

**STRATEGI GURU DALAM MEMANFAATKAN BOLA  
PLASTIK DALAM MENINGKATKAN PSIKOMOTOR SISWA  
DI SMA NEGERI 9 KOTA KUPANG**

# **SKRIPSI**

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



**FLORIANUS MARTINO LUDUNG  
NIM. 17322011**

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

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Florianus Martino Ludung**, NIM. 17322011, dengan judul: “**Strategi Guru Dalam Memanfaatkan Bola Plastik Dalam Meningkatkan Psikomotor Siswa Di SMA Negeri 9 Kota Kupang**” telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 18 bulan Mei tahun 2024

## MENYETUJUI

Pembimbing I

Pembimbing II



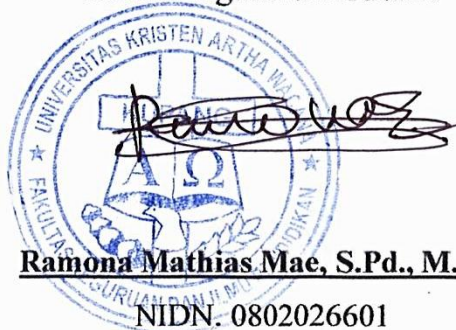
David Loba, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0810017401



Yahya J. Palinata, S.Pd., M.Or.  
NIDN. 0831018901

## MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR







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

## HALAMAN PENGESAHAN

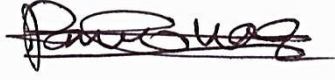
Skripsi Atas Nama **Florianus Martino Ludung**, NIM. 17322011, Dengan Judul: **“Strategi Guru Dalam Memanfaatkan Bola Plastik Dalam Meningkatkan Psikomotor Siswa Di SMA Negeri 9 Kupang”** Telah Di Pertanggungjawabkan Didepan **Dewan Penguji** Pada Tanggal 18 Bulan Mei Tahun 2024 Dan Dinyatakan **“LULUS”** Pada Tanggal 27 Bulan Mei Tahun 2024.

### DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Agustinus J. Nafie, S.Pd., M.Or.	Penguji Utama	
Jimmy Charter Atty, S.Pd., M.Fis.	Penguji Anggota	
David Loba, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Yahya J. Palinata, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

### MENGESAHKAN

Dekan FKIP  
  
**Dra. Anggreini D.N. Rupidara. M.Si. Ph.D**  
NIDN. 0825086801

Ketua Program Studi PJKR  
  
**Ramona Mathias Mae, S.Pd., Mor.**  
NIDN.0802026601

## PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Florianus Martino Ludung  
NIM : 17322011  
Semester : Empat belas (XIV)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi  
Judul Skripsi : Strategi Guru Dalam Memanfaatkan Bola Plastik Dalam Meningkatkan Psikomotor Siswa Di SMA Negeri 9 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 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, 17 April 2024

Yang menyatakan



Florianus Martino Ludung

NIM. 17322011

## **MOTTO**

**“AKHIR SUATU HAL, LEBIH BAIK, DARIPADA AWALNYA, PANJANG SABAR  
LEBIH BAIK DARIPADA TINGGI HATI.”**

**PENGKHOTBAH 7:8**

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus sebagai Jurus Selamat.
2. Ayah dan Ibunda tercinta yang telah memberikan dukungan moril maupun material serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya.
3. Keluarga besar yang selalu mendukung dalam proses perkuliahan hingga selesai.
4. Segenap civitas akademika Universitas Kristen Artha Wacana Kupang, staf pengajar, karyawan, dan seluruh mahasiswa.
5. Keluarga besar ASPEM MOF yang telah banyak memberi masukan, semangat, dan arahan hingga akhirnya dapat terselesaikan Skripsi ini.
6. Teman-teman baik itu teman kuliah seangkatan maupun adik kelas pada Prodi PJKR Universitas Kristen Artha Wacana Kupang, yang juga telah banyak memberi masukan, semangat, dan arahan hingga akhirnya dapat terselesaikan Skripsi ini.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur yang berlimpah peneliti panjatkan ke Hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas kemurahan dan penyertaan-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Strategi Guru Dalam Memanfaatkan Bola Plastik Dalam Meningkatkan Psikomotor Siswa Di SMA Negeri 9 Kota Kupang” ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Untuk mendapatkan tujuan dan cita-cita yang diimpikan serta dinantikan tidak mudah, impian tersebut haruslah memerlukan waktu, perjuangan kerja keras dan pengorbanan. Perjalanan yang penuh dengan tantangan selama proses pembuatan skripsi ini akhirnya dapat diatasi berkat bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Godlief F. Neonufa, MT, Selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana
2. Dra. Anggreini D.N Rupidara, M.Si. Ph.D, Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
4. David Loba, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing I yang sudah mendukung dan membimbing selalu korektif dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
5. Yahya J. Palinata, S.Pd., M.Or., selaku Pembimbing II sekaligus dosen penasehat akademik yang selalu sabar dan membimbing peneliti hingga ke tahap penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak/Ibu staf Dosen pengajar pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membimbing peneliti.
7. Adelgina N. Liu, S.Pd, selaku kepala sekolah SMA Negeri 9 Kota Kupang bersama staf yang sudah memberikan kesempatan kepada peneliti dalam melakukan penelitian ini.

8. Kedua orang tua yang telah memberikan doa dan dukungan untuk peneliti dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
9. Keluarga besar, yang sudah memberikan suport untuk peneliti dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
10. Teman-teman angkatan, yang ikut membantu dalam menyusun skripsi penelitian ini, tanpa bantuan teman-teman skripsi penelitian ini tidak dapat diselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, semua bentuk kritik dan saran yang membantu sangat peneliti harapkan dan tentu saja akan penulis terima dengan senang hati. Dengan begitu, akan menjadi suatu pelajaran berharga untuk peneliti supaya bisa menulis skripsi yang lebih baik lagi dikemudian hari. Semoga skripsi ini bisa memberikan manfaat untuk semua pembaca. Akhir kata peneliti ucapkan limpah terima kasih.

Kupang, Juli 2024

Peneliti,

Florianus Martino Ludung

NIM. 1732011



## DAFTAR ISI

	Hal
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiv
<b>ABSTRACT</b> .....	xv
<b>BIODATA PENULIS</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Permainan Bola Voli .....	10
B. Karakteristik Peserta Didik Usia SMA .....	18
C. Aspek Psikomotor .....	21
D. Pemanfaatan Bola Plastik Sebagai Media Pembelajaran .....	30
E. Kerangka Berpikir .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	34

B. Desain Penelitian .....	35
C. Variabel, Definisi Konsep, Operasionalisasi, dan Indikator .....	40
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	41
E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	42
F. Instrumen Penelitian .....	43
G. Teknik Analisis Data .....	45
H. Indikator Keberhasilan .....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Demografi Responden Penelitian .....	47
B. Hasil Penelitian .....	48
C. Pembahasan .....	73
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	77
B. Saran .....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Rangkaian gerak servis .....	13
Gambar 2.2 Teknik melakukan <i>passing</i> atas .....	14
Gambar 2.3 Teknik melakukan <i>passing</i> bawah .....	17
Gambar 2.4 Teknik melakukan <i>smash</i> .....	17
Gambar 2.5 Teknik melakukan <i>block</i> .....	18
Gambar 2.6 Kerangka Berpikir .....	33
Gambar 3.1 Siklus Penelitian Tindakan .....	36
Gambar 4.1 Sikap awal <i>Passing</i> Atas (Siklus 1) .....	51
Gambar 4.2 Perkenaan <i>Passing</i> Atas (Siklus 1) .....	51
Gambar 4.3 Sikap awal <i>Passing</i> Bawah (Siklus 1) .....	52
Gambar 4.4 Perkenaan <i>Passing</i> Bawah (Siklus 1) .....	53
Gambar 4.5 Pelaksanaan Siklus 1 .....	54
Gambar 4.6 Refleksi Siklus 1 .....	61
Gambar 4.7 Sikap awal <i>Passing</i> Atas (Siklus 2) .....	63
Gambar 4.8 Perkenaan <i>Passing</i> Atas (Siklus 2) .....	64
Gambar 4.9 Sikap awal <i>Passing</i> Bawah (Siklus 2) .....	65
Gambar 4.10 Perkenaan <i>Passing</i> Bawah (Siklus 2) .....	65
Gambar 4.11 Pelaksanaan Siklus 2 .....	66
Gambar 4.12 Refleksi Siklus 2 .....	73

## DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 3.1 Definisi Konsep, Operasionalisasi Dan indikator .....	41
Tabel 3.2 Waktu Penelitian .....	42
Tabel 3.3 Kriteria Ketuntasan Belajar .....	46
Tabel 4.1 Demografi Responden Penelitian .....	47
Tabel 4.2 Hasil Ketuntasan <i>Passing</i> Atas Permainan Bola Plastik Siklus 1 ...	56
Tabel 4.3 Hasil Ketuntasan <i>Passing</i> Bawah Permainan Bola Plastik Siklus 1	57
Tabel 4.4 Hasil Belajar <i>Passing</i> Atas Siklus 1 .....	59
Tabel 4.5 Hasil Belajar <i>Passing</i> Bawah Siklus 1 .....	60
Tabel 4.6 Hasil Ketuntasan <i>Passing</i> Atas Permainan Bola Plastik Siklus 2 ...	68
Tabel 4.7 Hasil Ketuntasan <i>Passing</i> Bawah Permainan Bola Plastik Siklus 2	69
Tabel 4.8 Hasil Belajar <i>Passing</i> Atas Siklus 2 .....	71
Tabel 4.9 Hasil Belajar <i>Passing</i> Bawah Siklus 2 .....	72

## DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian .....	82
Lampiran 2. Surat Selesai Penelitian .....	83
Lampiran 3. Instrumen Penelitian .....	84
Lampiran 4. Bukti Pengumpulan Data .....	89
Lampiran 5. Bukti Analisis Data .....	93
Lampiran 6. Foto Kegiatan Penelitian .....	99

## ABSTRAK

### STRATEGI GURU DALAM MEMANFAATKAN BOLA PLASTIK DALAM MENINGKATKAN PSIKOMOTOR SISWA DI SMA NEGERI 9 KOTA KUPANG

Florianus Martino Ludung<sup>1</sup>, David Loba<sup>2</sup>, Yahya J. Palinata<sup>3</sup>

Universitas Kristen Artha Wacana Kupang<sup>1,2,3</sup>  
[floriludung@gmail.com](mailto:floriludung@gmail.com)

**Latar belakang:** Pendidikan jasmani yang ada di SMA Negeri 9 Kota Kupang dalam pembelajaran penjasorkes masih bersifat tradisional. Oleh sebab itu, masih banyak siswa yang gerakannya masih belum aktif atau belum lincah dalam permainan bola voli, sehingga guru mengambil peran dengan memanfaatkan bola plastik untuk meningkatkan psikomotor.

**Tujuan penelitian:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui strategi yang dilakukan oleh guru penjasorkes dalam meningkatkan psikomotor siswa dengan memanfaatkan bola plastik pada materi permainan bola voli mini di SMA Negeri 9 Kota Kupang.

**Metode penelitian:** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan dan dilakukan dengan dua siklus, setiap siklus dimulai dengan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 peserta didik. Data dikumpulkan dari hasil observasi dan tes.

**Hasil dan Pembahasan:** Hasil penelitian ini diketahui bahwa pada siklus 1 pembelajaran *passing* atas dan *passing* bawah siswa Kelas XI SMA Negeri 9 Kota Kupang yang tuntas masing-masing diperoleh persentase 35% dan 45%. Persentase ini masih kurang dari target penelitian ini yang mengharapkan minimal 85% siswa secara klasikal memperoleh nilai akhir 85 (KKM) sehingga dilanjutkan pada siklus 2. Setelah dilakukan refleksi, pada siklus 2 persentase ini telah mencapai target penelitian yaitu *passing* atas sebesar 85% dan *passing* bawah sebesar 95%. Persentase ini telah mencapai (melewati) target penelitian ini yaitu siswa mampu mencapai persentase minimal 85% secara klasikal atau memperoleh nilai akhir > 85 (KKM).

**Simpulan:** Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa pembelajaran permainan bola voli menggunakan bola plastik dapat meningkatkan psikomotor siswa.

**Kata Kunci:** Hasil belajar, Permainan bola voli, Bola plastik, Psikomotor siswa

## BIODATA PENULIS



### 1. Identitas Penulis

Nama : Florianus Martino Ludung  
Tempat, Tanggal, Lahir : Tabanan, 26 Oktober 1996  
Alamat : RT 005, RW 002, Wairpelit  
Nomor Handpone : 0821 4641 3193  
Alamat email : [floriludung@gmail.com](mailto:floriludung@gmail.com)  
Nama Ayah : Silverster Rovinus Kasto  
Nama Ibu : Agustina Gonsiana

### 2. Riwayat Pendidikan

SDK Wairpelit : 2003-2009  
SMPK Kimang Buleng : 2009-2012  
SMA Negeri 2 Maumere : 2013-2015