

**PERMAINAN TRADISIONAL MENJALA IKAN DALAM
PEMBELAJARAN PENJASORKES UNTUK
MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI**

SKRIPSI

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



**YUSAK TINOLDES LAUBURA
NIM. 16323292**

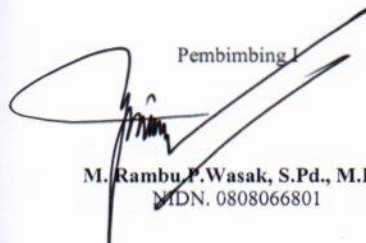
**PROGDI: PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Yusak Tinoldes Laubura**, NIM. 16323292, dengan judul: **"Permainan Tradisional Menjala Ikan dalam Pembelajaran Penjasorkes untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani"** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 20, bulan Desember, tahun 2022

MENYETUJUI

Pembimbing I



M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0808066801

Pembimbing II



Jimmy Ch. Atty S.Pd., M.Fis.
NIDN. 0820068502

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR


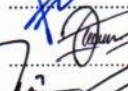
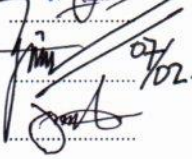
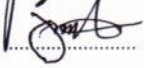


Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or
NIDN. 0802026601

HALAMAN PENGESAHAN


Skripsi atas nama **Yusak Tinoldes Laubura**, NIM. 16323292, dengan judul: **“Permainan Tradisional Menjala Ikan dalam Pembelajaran Penjasorkes untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani”** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 20, bulan Desember, tahun 2022. dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 23, bulan Desember, tahun 2022

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Dr. Lukas Maria Boleng, M.Kes.	Penguji Utama	
Fredik Edison Nope, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota	
Magdalena R. P. Wasak, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	 07/12-2023
Jimmy Ch. Atty, S.Pd., M.Fis.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Ketua Program Studi PJKR

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

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertandatangan di bawahini:

Nama : Yusak Tinoldes Laubura
NIM : 16323292
Semester : Dua Belas (XII)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Hubungan antara Kompetensi Guru dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

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, 02 Agustus 2022
Yang menyatakan



Yusak Tinoldes Laubura
NIM. 16323292

MOTTO

Aku mau bersyukur kepada Tuhan dengan
segenap hatiku, aku mau menceritakan
segala perbuatan-Mu yang ajaib

(Mazmur 9:2)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus yang telah memberikan kekuatan dan tuntunan selama ini.
2. Kedua orang tua; Bapak Oktofianus Laubura dan Mama Agustina Palinata, yang telah memberikan kesempatan untuk dapat menuntut ilmu.
3. Saudari Anita Y. Laubura, S.Pd., yang telah memberikan motivasi selama perkuliahan.
4. Keluarga besar Laubura: Magawati Laubura, Bhoz Laubura, Aurora Laubura, Desi Anceria laubura dan Jack Oktofian Laubura, yang telah memberikan bantuan moril dan motivasi selama studi.
5. Teman-teman seperjuangan Angkatan 2016 yang telah mendukung selama perkuliahan.
6. Almamaterku tercinta UKAW Kupang.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan perlindunga-Nya, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **“Permainan Tradisional Menjala Ikan dalam Pembelajaran Penjasorkes untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani”**, dengan baik.

Peneliti sungguh menyadari, bahwa dalam menyusun skripsi ini ada banyak pihak yang membantu peneliti baik dalam bentuk dukungan moril maupun material. Untuk itu, dengan penuh kerendahan hati peneliti ingin menyampaikan limpah terima kasih:

1. Dr. Ir. Ayub U. I. Meko, M. Si., selaku Rektor Universitas Artha Wacana (UKAW) Kupang yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh studi S1.
2. Dr. Andreas J.F. Lumba, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.
3. Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or., Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) UKAW Kupang.
4. M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam penulisan skripsi ini.
5. Jimmy Ch. Atty, S.Pd., M. Fis., selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis dalam penulisan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu dosen dan staf pengajar pada program studi PJKR FKIP UKAW yang telah memberikan ilmu bagi peneliti.
7. Irma Charmi Christina Boimau, S.Pd., selaku Kepala SD Inpres Oebufu yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
8. Drs. Dumuliahi Djami, M.Si., selaku Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Kupang yang telah memberikan kesempatan untuk dapat melaksanakan penelitian.

9. Dr. Jefirstson R. Riwu Kore, S.E., M.M., selaku Wali Kota Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk dapat melaksanakan penelitian.

Peneliti juga menyadari, bahwa penulisan skripsi masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karna itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti mengharapkan semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada Program studi PJKR UKAW Kupang.

Kupang, 20 Desember 2022

Peneliti,

Yusak Tinoldes Laubura
NIM. 16323292

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
BIODATA PENULIS	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II.KAJIAN PUSTAKA	11
A. Permainan Tradisional	11
B. Permainan Menjala Ikan	13
C. Tujuan Permainan	15
D. Cara Bermain Menjala Ikan	16
E. Peraturan Permainan	19
F. Pembelajaran Penjasorkes.....	20
G. Kebugaran Jasmani Siswa.....	24
H. Kerangka Berpikir.....	29

BABIII. METODE PENELITIAN.....	31
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	31
1. Pendekatan	31
2. Jenis	31
B. Desain Penelitian	32
C. Variabel, Definisi Konseptual, Oprasionalisasi, dan Indikator.....	35
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
1. Tempat	36
2. Waktu.....	36
E. Populasi, Sampel, danTeknik <i>Sampling</i>	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel	38
3. Teknik <i>sampling</i>	38
F. Instrumen Penelitian	39
G. Teknik Analisis Data.....	43
H. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	43
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Demografi Responden Penelitian	45
B. Hasil Penelitian	45
C. Pembahasan.....	56
BAB V. PENUTUP.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Variabel, Definisi konsep, Operasionalisasi dan Indikator.....	35
Tabel 3.2. Waktu penelitian	37
Table 3.3. Rubrik instrumen penelitian	41
Tabel 4.1. Demografi Informan Penelitian	45
Table 4.2. Rekapitan penilaian siklus I	48
Table 4.3. Rekapitulasi Hasil Siklus I.....	50
Table 4.4. Rekapitan penilaian siklus II	54
Table 4.5. Rekapitulasi Hasil Siklus II.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Simulasi permainan menjala ikan	20
Gambar 2.2. Alur kerangka berpikir	30
Gambar 3.1. Alur siklus PTK.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	63
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	64
Lampiran 3. Instrumen penelitian	65
Lampiran 4. Bukti analisis data.....	68
Lampiran 5. Foto kegiatan penelitian.....	71

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Yusak Tinoldes Laubura
2. Tempat/tanggal lahir : Bungawaru, 03 Desember 1998
3. Alamat : Jl. Mone, RT. 019, RW. 007, Oesapa
4. Nomor *handpone* : +62 822 4749 9259
5. Alamat email : yusaktinoldeslaubura@gmail.com
6. Nama Ayah : Oktofianus Laubura
7. Nama Ibu : Agustina Palinata

B. Riwayat pendidikan

1. SD Inpres Mauta 3, Kalabahi (2004-2010)
2. SMP 1 Jibrael, Kalabahi (2010-2013)
3. SMA Muhammadiyah, Kalabahi (2013-2016)