

**PROSES PEMBELAJARAN PJOK LOMPAT JAUH GAYA SCHNEPPER
PADA SISWA KELAS IV SDI DEROK KABUPATEN BELU**

SKRIPSI

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



LUSIANUS HALEK

NIM. 18320157

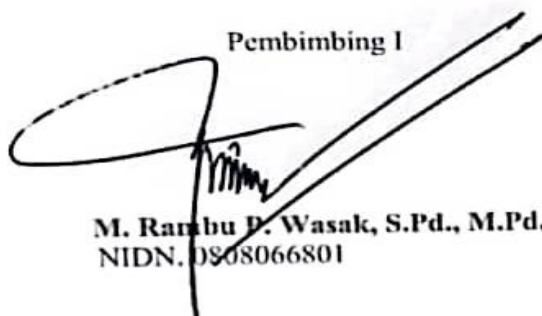
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas Nama Lusianus Halek, NIM.18320157, dengan judul: " **Pro Pembelajaran pjok Lompat Jauh Gaya *Schnepper* Pada Siswa Kelas IV Derok Kabupaten Belu**" telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal **15** bulan **Agustus**, tahun 2024.

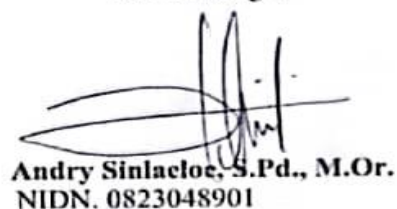
MENYETUJUI

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Andry Sinlaetoe, S.Pd., M.Or.
NIDN. 0823048901

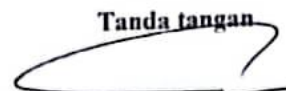
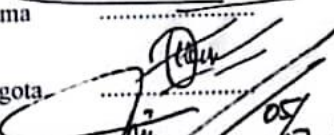
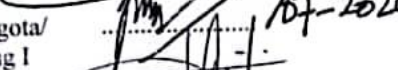



MENGESAHKAN
Ketua Program Studi PJKR
KUPANG
Jenanda M. Mac, S.pd., M. Or.
NIDN. 0802026601

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama Lusanus halek, NIM. 18320157, dengan judul: "proses pembelajaran pjok lompat jauh gaya *schnepper* pada siswa kelas IV SDI DEROK" telah dipertanggung jawabkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 7, bulan Februari, tahun 2024 dan dinyatakan "LULUS" pada tanggal 13 bulan Februari, tahun 2024

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Agustinus J. Nafie, S.Pd., M.Or.	Penguji Utama	
Fredik E.Nope, S.pd.,M.Or.	Penguji Anggota	
M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	 07-2024
Andy Sinlaeloc, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN


Dekan FKIP
Dr. Augustini D. Y. Ropindra, M.Si., Ph.D.
NIDN. 0822026601

Ketua Program Studi PJKR



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

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Lusianus halek
NIM : 18320157
Semester : XII
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatandan Rekreasi
Judul Skripsi : proses pembelajaran pjok lompat jauh gaya *schnipper*
pada siswa kelas IV SDI DEROK

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, 6 Desember 2023

Yang menyatakan



Lusianus halek
NIM : 18320157

MOTTO

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

(Amsal 23:18)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang selalu memberikan pertolongan dalam kesehatan dan aka lbudi.
2. Kedua orang tua Bapak, Kornelis Halek Ibu Yosinta Rika yang selalu mendukung dalam doa, memotivasi saya untuk selalu semangat dan membiayai perkuliahan hingga dapat menyelesaikan skripsi.
3. Saudara kandung yang pertama kakak Ernestu, kakak Gaudensiana Kiiik, kakak Neli Susana, kakak Petronela Halek, kakak Felixtas Ikun Halek dan adik Meliana Santi Halek yang selalu mendukung dalam doa, memberikan motivasi kepada saya untuk selalu semangat dan yang telah membantu ke dua orang tua saya dalam membiayai selama proses perkuliahan.
4. Teman-teman seperjuangan pada Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan serta teman-teman, (Jefri, Aldy, Sintus, Ari, Maria, Doputra, Tina, Serlina, Monika) yang khususnya pada program studi PJKR- Olahraga UKAW Tahun angkatan 2018 selalu menemani peneliti disaat membutuhkan bantuannya. Semoga amal baik mereka dapat di balas oleh Tuhan Yang Maha Kuasa
5. Almamater tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Peneliti Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan Hikmat, Karunia serta Rahmat kepada peneliti sehingga peneliti menyusun Skripsi ini sehingga dapat berjalan dengan lancar dan dapat selesai tepat waktu dengan judul “Proses Pembelajaran PJOK Lompat Jauh Gaya *Schnepper* Pada Siswa Kelas IV SDI Derok Kabupaten Belu ini dapat berjalan dengan baik. Peneliti menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Sehubungan dengan itu, Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

- 1 Prof. Dr. Ir. Godlief F. Neonufa, MT, sebagai rektor Universitas Artha Wacana Kupang
- 2 Dra. Anggreini D.N.Rupidara,M.Si.,Ph.D, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- 3 Ramona M. Mae, S.Pd., M. Or., sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Juga menjadi dosen penasehat akademik yang selalu memberikan nasehat serta memudahkan Peneliti dalam pengurusan berkas di program studi.
- 4 M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd., Selaku Pembimbing I yang selalu sabar, tulus menyisihkan waktu dan tenaga untuk membimbing, mengarahkan penulis serta mendukung penulis dalam menyusun Skripsi ini dengan baik.
- 5 Andry Sinlaeloe, S.Pd., M.Or. sebagai dosen Pembimbing II yang selalu sabar, tulus menyisihkan waktu dan tenaga untuk membimbing, mengarahkan penulis serta mendukung penulis dalam menyusun Skripsi ini dengan baik
- 6 Bapak/Ibu Dosen Staf pengajar pada program studi PJKR FKIP UKAW yang telah memberikan ilmu bagi peneliti.
- 7 Filomino Dosantos, S.Pd, Selaku Kepala Bersama Staf Pengajar Sekolah SDI Derok yang telah memberikan tempat dan membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
- 8 Jonisius R. Mali selaku Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Belu. yang sudah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di wilayahnya kabupaten Belu.

9 Dr. Agustinus Taolin, Sp. PD-KGEH, FINASIM, Sebagai Bupati kabupaten Belu yang sudah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di wilayahnya kabupaten Belu.

Peneliti juga menyadari, bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini. peneliti mengharapkan semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada program studi PJKR UKAW kupang.

Kupang, 16 Maret 2024

Penulis

Lusianus Halek

NIM. 18320157

DAFTAR ISI

HALAMAN Sampul	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	x
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
G. Definisi Operasional konsep.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
A. Proses Pembelajaran	6
1. Pengertian Belajar.....	6
2. Jenis Pembelajaran.....	7
3. Tujuan Pembelajaran	7
B. Atletik.....	9
C. Hakekat Lompat Jauh.....	15
D. Peraturan Lompat Jauh	20
E. Kerangka Berpikir	21
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian	24
B. Desain Penelitian.....	24
C. Variabel Definisi Konsep Operasionalisasi, Dan Indikator.....	24
D. Tempat Dan Waktu Penelitian	25
E. Peranan Penelitian Dan Informan Penelitian.....	25
F. Sumber Data	26

G. Teknik Pengumpulan Data.....	26
H. Teknik Analisis Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
A. Demografi Informan Penelitian	28
B. Hasil Penelitian	30
C. Pembahasan	35
BAB V PENUTUP	39
A. Simpulan	39
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA	40

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel, Devenisi konsep Operasionalisasi, dan Indikator.....	25
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu penelitian	25
Tabel 4.2 Nama-nama informan penelitian.....	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bak lompat jauh.....	21
Gambar. 2.2 kerangka berpikir.....	22
Gambar 4.1 Profil Sekolah SDI Derok.....	28
Gambar 4.2 Peneliti wawancara bersama kepala sekolah.....	31
Gambar 4.3 Peneliti wawancara bersama guru penjaskes.....	33
Gambar 4.4 Peneliti wawancara bersama siswa/siswi	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	43
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	44
Lampiran 3. Instrumen penelitian	48
Lampiran 4. Bukti pengumpulan data.....	51
Lampiran 5. Foto kegiatan penelitian	55

ABSTRAK
PROSES PEMBELAJARAN PJOK LOMPAT JAUH GAYA SCHNEPPER
PADA SISWA KELAS IV SDI DEROK KABUPATEN BELU

Lusianus Halek^{1*}, Magdalena Rambu P. Wasak², Andry Sinlaeloe³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia.

email. Haleklusi5@gmail.com

Latar belakang : berdasarkan pengamatan serta observasi Proses pembelajaran penjasorkes di tingkat sekolah dasar perlu diajarkan, untuk meningkatkan minat, kreatififitas dan presatsasi, akan tetapi hasil Proses pembelajaran pada sisaw kelas IV di SDI Derok Kabupaten Belu yang diharapkan kurang optimal, khususnya pada pembelajaran lompat jauh gaya *Schnepper*.

Tujuan penelitian : untuk mengetahui Proses Pembelajaran Materi Lompat Jauh Gaya *Schnepper* pada siswa kelas IV SDI Derok Kabupaten Belu.

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, display data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dan pembahasan : pembelajaran lompat jauh dengan teknik *schnepper* sangatlah penting untuk diajarkan kepada siswa/siswi, demi meningkatkan kemam puam,bakat dan juga meraih prestasi,setiap siswa dibutuhkan pembelajaran dengan menguasai materi yang disiapkan oleh guru PJOK dan mampu memberikan pemahaman secara tuntas, jelas menyediakan sarana prasarana serta melakukan praktek

Simpulan : dari hasil penelitian disimpulkan bahwa Pentingnya pembelajaran PJOK dalam mengajarkan materi lompat jauh khususnya teknik gaya *schnepper* dengan memperhatikan sarana, metode pelajaran yang tepat demi meningkatkan bakat, kemampuan serta demi meraih prestasi.

Kata kunci : Lompat jauh gaya *Schnepper*.

ABSTRACT
**LEARNING PROCESS OF PJOK LONG JUMP SCHNEPPER STYLE IN
CLASS IV STUDENTS OF SDI DEROK BELU DISTRICT**

Lusianus Halek^{1*}, Magdalena Rambu P. Wasak², Andry Sinlaeloe³

1,2,3Physical Education, Health and Recreation Study Program, Faculty of Teacher
Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

e-mail. Haleklusi5@gmail.com

Background: Based on observations and observations, the physical education learning process at elementary school level needs to be taught, to increase interest, creativity and achievement, however, the results of the learning process for class IV students at SDI Derok, Belu Regency are expected to be less than optimal, especially in learning the Schnepper style long jump.

Research objectives: to find out the learning process for Schnepper style long jump material for class IV students at SDI Derok, Belu Regency.

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 research, namely data reduction, data display and drawing conclusions.

Results and discussion: Long jump learning using the Schnepper technique is very important to be taught to students, in order to improve their abilities, talents and also achieve achievements, each student needs to learn by mastering the material prepared by the PJOK teacher and be able to provide a complete understanding, provide clear infrastructure and carry out practice.

Conclusion: From the results of the research it was concluded that the importance of learning PJOK in teaching long jump material, especially the Schnepper style technique, is by paying attention to appropriate facilities and learning methods in order to improve talent, ability and to achieve achievement.

Keywords: Long jump schnepper style

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Lusianus Halek
2. Tempat/tanggal lahir : Turiskain, 06/12/1995
3. Agama : Katholik
4. Alamat : Turiskain
5. Nomor handpone : +62 812-2701-7446
6. Alamat email : e-mail. Haleklusi5@gmail.com
7. Nama Ayah : Kornelis Halek
8. Nama Ibu : Maria Yosinta Rika

B. Riwayat Pendidikan

1. SDI Nengri Turiskain (2004-2010)
2. SMP Negeri Satap Wetear (2011-2013)
3. SMA Gabriel Manek Svd. (2015- 2017)
4. Perguruan Tinggi UKAW (2018- 2024)

