jecson Palinata, S.Pd., M.Or
NUPTK.4463767667200002

MENGESAHKAN



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **MARIA MERICE HABU**. Nim 21320113 Dengan Judul” Upaya Peningkatan Passing Atas Bola Voli Melalui Pendekatan Lempar Tangkap Bola Siswa Kelas V SD Negeri Danau Ina” pada tanggal 31, bulan Januari, tahun 2026 dan dinyatakan “**LULUS**” pada tanggal 6, bulan Februari, tahun 2026

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Ramona Mathias Mae, S.Pd.,M.Or	Penguji Utama	
Dortean A.J. Jaha, S.Si.,M.A	Penguji Anggota	
Dr. Anderias J.F.Lumba, S.Pd.,M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Yahya Jecson Palinata, S.Pd.,M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Dr. Anggreni D. N. Cupindira, M.Si., Ph.D
NUPTK. 4534744645130103

Ketua Program Studi PJKR



Ramona M. Mae, S.Pd.,M.Or
NUPTK. 4534744645130132

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maria Erice Habu
NIM : 21320113
Semester : Sembilan (IX)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan *Passing* Atas Bola Voli Melalui Pendekatan Lempar Tangkap Bola Siswa kelas V SD Negeri Danau Ina

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 ketidak sesuaian 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



MOTTO

1 TESALONIKA 5:17

**ATAS SEGALA KETIDAK MUNGKINAN AKU PERCAYA BAHWA DOA
ITU BISA MERUBAH APAPUN**

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Segala puji dan syukur kita panjatkan kehadiran Tuhan yang maha Esa atas rahmat dan karunianya sehinggah saya dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik.
2. Kupersembahkan karya sederhana ini untuk orang yang sangat kucintai kepada Bapak Aloysius Y. Atok Dan Ibu Yovita Olo Seran yang selalu memberikan dukungan moril maupun materil, yang selalu memanjatkan doa dan cinta kasih untuk putramu ini yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas persembahan ini. Semogga ini menjadi langkah awal putramu ini untuk Ayah dan Ibu bahagia. Mungkin tak dapat kuberucap namun hati ini selalu bicara bahwa aku sangat menyayangi kalian berdua.
3. Saudara dan seluruh keluarga tersayang, yang selalu mendoakan saya dan memotivasi saya dalam segala hal.
4. Seluruh Mahasiswa FKIP UKAW yang selalu mendukung, menasehati, dan memberikan motivasi serta membantu saya dalam menyelesaikan Skripsi saya dengan baik.
5. Almamater Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmatnya yang diberikan penulis sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik. Adapun judul proposal ini adalah **“UPAYA PENINGKATAN PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN LEMPAR TANGKAP BOLA SISWA KELAS V SD NEGERI DANAU INA”** peneliti memilih judul ini karena cukup menarik perhatian peneliti. Peneliti mengharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan yang berarti dalam bidang pendidikan khususnya.

Pada kesempatan ini, peneliti menghanturkan limpah terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Dra, Anggreni D.N. Rupidara. M.Si.,Ph.D, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
2. Ramona Mathias Mae, S.Pd.,M.Or, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi.
3. Dr. Anderias J.F. Lumba, M.Pd, selaku Pembimbing I yang telah membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan penulisan proposal ini.
4. Yahya Jecson Palinata, S.Pd.,M.Or, selaku penasehat akademik dan Pembimbing II yang telah membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan penulisan Skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan segenap karyawan FKIP Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan, dan Rekreasi yang telah memberikan bantuan dan nasehat selama peneliti mengikuti perkuliahan.
6. Teman-teman, dan teman lainnya yang telah membantu penulis dalam proses perkuliahan, penelitian hingga membuat penulisan ini.
7. Semua rumpun keluarga di mana saja berada yang sudah mendukung dalam doa.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan berkatnya atas segala bantuan dan kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak kepada penulis.

Kupang, 10 Februari 2026

Peneliti,

MARIA MERICE HABU

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	
ABSTRAK	
BAB I. PENDAHULUAN	
A Latar Belakang Masalah	1
B Identifikasi Masalah	5
C Batasan Masalah.....	5
D Rumusan Masalah	6
E Tujuan Penelitian.....	6
F Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A Hakikat Pembelajaran	8
B Kemampuan Gerak dasar <i>Passing</i> Atas Bola Voli.....	19
C Karakteristik Sekolah Dasar.....	21
D Penelitian Yang Relevan	22
E Kerangka Pemikiran	23
BAB III METODE PENELITIAN	
A Pendekatan	24
B Desain Penelitian.....	24
C Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27

D Tempat, dan Waktu Penelitian.....	29
E Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling.....	30
G Instrumen Peneltian	32
H Indikator Keberhasilan Tindakan.....	32
BAB IV HASILPENELTIAN DAN PEMBAHASAN	
A Demografi Responden Penelitian	34
B Hasil penelitian	36
C Pembahasan	47
DAFTAR PUSTAKA.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 indikator dan varibel penelitian	18
Tabel 3.2 instrumen penelitin	20

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Lapangan Bola Volli.....	11
Gambar 2 Permainan Bola Volli	13
Gambar 3 Sikap Passing Atas	17
Gambar 4 Sikap Menerima Bola	17
Gambar 5 Sikap Akhir Passing Atas	18
Gambar 6 Kerangka berpikir	24
Gambar 7 Siklus PTK	26
Gamabar 8 Diagram Hasil Olahan Penelitian	45
Gambar 8 Perbandingan ketuntasan klasikal.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	58
Lampiran 2 Surat Selesai Penelitian.....	59
Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	60
Lampiran 4 Ruplik Penilaian Siklus 1	66
Lampiran 5 Ruplik penelaian Siklus 2	67
Lampiran 6 Dokumentasi	68

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Maria Erice Habu
2. Tempat/ tanggal lahir : Henes/ 08 Oktober 2001
3. Alamat : Atambua
4. Nomor *handpone* : +62 82146012742
5. Alamat email : habumariaerice@gmail.com
6. Nama Ayah : Aloysius Y. Atok
7. Nama Ibu : Yovita Olo Seran

B. Riwayat pendidikan

1. SD Negri Oelbubuk, (2013-2015)
2. SMP Yapenram Kapan (2016-2018)
3. SMA Kristen Kapan (2019-2021)