

**OPTIMALISASI PEMBELAJARAN SEPAK BOLA SAAT  
PANDEMIC COVID-19 DI SDK ST. TARSISIUS LEWOLEBA**

# **SKRIPSI**

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



**BERNARDUS BEDA BEAN  
NIM. 17322715**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA  
KUPANG  
2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Bernardus Beda Bean**, NIM. 17322715 dengan judul:  
**“Optimalisasi Pembelajaran Sepak Bola Saat Pandemic Covid-19 Di Sdk St. Tarsisius Lewoleba”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 27 , bulan Januari , tahun 2023

### MENYETUJUI

Pembimbing I

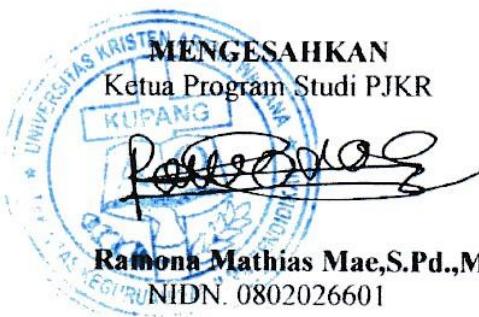


**Agustinus J. Nafie, S.Pd., M.Or.**  
NIDN. 0806086801

Pembimbing II



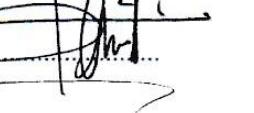
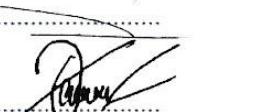
**Fredik E. Nope, S.Pd., M.Or.**  
NIDN. 0819028802



## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Bernardus Beda Bean**, NIM. 17322715 dengan judul:  
**“Optimalisasi Pembelajaran Sepak Bola Saat Pandemic Covid-19 Di Sdk St. Tarsius Lewoleba”** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 27 , bulan Januari, tahun 2023 dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 31 , bulan Januari , tahun 2023

### DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Dr. Andreas J. F. Lumba, S.Pd., M.Pd.	Penguji Utama	
Andry sinlaeloe, S.Pd., M.Or	Penguji Anggota	
Agustinus J. Nafie, S.Pd., M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Fredik E. Nope, S.Pd., M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

### MENGESAHKAN

Dekan FKIP



**Dr. Andreas J. F. Lumba, M.Pd.**  
NIDN. 0806086801

Ketua Program Studi PJKR



**Ramona Mathias Mae,S.Pd.,M.Or.**  
NIDN. 0802026601

## PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bernardus Beda Bean  
NIM : 17322715  
Semester : Sembilan (X)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi  
Judul Skripsi : Optimalisasi Pembelajaran Sepak Bola Saat Pandemic Covid-19 Di Sdk St. Tarsius Lewoleba.

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, 23 Januari 2023

Yang menyatakan



Bernardus Beda Bean

NIM. 17322715

## **MOTTO**

“Jangan Bandingkan prosesmu dengan orang lain, karena tidak semua bunga tumbuh dan mekar bersamaan”

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus dan Bunda Maria karena berkat cinta kasih Tuhan Yesus dan Bunda Maria sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar sarjana dengan baik.
2. Kedua orang tua peneliti, Bapak Karolus Kame Bean dan Mama Maria Lone Luon yang selalu mendukung peneliti dengan doa mereka sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik
3. Keluarga dan saudara peneliti yang telah mendukung saya dan selalu memberikan motivasi kepada peneliti agar selalu semangat dan jangan cepat menyerah.
4. Teman-teman dekat peneliti yang selama ini selalu menemani peneliti di saat peneliti membutuhkan bantuan mereka. Semoga amal baik mereka dapat dibalas oleh Tuhan Yang Maha Kuasa.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dan terima kasih kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan kasih karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal dengan judul **“Optimalisasi Pembelajaran Sepak Bola Saat Pandemic Covid-19 Di Sdk St. Tarsisius Lewoleba”** dengan baik.

Penulis menyadari Bahwa dalam pelaksanaan dan penyusunan proposal ini, penulis banyak mendapat bantuan, dorongan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan rendah hati penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Andreas J. F. Lumba, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ijin dalam penelitian ini.
2. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi yang telah mengesahkan proposal ini.
3. Agustinus J. Nafie, S.Pd., M.Or. selaku Pembimbing I yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan lancar.
4. Fredik E. Nope, S.Pd., M.Or. selaku pembimbing II yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan lancar.
5. Alventur Baun, S.Pd., M.Pd., selaku penasehat akademik yang telah memotivasi serta membimbing dalam perkuliahan.
6. Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.
7. Staf Tata Usaha dan Administrasi yang telah membantu administrasi selama penulis melaksanakan penelitian.
8. Rekan Mahasiswa PJKR C Angkatan 2017 Fernandus Naur, Frederkus Tupe Daton dan Antonius Jamput yang menjadi salah satu motivasi untuk segera menyelesaikan proposal.
9. Bapak Karolus Bean dan Ibu Selma Luon yang menjadi salah satu motivasi untuk segera menyelesaikan proposal.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas bantuan dan kerjasama yang telah diberikan dalam penelitian ini.

Semoga Tuhan Yesus membalsas kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di masa depan. Akhirnya peneliti berharap semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua.

Kupang, 15 Februari 2022  
Penulis,

Bernardus Beda Bean  
NIM. 17322715

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	iv
MOTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
BIODATA PENULIS .....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
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 .....	7
1. Optimalisasi Pembelajaran.....	7
2. Optimalisasi .....	7
3. Pengertian optimalisasi pembelajaran.....	8
4. Pembelajaran Penjas .....	9
5. Pembelajaran Sepak Bola.....	12
6. Pengertian sepak bola .....	12
7. Teknik dasar permainan sepak bola .....	15
8. Pandemic Covid-19 .....	19
9. Kerangka Berpikir.....	19

BAB III. METODE PENELITIAN.....	22
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	22
1. Pendekatan .....	22
2. Jenis.....	22
B. Desain Penelitian .....	23
C. Variabel, Definisi Konseptual, Operasionalisasi, dan Indikator .....	23
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	24
1. Tempat.....	24
2. Waktu .....	24
E. Peran Peneliti, Informan Penelitian, dan Teknik Penentuan Informan .....	25
1. Peran peneliti.....	25
2. Informan penelitian .....	25
3. Teknik penentuan informan .....	25
F. Teknik Pengumpulan Data.....	25
G. Teknik Analisis Data.....	26
H. Pengujian Keabsahan Data .....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Demografi Informan Penelitian .....	37
B. Hasil Penelitian.....	37
1. Observasi.....	38
2. Hasil Wawancara .....	39
a. Hasil Wawancara Kepala Sekolah .....	39
b. Hasil Wawancara Guru PJOK.....	40
C. Pembahasan .....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	30

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1. Variabel, definisi konsep, operasionalisasi, dan indikator.....	23
Tabel 3.2. Waktu Penelitian .....	24

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1. Kerangka berpikir.....	21
Gambar 4.1. Wawancara Kepala Sekolah.....	41
Gambar 4.2. Media pembelajaran <i>online</i> .....	42
Gambar 4.3. Wawancara Guru PJOK .....	44
Gambar 4.4. Wawancara adik Gledis Misa.....	
Gambar 4.5. Wawancara adik Aurelia Rohi .....	
Gambar 4.6. Wawancara adik Abraham Tefnai .....	
Gambar 4.7. Wawancara adik Tobias Faot .....	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat izin penelitian .....	76
Lampiran 2. Surat selesai penelitian .....	77
Lampiran 3. Instrumen penelitian .....	78
Lampiran 4. Bukti pengumpulan data.....	81
Lampiran 5. Bukti analisis data.....	88
Lampiran 6. Foto kegiatan penelitian.....	92

## ABSTRAK

### **OPTIMALISASI PEMBELAJARAN SEPAK BOLA SAAT PANDEMIC COVID-19 DI SDK ST. TARSISIUS LEWOLEBA**

Bean B. B<sup>1\*</sup>, Nafie. J. A<sup>2</sup>, Nope E. F<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. Nardybean@gmail.com

**Latar belakang:** Berdasarkan latar belakang masalah, Optimalisasi pembelajaran sepak bola saat pandemic covid-19 di sdk st. Tarsisius lewoleba sudah di terapkan namun masih ada beberapa siswa yang belum mampu menerapkannya secara baik dan benar, di karenakan adanya pandemic covid-19 yang menghambat proses pembelajaran. Cara yang saya lakukan adalah dengan memberikan penjelasan serta petunjuk kepada siswa sehingga mereka bisa memahaminya dan menyuruh salah satu siswa untuk memberikan contoh menggiring bola,pasing menggunakan kaki bagian dalam dan luar.

**Tujuan penelitian:** Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui optimalisasi pembelajaran sepak bola saat pandemic covid-19 di SDK St. Tarsisius lewoleba

**Metode penelitian:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data yang digunakan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi serta teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Sampel pada penelitian ini adalah kepala sekolah, guru PJOK, dan siswa kelas VI SDK St. Tarsisius lewoleba.

**Hasil dan pembahasan:** pembelajaran sepak bola merupakan salah satu upaya strategis untuk meningkatkan proses pembelajaran bagi siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran sepak bola sudah di terapkan di SDK St. Tarsisius lewoleba. Sehingga para siswa dapat mencapai tingkat keberhasilan proses dan hasil belajar siswa.

**Simpulan:** Pembelajaran sepak bola saat pandemic covid-19 yang telah di laksanakan di SDK St. Tarsisius lewoleba sudah diterapkan dengan baik.

**Kata kunci:** *pembelajaran sepak bola saat pandemic;*

## ABSTRACT

### **OPTIMIZATION OF FOOTBALL LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN SDK ST. TARSISUS LEWOLEBA**

Bean B. B<sup>1\*</sup>, Nafie. J. A<sup>2</sup>, Nope E. F<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

email. loydttafully@gmail.com

**Background:** Based on the background of the problem. Optimizing of soccer learning during the covid-19 pandemic in SDK st. Tarsius lewoleba has been implemented but there are still some students who have not been able to apply it properly and correctly, due to the covid-19 pandemic which hampers the learning process. The way I do it to give explanations and instructions to students so they can understand it and tell one of the students to do it. Students to give examples of dribbling. Passing using the inside and outside of the foot.

**Research objective:** The purpose of this study was to determine the optimization of soccer learning during the covid-19 pandemic at SDK St. Tarsius lewoleba.

**Research method:** The method used in this research is descriptive qualitative with data collection techniques used through observation, interviews and documentation as well as data analysis techniques in this study, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The samples in this study were principals, PJOK teachers, and sixth grade students of SDK St. Tarsius lewoleba.

**Result and discussion:** football learning is one of the strategic efforts to improve the learning process for students. The results showed that soccer learning had been implemented in SDK St. Tarsius lewoleba. So that students can achieve a level of success in the process and student learning outcomes.

**Conclusion:** Learning football during the covid-19 pandemic that has been carried out at SDK St. Tarsius lewoleba has been applied well. However, in soccer learning there are still students who have not been able to apply it correctly. This is because their age is still very minimal.

**Keyword:** soccer lessons during a pandemic;

## **BIODATA PENULIS**



### **Identitas**

1. Nama: Bernardus Beda Bean
2. Tempat/ tanggal lahir : 18 Desember 1994
3. Alamat : Naikoten 1
4. Nomor *handpone* : 082236972156
5. Alamat email : Nardybean@gmail.com
6. Nama Ayah : Karolus Kame Bean
7. Nama Ibu : Maria Lone Luon

### **Riwayat pendidikan**

1. SDK 2 St. Angela Marici Lewoleba (2001-2009)
2. SMP St. Pius X (2009-2012)
3. SMA Negeri 1 Nubatkan (2012-2014)