

**TINGKAT KECEPATAN DAN KETEPATAN *SHOOTING*
SEPAK BOLA MELALUI MODEL PERMAINAN TARGET
PADA KLUB PUTRA SIKUMANA**

SKRIPSI

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



ALEXANDER YORDANIO CARLOS WOSA

NIM. 19320019

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DANREKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama Alexander Y. C. Wosa, NIM. 19320019, dengan judul: “Tingkat Kecepatan Dan Ketepatan *Shooting* Sepak Bola Melalui Model Permainan Target Pada Klub Putra Sikumana” telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 31 bulan Januari tahun 2026.

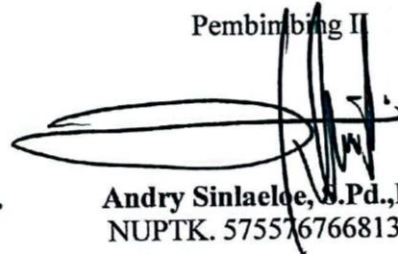
MENYETUJUI

Pembimbing I



Dr. Anderias J. F. Lumba, S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 5138746647130143

Pembimbing II



Andry Sinlaelee, S.Pd., M.Or
NUPTK. 5755767668130342



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama Alexander Y. C. Wosa, NIM. 19320019, dengan judul: **“Tingkat Kecepatan Dan Ketepatan *Shooting* Sepak bola Melalui Model Permainan Target Pada Klub Putra Sikumana”** telah dipertanggungjawabkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 31 bulan Januari tahun 2026 dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 06 bulan Februari tahun 2026.

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Dr. Robert Tetikay, S.Pd., M.Pd.	Penguji Utama	
David Loba, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota	
Dr. Anderias J.F.Lumba, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Andry Sinlaeloe, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Dra. Anggren D. M. Rupidara, M.Si., Ph.D
NUPTK. 71570246647230103

Ketua Program Studi PJKR



Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or
NUPTK. 4534744645130132

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alexander Y.C.Wosa
NIM : 19320019
Semester : Tiga Belas (XIII)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Tingkat Kecepatan Dan Ketepatan *Shooting* Sepak Bola Melalui Model Permainan Target Pada Klub Putra Sikumana

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebasplagiasi**. 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, 06 Februari 2026

Yang menyatakan



Alexander Y.C.Wosa

NIM. 19320019

MOTTO

SETIAP HARAPAN

Pasti Ada Tantangan, Dan Di Setiap Tujuan
Pasti Ada Ujian, Ini Hanya Tidak Mudah,
Bukan Tidak Mungkin.

Yeremia 29 : 11

Hanya Karena Prosesmu Lambat,
Bukan Berarti Kamu Gagal.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Segala puji dan syukur kita panjatkan kehadiran Tuhan yang maha Esa atas rahmat dan karunianya sehinggalah saya dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik.
2. Kupersembahkan karya sederhana ini untuk orang yang sangat kucintai kepada Bapak Hilarius A.G. Wosa Dan Ibu Suryati Wadu Udju yang selalu memberikan dukungan moril maupun materil, yang selalu memanjatkan doa dan cinta kasih untuk putramu ini yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas persembahan ini. Semogga ini menjadi langkah awal putramu ini untuk Ayah dan Ibu bahagia. Mungkin tak dapat kuberucap namun hati ini selalu bicara bahwa aku sangat menyayangi kalian berdua.
3. Teruntuk Opa dan Oma (Almarhumah) Carolus Wosa dan Martha Tida semogga engkau ditempatkan disisi kanan Allah Bapa dan mudah-mudahan ditempatkan di surga Amin, yang awalnya saya berkeinginan engkau hadir di saat saya meraih gelar S.Pd ini namun mungkin Allah Bapa memiliki rencana lain. Dan Bapa Ambrosius Wosa, Bapa Umbu Wosa, Mama Fani Wosa, Mama Melda Wosa, Dan Kaka Dedi Wosa. yang selama ini membantu saya dan bekerja keras membantu ekonomi keluarga, serta mendukung dan memberikan motivasi bagi saya.
4. Keluarga kecilku: Istri tercinta Maria Priska Dhey dan anak tercinta Emerensiana Prisilia Dhey Wosa, atas cinta yang tulus serta pengorbanan dan doa yang mereka panjatkan untuk kesuksesan dan kebahagiaan saya.
5. Saudara dan seluruh keluarga tersayang, yang selalu mendoakan saya dan memotivasi saya dalam segala hal.
6. Seluruh Club Putra Sikumana yang selalu mendukung, menasehati, dan memberikan motivasi serta membantu saya dalam menyelesaikan Skripsi saya dengan baik.
7. Almamater Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

KATA PENGANTAR

Peneliti ungkapkan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa, karena atas petunjuk dan karunia-Nya sehinggalah Skripsi yang berjudul **“Tingkat Kecepatan Dan Ketepatan *Shooting* Sepak Bola Melalui Model Permainan Target Pada Club Putra Sikumana”** ini dapat peneliti selesaikan dengan baik tanpa adanya halangan yang berarti. Peneliti juga mengucapkan terimah kasih sebagai rasa hormat kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan, saran, maupun motivasi dan penulisan Skripsi ini, antara lain:

1. Prof. Dr. Ir. Godlief Frederik Neonufa, MT., selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana Kupang yang sudah memberikan kesempatan peneliti untuk menempuh studi selama ini.
2. Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si.,Ph.D., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Kristen Artha Wacana Kupang yang sudah memberikan kesempatan peneliti untuk menempuh studi selama ini.
3. Ramona M. Mae, S.Pd.,M.Or.,selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi FKIP Universitas Kristen Artha Wacana Kupang yang tulus menerima peneliti untuk mengikuti program studi PJKR.
4. Christin P.M. Rajagukguk, S.Pd.,M.Pd.,selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan nasehat dan membantu peneliti dari awal perkuliahan hinggalah selesai.
5. Dr. Anderias J. F. Lumba, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing I yang telah memberikan arahan,petunjuk dan motivasi dalam membimbing penulis dalam proses penulisan naskah skripsi ini hingga selesai.
6. Andry Sinlaeloe, S.Pd.,M.Or., Selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta motivasi dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan naskah skripsi ini hingga selesai.
7. Seluruh Dosen mata kuliah pada program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

8. Bapa dan Mama serta seluruh keluarga besar yang selalusenantiasamendoakan penulis dan memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
9. Teman-teman seperjuangan umumnya pada program studi PJKR UKAW angkatan 2019 yang selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari naskah skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca sehinggah ada perbaikan nantinya menuju arah yang lebih baik.

Kupang, 31 Januari 2026

Penulis,



Alexander Y. C. Wosa
NIM. 19320019

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	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
ABSTRACT	xiv
BIODATA PENULIS	xviii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II.KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kemampuan Shooting.....	7
B. Hakikat Permainan Sasaran Target	14
C. Hubungan Permainan Dengan Kemampuan Shooting.....	15
D. Kerangka Berpikir.....	16
BABIII. METODE PENELITIAN.....	17
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	17
B. Desain Penelitian.....	17

C. Variabel, Definisi Konseptual, Oprasionalisasi, dan Indikator	23
D. Tempat dan Waktu Penelitian	24
E. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	24
F. Instrumen Penelitian	26
G. Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Demografi Sampel Penelitian	32
B. Hasil Penelitian	34
C. Pembahasan	38
BAB V. PENUTUP.....	42
A. Simpulan	42
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.Variabel, definisi konsep, operasionalisasi, dan indicator

Tabel 3.2.Waktu penelitian

Tabel 3.1.Rubrik Penilaian *Shooting*

Tabel 3. 1.Format Formulir Tes Menembak Bola (*Shooting*)

Tabel 3.3.Norma keterampilan *shooting* sepak bola

Tabel 4.1.Demografi informan penelitian

Tabel 4. 1.Demografi Sampel Ditinjau dari Jenis Kelaminnya

Tabel 4. 2.Demografi Sampel Ditinjau dari Usianya

Tabel 4. 3.Deskripsi Statistik

Tabel 4.4.KategorisasiTingkat Kecepatan dan Ketepatan *Shooting* Sepak Bola
Melalui Model Permainan Target Pada Club Putra Sikumana

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka berpikir

Gambar 3.1. Diagram Lapangan Tes Menembak Bola Ke Sasaran yang Dimodifikasi Widodo (2018). Pengembangan Model Permainan Target untuk Meningkatkan Keterampilan *Shooting* dalam Permainan Sepak bola. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*.

Gambar 4.1. Diagram Batang Tingkat Kecepatan Dan Ketepatan *Shooting* Sepak Bola Melalui Model Permainan Target Pada Club Putra Sikumana

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	46
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	47
Lampiran 3. Instrumen penelitian	48
Lampiran 4. Bukti pengumpulan data	51
Lampiran 5. Bukti analisis data.....	52
Lampiran 6. Foto kegiatan penelitian.....	53

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Alexander Yordanio Carlos Wosa
2. Tempat/tanggal lahir : Waingapu, 09 Mei 2000
3. Alamat : Jl. Esanita, RT. 21/ RW. 08, Oesapa,
Kupang
4. Nomor *handpone* : +62 85339492535
5. Alamat email : Odanwosa4@gmail.com
6. Nama Ayah : Hilarius A.G.Wosa
7. Nama Ibu : Suryati Wadu Udju

B. Riwayat pendidikan

1. TKN Pembina (2005-2006)
2. SD Inpres Nangga Lindi Watu, Lewa (2007-2013)
3. SMP Negeri 1 Lewa (2014-2016)
4. SMA Negeri 1 Lewa (2017-2019)