

**PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI ERA *NEW NORMAL*
DI SMP NEGERI 20 KOTA KUPANG**

SKRIPSI

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



**YOHANES PAKE
NIM. 13320311**

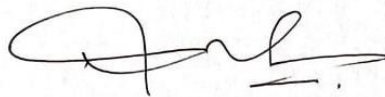
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Yohanes Pake**, NIM. 13320311, dengan judul: "**Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Era New Normal Di SMP Negeri 20 Kota Kupang**" telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 28, bulan Juli, tahun 2020.

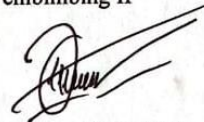
MENYETUJUI

Pembimbing I



David Loba, S.Pd, M.Pd
NIDN. 0810017401

Pembimbing II



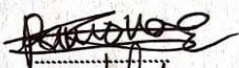



Fredik E. Nope, S.Pd, M.Or
NIDN. 0819028802



LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Yohanes Pake**, NIM. 13320311, dengan judul: "**Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Era New Normal Di SMP Negeri 20 Kota Kupang**" telah dipertanggung jawabkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 28, bulan Juli, tahun 2020 dan dinyatakan **LULUS** pada tanggal 29, bulan Juli, tahun 2020.

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Ramona M. Mae, S.Pd, M.Or	Penguji Utama	
Andry Sinlaeloe, S.Pd, M.Or	Penguji Anggota	
David Loba, S.Pd, M.Pd	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Fredik E. Nope, S.Pd, M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing II	



Dekan FKIP

Dr. Andreas J. E. Lumba, M.Pd.
NIDN. 0806086801

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR


Jusuf Blegur, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0804078802

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yohanes Pake
NIM : 13320311
Semester : Empat belas (XIV)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Era New Normal Di SMP Negeri 20 Kota Kupang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiasi**. Bilamana di kemudian 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, 28 Juli 2020

Yang menyatakan



Yohanes Pake
NIM. 13320311

MOTTO

“Karena masa depan sungguh ada dan harapanmu tidak akan hilang”

(Amsal 23:18)

PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang telah memberikan limpahan rahmat dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak Blasius Malo dan Mama Edita Ngole, terima kasih untuk kasih sayang luar biasa, yang selalu sabar mendoakan dan memotivasi saya dalam menyelesaikan studi.
2. Adik Roki, Adik Elton Dema, Adik Ika Noa, yang telah memberikan motivasi dan dukungan.
3. Saudari Ustyn Ceme yang selalu sabar membantu dan memotivasi saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Teman-teman dan adik-adik Hipelmas yang telah membantu saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan segala puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas tuntunan dan rahmat-Nya maka saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Era New Normal Di SMP Negeri 20 Kota Kupang”**.

Penulisan adalah salah satu syarat yang harus dilaksanakan setiap mahasiswa FKIP sebagai calon guru olahraga pendidikan jasmani yang kelak kelapangan sebagai tenaga pendidikan yang profesional, untuk itu setiap akhir studi, para mahasiswa harus menulis karya ilmiah.

Sangat disadari bahwa selama proses penulisan karya ilmiah ini, peneliti tidak bekerja sendiri tetapi mendapat dukungan dari pihak lain. Maka pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Andreas J. F. Lumba, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
2. Bapak Jusuf Blegur, S.Pd, M.Pd, selaku ketua jurusan PJKR, yang banyak memberikan perhatian dan masukan selama penulisan menjalani studi.
3. Bapak David Loba, S.Pd, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I, yang setia dan memberikan motivasi selama peneliti penyusunan skripsi.
4. Bapak Fredik E. Nope, S.Pd, M.Or selaku Dosen penasehat dan pembimbing II, yang memberikan motivasi selama peneliti melaksanakan studi dan memberikan motivasi selama penyusunan skripsi.

5. Seluruh Dosen FKIP-Olahraga UKAW yang selama ini selalu mengarahkan, bimbingan dan motivasi selama penulisan skripsi sehingga dapat selesai dengan baik.
6. Teman – teman PJKR UKAW angkatan 2013/2014 yang selalu mendukung dan memberikan motivasi selama penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun diharapkan untuk menyempurnakan skripsi ini. Atas dukungan semua pihak yang telah membantu, peneliti mengucapkan banyak limpah terima kasih.

Kupang, 28 Juli 2020

Peneliti,

Yohanes Pake
NIM. 13320311

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BIODATA PENULIS	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
G. Defenisi Operasional Konsep	5
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Pengertian Pembelajaran	7
B. Proses Pembelajaran	8
C. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	12
D. Guru Pendidikan Jasmani	15
E. Pembelajaran di Era New Normal	19
F. Penelitian yang Relevan	20
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode penelitian	22
B. Jenis Penelitian	22

C. Tempat dan Waktu Penelitian	22
D. Informasi Penelitian	22
E. Subjek dan Objek Penelitian	23
F. Instrument Penelitian	23
G. Teknik Pengumpulan Data	23
H. Teknik Analisis Data	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	25
B. Hasil Penelitian	26
C. Pembahasan	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	35
B. Saran	35
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. Peneliti melakukan wawancara dengan guru PJOK	26
Gambar 4.2. Peneliti melakukan wawancara dengan guru PJOK	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	38
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	39
Lampiran 3. Instrumen penelitian	40
Lampiran 4. Foto kegiatan penelitian.....	44

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Yohanes Pake
2. Tempat/tanggal lahir : Malalado, 21 September 1993
3. Alamat : Liliba
4. Nomor *handpone* : 082339004339
5. Alamat email : yohanpake@gmail.com
6. Nama Ayah : Blasius Malo
7. Nama Ibu : Edita Ngole

B. Riwayat pendidikan

1. SDI Waturedu Mbay (2001-2007)
2. SMP Negeri 1 Aesesa (2007-2010)
3. SMA Negeri 1 Aesesa (2010-2013)