

**MODIFIKASI SARANA SEPAK BOLA MENGGUNAKAN
LEMUN PEPERMUS DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI
SD NEGERI BIMETA**

SKRIPSI

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



SANJUAN DIDI TAMONOB
NIM. 22320045

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Sanjuan Didi Tamonob**, NIM. **22320045**, dengan judul:
**“Modifikasi Sarana Sepak Bola Menggunakan Lemun Pepermus Dalam
Pebelajaran PJOK di SD Negeri Bimeta”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji
pada tanggal 27, bulan juni, tahun 2026

MENYETUJUI

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Dortean A. Jois Jaha, S.Si, M.A
NUPTK. 0554756657230153

Mengesahkan

Ketua Program Studi PJKR

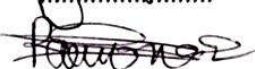


Ramona M. Mac, S.Pd, M.Or.
NUPTK. 4534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Sanjuan Didi Tamonob**, NIM. **22320045**, dengan judul: **“Modifikasi Sarana Sepak Boia Menggunakan Lemun Pepermus Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Bimeta”** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** Pada tanggal 27 bulan juni, tahun 2026 dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 04, bulan juli, tahun 2026

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda Tangan
Dr. Lukas Maria. Boleng, M. Kes	Penguji Utama	
Jimmy Charter Atty, S.Pd. M.Fis	Penguji Anggota	
Ramona M. Mae, S.Pd, M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Dortean A. Jois Jaha, S.Si, M.A	Penguji Anggota/ Pembimbing I	

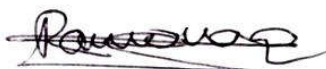
MENGESAHKAN

Dekan FKIP



Dra. Angereipi D. N. Rupidara, M.Si., Ph.D.
NIDN: 7157046647230103

Ketua Program Studi PJKR



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

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sanjuan Didi Tamonob
NIM : 22320045
Semester : Delapan (VIII)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Modifikasi Sarana Sepak Bola Menggunakan Lemun
Pepermus Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri
Bimeta

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, juni 2026

Yang menyatakan



Sanjuan Didi Tamonob

NIM. 22320045

MOTTO

Apa Pun Juga Yang Kamu Perbuat, Perbuatlah Dengan Segenap Hati Mu Seperti Untuk
TUHAN Bukan Untuk Manusia
Kolose 3:23

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. "Tuhan Yesus Kristus," terima kasih atas berkat dan rahmat-Mu yang tak terhitung. Adalah anugerah terbesar-Mu sehingga setiap doa yang penulis panjatkan dapat terkabul dengan sempurna. Segala puji dan syukur bagi Tuhan yang selalu mendengarkan, membimbing, dan membimbing setiap langkah perjalanan ini hingga selesai.
2. Kepada Bapak Jorinias Tamonob dan Ibu Asna Eter Kase, terima kasih atas segala pengorbanan yang tidak pernah terukur. Ayah dan Ibu adalah motivasi terbesar penulis dengan ketulusan membiayai pendidikan ini, penulis akhirnya bisa memuat gelar sarjana. Tidak ada kata yang cukup untuk menggambarkan rasa syukur yang dalam. Doa penulis selalu dipanjatkan untuk kesehatan, kebahagiaan, dan umur panjang Ayah dan Ibu. Biarlah skripsi ini menjadi bukti cinta dan kebahagiaan keluarga, penulis akan terus berjuang menjadi anak yang bersedia dan membawa nama baik keluarga ke mana pun langkah menuju.
3. Penulis persembahkan untuk diri sendiri, Sanjuan Didi Tamonob. Terima kasih kepada diriku sendiri karena tetap berdiri ketika lelah mengejar mimpi, karena memiliki keberanian untuk memulai sesuatu yang tidak mudah, dan kesabaran untuk menyelesaikannya hingga akhir. Terima kasih karena tidak menyerah ketika jalan terasa gelap, tidak mundur ketika tekanan datang dari berbagai arah. Skripsi ini adalah bukti nyata bahwa semua perjuangan, keringat, dan air mata tidak sia-sia ini merupakan pencapaian yang berhak dibanggakan, bukan karena hasil sempurna, tetapi karena telah memberikan yang terbaik dari kemampuan yang dimiliki. Maafkan diri sendiri jika belum hasil sesuai ekspektasi, tapi setiap langkah yang sudah diambil adalah bagian dari proses pembelajaran. Mari terus berkembang, terus belajar, dan terus menjadi lebih baik. Selamat untuk pencapaian ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadapan hadirat Tuhan yang maha Esa atas segala berkat dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Modifikasi Sarana Sepak Bola Menggunakan Lemun Pepermus Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Bimeta”. Dalam penulisan Skripsi ini di ajukan sebagai sala satu syarat untuk memperoleh gelar serjana pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasih, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wancana.

Penulis meyadari bahwa keberhasilan yang di peroleh penulis,tidak terlepas dari bantuan dan dorongan dari berbagi pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, sadar akan hal ini, maka lewat kesempatan ini penulis meyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak terisrimewa ini :

1. Prof. Dr. Ir. Godlief F. Neonufa, M.T. selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana yang telah memberi kesempatan bagi penulis untuk membina ilmu dalam lembaga pendidikan ini.
2. Dr. Anggreini D.N Rupidara, M.Si. Ph.D. Selaku, Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk belajar dan mendalami ilmu serta memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
3. Ramona M. Mae, S.Pd, M.Or. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Penasehat Akademik. Dan juga menjadi pembimbing (1) yang dengan ikhlas dan sabar telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan dan memberikan dorongan kepada penulis dalam meyelesaikan proposal ini.
4. Dorteon A. Jois Jaha, S.Si, M.A selaku Pembimbing (II) yang dengan ikhlas dan sabar telah meluangkan waktu,tenaga dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan dan memberikan dorongan kepada penulis dalam meyelesaikan proposal ini.
5. Kepada Bapa kepala sekolah dan bapa/ibu guru di SD Negeri Bimeta yang telah megijinkan penulis melakukan penelitian Di SD Negeri Bimeta yang

telah memberikan izin dan memberikan sebagian informasi yang dibutuhkan penulis selama melakukan penelitian.

6. Bapa Jorinias Tamonob Dan mama Asna Eter Kase selaku orang tua yang luar biasa yang suda membiayai penulis dalam masa perkuliahan. Saya megucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada kedu orangtua yang saya cintai. Semoga Tuhan membalas semua kebaikan dan cinta yang telah Bapa dan mama curahkan dengan kesehatan, kebahagiaan, dan umur panjang. penulis akan terus berusaha menjadi kaka yang membanggakan dan senantiasa membawa nama baik keluarga.
7. Bapa Yonas Tomonob. SH dan ibu Sally Petronela Toislaka. S.K.M selaku orangtua wali selama masa perkulihan yang suda memberikan motivasi serta doa hingga penulis mampu meyelesaikan hasil penelitian ini dengan baik.
8. Teman-teman seperjuangan pada Program Studi Pindidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi angkatan 2022, teman-teman satu kaki, yang selalu membantu penulis dalam meyelesaikan penulisan ini.
9. Kepada semua pihak dan juga keluarga besar yang saya tidak dapat meyebutkan satu/satu yang telah turut membantu penulis baik secara lansung maupun tidak langsung.

Penulis meyadari tanpa bantuan dan dorongan dari semua pihak, Skripsi ini tidak dapat meyelesaikan dengan baik. Untuk itu penulis meyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masi jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis membutuhkan kritikan dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk meyempurnakan tulisan ini.

Kupang.... Juni 2026

Sanjuan Didi Tamonob

Nim.22320045

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	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xv
BIODATA PENULIS	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	8
A. Pegertian Modifikasi	8

B. Konsep Modifikasi	10
C. Pengertian Lemon Pepermus	11
D. Aspek-Aspek Lemon Pepermus	12
E. Pengertian Hasil Belajar	13
F. Aspek-Aspek Hasil Belajar.....	15
G. Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar	16
H. Tujuan Dan Manfaat	20
I. Penelitian Relevan	22
J. Kerangka Berpikir	29
BAB III. METODE PENELITIAN	31
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	31
1. Pendekatan	31
2. Jenis	31
B. Desain Penelitian	32
C. Fokus Penelitian, Definisi Konseptual, Operasionalisasi, Indikator Dan Sumber Data	35
D. Tempat dan Waktu Penelitian	35
1. Tempat	35
2. Waktu	35
E. Subjek Dan Informan Penelitian	36
1. Subjek	36
2. Informan Penelitian	37
F. Instrumen Penelitian	37

G. Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Demografi informan penelitian	41
B. Hasil penelitian	43
C. Pembahasan	51
BAB V PENUTUP	54
A. Simpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPITAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Sarana Sepak Bola SD Negeri Bimeta	5
Tabel 2.1. Penelitian Relevan	22
Tabel 3.1. Fokus Penelitian, Definisi Konsep, Operasionalisasi, Indikator Dan Sumber Data Indikator	33
Tabel 3.2. Waktu Penelitian	35
Tabel 4.1. Demografi Informan Penelitian	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Lemun Pepermus	13
Gambar 2.2. Kerangka Penelitian	30
Gambar 3.1. Desain Penelitian	32
Gambar 4.1. lokasi, SD Negeri Bimeta	41
Gambar 4.2 Guru PJOK	43
Gambar 4.3 Murid Kelas V	46
Gambar 4.4 Kepala Sekolah SD Negeri Bimeta	49

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	58
Lampiran 2. Surat Ijin Melakukan Penelitian	59
Lampiran 3. Surat Ijin Melakukan Penelitian	50
Lampiran 4. Surat Selesai Penelitia	61
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	62
Lampiran 6. Gambar Hasil Bola Yang Di Modifikasi.	63
Lampiran 7. Foto Dalam Proses Penelitia	64