

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI PENERAPAN MODEL
PROJECT BASED LEARNING PADA SISWA KELAS LIMA DI
SD INPRES OESAPA**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi*



OLEH

**MELKISEDEK UMBU ZOGARA
NIM. 21320039**

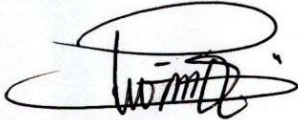
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi penelitian atas nama **Melkisedek umbu Zogara**, NIM. 21320039, dengan judul: **“Upaya peningkatan hasil belajar siswa dalam permainan bola voli melalui penerapan model *project based learning* pada siswa kelas V di SD Inpres Oesapa”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal, 20 Bulan Mei tahun 2026

MENYETUJUI

Pembimbing I



Pnatmo Welhelmina Masi, S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 0535765666230223

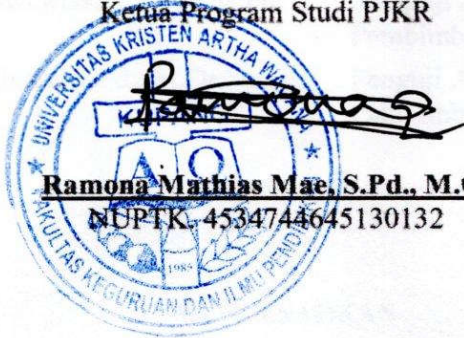
Pembimbing II



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

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR

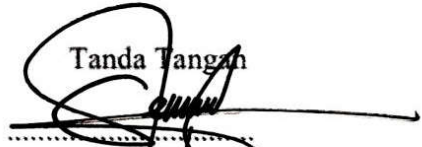


Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 4534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Melkisedek Umbu Zogara**, NIM. 21320039, dengan judul:
“Upaya peningkatan hasil belajar siswa dalam permainan bola voli melalui penerapan model *project based learning* pada siswa kelas V SD Inpres Oesapa”
telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada Tanggal 27, Bulan Juni, Tahun 2026 dan dinyatakan **“LULUS”** pada Tanggal, 04 Bulan Juli Tahun 2026

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda Tangan
Dr. Jusuf Blegur, S.Pd, M.Pd.	Penguji Utama	
Jimmy Charter Atty, S.Pd., M.Fis., AIFO.	Penguji Anggota	
Pnatmo Welhelmina Masi., S. Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Yahya Jecson Palinata, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si, Ph.D.
NUPTK: 7157746647230103

Ketua Program Studi PJKR



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

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melkisedek Umbu Zogara
NIM : 21320039
Semester : Sembilan (X)
Fakultas : Keguruan dan ilmu pendidikan
Program studi : Pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi
Judul skripsi : Upaya peningkatan hasil belajar siswa dalam permainan bola voli melalui penerapan model *project based learning*

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, 27 juni 2026



Melkisedek Umbu Zogara

NIM. 21320039

MOTTO

**TUHAN ADALAH GEMBALAKU
AKU TAKKAN KEKURANGAN**

(Mazmur 23:1)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh cinta dan rasa hormat saya kepada orang-orang yang mendukung saya selama ini.

1. Tuhan Yesus Kristus atas Karunia yang selama ini Engkau limpahkan kepada saya dan berkat kasih-Nya sehingga sampai saat ini saya bisa menyelesaikan skripsi saya.
2. Kedua orang tua saya yang selama ini mendukung saya dalam bentuk material maupun kasih sayang dan doa. Buat Bapak Martinus Lani Begitu tulus menyayangi saya dan mencari nafkah untuk membiaya saya dan doa tulus Mama buat hasil akhir ini, serta keluarga.
3. Saudara saya mendukung dan membantu saya selama penyelesaian hasil akhir ini.
4. Kaka Ani yang selalu memberikan dukungan secara moril maupun material
5. Buat sahabat saya angkatan 2021 semua yang telah mendukung saya.
6. Almamater Tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Upaya peningkatan hasil belajar siswa terhadap permainan bola voli melalui penerapan model *project basse learning* Pada Siswa Kelas Lima di SD Inpres Oesapa”** tepat pada waktunya.

Pada kesempatan ini, peneliti hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materi sehingga Skripsi ini dapat selesai. Ucapan terima kasih ini peneliti tujukan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Godlief Neonufa, MT., selaku Rektor UKAW Kupang Bersama staf yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimbah ilmu di almamater ini.
2. Ibu Dra Angreini D.N Rupidara,. M.Si, Ph.D., selaku Dekan FKIP UKAW-Kupang.
3. Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi PJKR FKIP UKAW Kupang.
4. Ibu Pnatmo Welhelmina Masi, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembing 1 yang sudah membimbing dan mengarahkan peneliti
5. Bapak Yahya Jecson Palinata, S.Pd., M.Or selaku Dosen pembimbing 2 sekaligus dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dalam penulisan Skripsi ini

6. Bapak/ibu dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi UKAW Kupang yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan demi kelancaran studi peneliti.

Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Kupang, 27 Juni 2026

Peneliti
Melkisedek Umbu Zogara

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA	iii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BIODATA PENULIS.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Permainan Bola Voli.....	6
B. Model Project Based Learning.....	8
C. Karakteristik Model Project Based Learning.....	9
D. Sintaks Model Project Based Learning.....	9
F. Prinsip-prinsip Pembelajaran Berbasis Proyek	10
G. Kelebihan dan Kekurangan Model Project Based Learning.....	11
H. Hasil belajar	12
I. Kerangka Berpikir.	13
BAB III METODE PENELITIAN	15
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian	15
B. Desain penelitian.....	15

C. Variabel, Definisi Konsep, Operasionalisasi, dan Indikator	19
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	20
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	20
F. Instrument Penelitian.....	21
G. Teknik Pengumpulan Data	26
H. Teknik Analisis Data	27
I. Kriteria Keberhasilan Tindakan	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Hasil Penelitian	28
B. Pembahasan.....	48
C. Kendala-Kendala yang Dihadapi	51
BAB V PENUTUP	53
A. Simpulan	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variabel, definisi konsep, operasionalisasi, dan indikator	20
Tabel 3.2. Waktu Penelitian	21
Table 3.3. Tahapan Aktivitas pembelajaran <i>project based learning</i>	22
Tabel 3.4. Tahapan Pelaksanaan tes model <i>pembelajaran berbasis project based learning</i>	22
Tabel 3.5. Lembaran Kerja Siswa	23
Tabel 3.6. Pedoman Acuan Normatif	29
Tabel 3.7 Indeks prestasi	32
Tabel 4.1. Jadwal pelaksanaan penelitian tindakan kelas	33
Tabel 4.2. Hasil Belajar Siswa Pra Siklus	34
Tabel 4.3. Pengamatan Hasil Belajar Pra Siklus	35
Tabel 4.4. Pengamatan Hasil Belajar Siswa pasing atas Pra Siklus	36
Tabel 4.5. Pengamatan hasil belajar siswa pada siklus I	40
Tabel 4.6. Hasil belajar siswa siklus I	42
Tabel 4.7. Refleksi siklus I	43
Tabel 4.8. Pengamatan hasil belajar siswa pada siklus II	47
Tabel 4.9. Hasil Belajar Siswa Siklus II	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1.	Berdoa bersama.....	97
Gambar 1.2.	Pemanasan.....	57
Gambar 1.3.	Penjelasan saat memulai pembelajaran.....	58
Gambar 1.4	Memulai pembelajar.....	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Surat ijin penelitian.....	60
Lampiran 1.2 Surat selesai penelitian	61
Lampiran 1.3 Dokumentasi penelitian	62