

Lampiran 3.1. Surat izin penelitian


UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JLN. ADISOECIPTO- OESAPA P.O.BOX.147 KUPANG NTT- 85000
TELP. (0380) 881669 FAX. (0380) 881584

SURAT KETERANGAN MOHON IJIN PENELITIAN
NOMOR : 418 / KP-UKAW/M.7/VI.2026

Kepada
Yth, Gubernur Nusa Tenggara Timur
Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal & Perizinan Terpadu Satu Pintu Prov. NTT
Di -
Kupang.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama	: Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si, Ph.D
2. NUPTK	: 7157746647230103
3. Pangkat /Go./Ruang/Gaji	: Penata Tk.I / III D
4. Jabatan	: Dekan FKIP UKAW Kupang
5. Lembaga/Instansi/Universitas	: Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

Menerangkan bahwa :

1. Nama	: Kelvin S. Suilima
2. NIM	: 2230149
3. Semester	: VIII (Delapan)
4. Pada Fakultas / Progd	: KIP / PJKR
5. Pada Tahun Akademik	: 2025/2026

Adalah benar Mahasiswa/i. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana Kupang, maka bersama ini kami kirimkan surat keterangan Mohon Ijin Penelitian kepada Bapak/Ibu dalam rangka meningkatkan Output Universitas Kristen Artha Wacana Kupang khususnya FKIP, maka setiap mahasiswa/i. yang akan menyelesaikan Studinya wajib untuk menyusun Karya Ilmiah (SKRIPSI), guna memperoleh gelar sarjana (S1).

Sehubungan dengan perihal di atas maka kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan Ijin Penelitian bagi mahasiswa/i dimaksud.

Judul Penelitian: UPAYA MENINGKATKAN AKURASI SERVIS PENDEK BACKHAND BULU TANGKIS MELALUI METODE LATIHAN SASARAN TARGET PADA SISWA KELAS XI SMAS REFORMASI PLUS.

Lokasi Penelitian : SMAS Reformasi Plus, Kab. Kupang
Demikian surat ini dibuat dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 17 Juni 2026
Dekan

Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si, Ph.D
NUPTK: 7157746647230103



Tembusan :

1. Rektor UKAW
2. Kepala SMAS Reformasi Plus, Kab. Kupang
3. Ka. PJKR
4. Mahasiswa/i. yang Bersangkutan.
5. Arsip

Lampiran 3.2. Surat selesai penelitian

 **YAYASAN PENDIDIKAN REFORMASI NOELBAKI (YPRN)**
SMA SWASTA REFORMASI PLUS
Jl. Timor Raya Km. 14,5 Noelbaki, Kec. Kupang Tengah, Kab. Kupang
Email: smas.reformasi.plus@gmail.com

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor: 023/SKT-PEN/SMA-RP/VIII/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hana C.R Leyloh, S.Pd.,Gr
Jabatan : Kepala Sekolah
Instansi : SMA Swasta Reformasi Plus
Alamat : Jln. Timor Raya Km 14,5 Noelbaki, Kecamatan Kupang Tengah,
Kabupaten Kupang.

Dengan ini menerangkan bahwa:

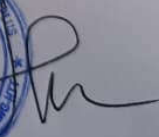
Nama : Kevin Silvester Suilima
NIM : 22320149
Jurusan/Prodi : KIP/PJKR
Instansi : Universitas Kristen Artha Wacana Kupang

Telah melaksanakan kegiatan penelitian di SMA Swasta Reformasi Plus Noelbaki selama periode **20 Juli 2026 sampai dengan 3 Agustus 2026**. Selama pelaksanaan penelitian, yang bersangkutan telah mengikuti ketentuan dan tata tertib sekolah serta menyelesaikan kegiatan penelitian sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami mengucapkan terima kasih.

Noelbaki, 3 Agustus 2026

Kepala SMA Swasta Reformasi Plus Noelbaki,



Hana C.R Leyloh, S.Pd.,Gr

Lampiran 3.3 : RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

PJOK KELAS XI SMAS REFORMASI PLUS SIKLUS I

Nama Penyusun : Kelvin S. Suilima
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)
Kelas / Semester : XI / Genap
Materi Pokok : Bulutangkis (*Servis Pendek Backhand*)
Alokasi Waktu : 2 x 2 Pertemuan (4 x 45 Menit)
Satuan Pendidikan : SMAS Reformasi Plus

A. KOMPETENSI INTI (KI)

1. KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif, dan proaktif.
3. KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora.
4. KI-4: Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan bertindak secara efektif dan kreatif.

B. KOMPETENSI DASAR (KD)

1. Menganalisis kategori keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
2. Mempraktikkan hasil analisis kategori keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
3. menghasilkan koordinasi gerak yang baik.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)

1. Menganalisis tahapan sikap awal, perkenaan, dan sikap akhir gerak servis pendek *backhand* bulutangkis.

2. Mengidentifikasi kesalahan-kesalahan umum dalam melakukan servis pendek *backhand*.
3. Melakukan teknik pegangan raket (*backhand grip*) dan posisi berdiri (*stance*) dengan benar.
4. Mempraktikkan keterampilan gerak servis pendek *backhand* melewati atas net secara akurat.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui model pembelajaran demonstrasi dan latihan berulang (*repetitive practice*):

1. Peserta didik mampu menganalisis dan menjelaskan tahapan teknik servis pendek *backhand* bulutangkis dengan benar.
2. Peserta didik mampu mempraktikkan servis pendek *backhand* dengan koordinasi pegangan raket, posisi badan, dan pukulan yang tepat melewati net.

a. Pendahuluan (15 menit)

1. Berdoa bersama, mengecek kehadiran, dan menanyakan kondisi fisik siswa.
2. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan penjelasan singkat mengenai pentingnya servis pendek *backhand* dalam bulutangkis.
3. Pemanasan: Pemanasan statis, dinamis, dan *game* kecil berbasis reaksi menggunakan raket.

b. kegiatan inti (60)

Guru mendemonstrasikan teknik servis pendek *backhand* (pegangan raket, ayunan dorongan, perkenaan *shuttlecock* dekat net). Mendorong siswa bertanya mengenai posisi jari (*thumb placement*) dan alasan shuttlecock harus berada di bawah pinggang saat dipukul. Guru memberikan umpan balik langsung (*feedback*) terhadap kesalahan umum (misal: memukul terlalu keras atau memutar pergelangan tangan berlebihan).

1. Siswa berlatih pegangan *backhand grip* dan ayunan tanpa *shuttlecock* secara individu.
2. Siswa berpasangan melakukan servis tanpa net ke arah sasaran teman (jarak 2–3 meter).
3. Siswa mencoba melakukan servis pendek *backhand* melewati net dari garis servis pendek.

c. penutup (15)

1. Pendinginan (*Cooling Down*) dan peregangan otot lengan/bahu.
2. Refleksi kegiatan pembelajaran Siklus I bersama peserta didik.
3. Pengisian instrumen evaluasi/penilaian oleh observer PTK.
4. Berdoa dan penutup.

Penilaian

Aspek	Indikator
Sikap Awal	Posisi kaki dan badan benar
Pelaksanaan	Cara memegang raket benar dan shuttlecock
Gerakan Akhir	Setelah memukul cock berakhir dengan sikap siap menerima pukulan lawan

Keterangan :

- A. Baik sekali : jika pebelajar dapat menampilkan semua rangkaian gerakan servis pendek (10).
- B. Baik : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (8 dari 10).
- C. Cukup : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (6 dari 10).
- D. Kurang : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (4 dari 10).
- E. Kurang sekali : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (2 dari 10).

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK KELAS XI
SMAS REFORMASI PLUS SIKLUS II

Nama Penyusun : Kelvin S. Suilima
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)
Kelas / Semester : XI / Genap
Materi Pokok : Bulutangkis (*Servis Pendek Backhand*)
Alokasi Waktu : 2 x 2 Pertemuan (4 x 45 Menit)
Satuan Pendidikan : SMAS Reformasi Plus

A. KOMPETENSI INTI (KI)

5. KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
6. KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif, dan proaktif.
7. KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora.
8. KI-4: Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan bertindak secara efektif dan kreatif.

B. KOMPETENSI DASAR (KD)

1. Menganalisis kategori keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
2. Mempraktikkan hasil analisis kategori keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
3. menghasilkan koordinasi gerak yang baik.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)

1. Menganalisis tahapan sikap awal, perkenaan, dan sikap akhir gerak servis pendek *backhand* bulutangkis.

2. Mengidentifikasi kesalahan-kesalahan umum dalam melakukan servis pendek *backhand*.
3. Melakukan teknik pegangan raket (*backhand grip*) dan posisi berdiri (*stance*) dengan benar.
4. Mempraktikkan keterampilan gerak servis pendek *backhand* melewati atas net secara akurat.

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui model pembelajaran demonstrasi dan latihan berulang (*repetitive practice*):

3. Peserta didik mampu menganalisis dan menjelaskan tahapan teknik servis pendek *backhand* bulutangkis dengan benar.
4. Peserta didik mampu mempraktikkan servis pendek *backhand* dengan koordinasi pegangan raket, posisi badan, dan pukulan yang tepat melewati net.

a. Pendahuluan (15 Menit)

1. Berdoa, mengecek presensi, dan memberikan motivasi.
2. Apersepsi PTK: Guru mengulas evaluasi dan kesalahan yang paling sering terjadi pada Siklus I (misal: kekuatan dorongan dan posisi jempol).
3. Pemanasan spesifik pada fleksibilitas pergelangan tangan dan otot bahu.

b. Kegiatan Inti (60 Menit)

Guru mendemonstrasikan kembali dengan menekankan titik fokus perbaikan (dorongan lembut menggunakan ibu jari, titik pukul di bawah pinggang, cara memegang raket yang benar dan cara memukul cock tidak terlalu tinggi). Guru mengambil data penilaian akhir keterampilan gerak dan ketepatan sasaran.

1. Siswa berlatih pegangan *backhand grip* dan ayunan tanpa *shuttlecock* secara individu.
2. Siswa mengarahkan servis pendek *backhand* ke target khusus (kotak servis) di sudut kanan dan kiri garis servis pendek lawan.

3. Siswa melakukan servis dalam situasi simulasi pertandingan tunggal/ganda (hitung poin sukses servis).

E. Penutup (15 Menit)

1. Pendinginan.
2. Evaluasi komparatif: Menjelaskan Peningkatan performa dari Siklus I ke Siklus II.
3. Apresiasi terhadap peningkatan keterampilan seluruh siswa.
4. Berdoa dan salam penutup.

Penilaian

Aspek	Indikator
Sikap Awal	Posisi kaki dan badan benar
Pelaksanaan	Cara memegang raket benar dan shuttlecock
Gerakan Akhir	Setelah memukul cock berakhir dengan sikap siap menerima pukulan lawan

Keterangan :

- A. Baik sekali : jika pebelajar dapat menampilkan semua rangkaian gerakan servis pendek (10).
- B. Baik : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (8 dari 10).
- C. Cukup : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (6 dari 10).
- D. Kurang : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (4 dari 10).
- E. Kurang sekali : jika pebelajar dapat menampilkan rangkaian gerakan servis pendek (2 dari 10).

Lampiran 3.4 . Instrumen penelitian Data siklus I

NO	NAMA	Jk	Sikap Awal	Sikap Purnasaman	Sikap Akhir	Skor	Skor maksimal	Rata-rata
1	AS	P	3	1	1	8	10	50
2	AS	P	4	2	2	8	10	60
3	DM	L	5	1	2	8	10	60
4	DA	L	3	3	2	8	10	60
5	GN	P	2	2	1	5	10	50
6	GS	L	5	2	1	8	10	60
7	HT	L	3	2	1	6	10	50
8	IL	P	2	2	1	5	10	50
9	JU	P	5	2	1	8	10	60
10	JN	L	2	2	1	5	10	50
11	OF	L	3	2	1	6	10	60
12	RM	L	4	2	2	8	10	60
13	RM	L	3	2	2	7	10	70
14	RN	P	4	3	1	8	10	80
15	SK	P	3	1	2	6	10	60
16	SA	P	3	3	2	8	10	80
17	SB	P	2	1	2	5	10	50
18	VS	L	5	2	1	8	10	80
19	YS	L	2	2	1	5	10	50
20	MP	L	5	1	2	8	10	80
21	AS	P	2	2	1	5	10	50
22	LS	L	4	3	1	8	10	80
Siklus I Pengumpulan data siklus I Buntarjaya								

Lampiran 3.5. Instrumen penelitian Data siklus II

ambar Observasi siklus II Serwis paket kumtangkis

No	NAMA	Jk	stap awal	stap Delatranan	stap akhir	Skor	Skor maksimal	Poin Rata
1	AS	P	5	3	2	10	10	100
2	AS	P	4	2	2	8	10	80
3	DM	L	5	3	1	9	10	90
4	DA	L	5	2	2	9	10	90
5	GN	P	5	3	2	10	10	100
6	GS	L	5	2	1	8	10	80
7	HT	L	5	3	1	9	10	90
8	IL	P	5	3	2	10	10	100
9	JU	P	4	2	2	8	10	80
10	JM	L	5	1	1	7	10	70
11	OF	L	5	2	1	8	10	80
12	RM	P	5	3	1	9	10	90
13	RN	L	5	3	2	10	10	100
14	RN	P	5	3	1	9	10	90
15	SK	P	5	3	2	10	10	100
16	SA	P	3	3	2	8	10	80
17	SB	P	5	3	1	9	10	90
18	VS	L	5	3	2	10	10	100
19	YS	L	5	3	1	9	10	90
20	MP	L	4	2	1	7	10	70
21	AS	P	4	2	2	8	10	80
22	LS	L	5	3	2	10	10	100

Lampiran3.6 Hasil Penelitian Siklus I

No	Nama	JK	Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir	Skor	Skor Maksimal	Rata- Rata
1	AS	P	3	1	1	5	10	50
2	AS	P	4	2	2	8	10	80
3	DM	L	5	1	2	8	10	80
4	DA	L	3	3	2	8	10	80
5	GN	P	2	2	1	5	10	50
6	GS	L	5	2	1	8	10	80
7	HT	L	3	2	1	6	10	60
8	IL	P	2	2	1	5	10	50
9	JU	P	5	2	1	8	10	80
10	JN	L	2	2	1	5	10	50
11	OF	L	3	2	1	6	10	60
12	RM	L	4	2	2	8	10	80
13	RN	L	3	2	2	7	10	70
14	RN	P	4	3	1	8	10	80
15	SK	P	3	1	2	6	10	60
16	SA	P	3	3	2	8	10	80
17	SB	P	2	1	2	5	10	50
18	VS	L	5	2	1	8	10	80
19	YS	L	2	2	1	5	10	50
20	MP	L	5	1	2	8	10	80
21	AS	P	2	2	1	5	10	50
22	LS	L	4	3	1	8	10	80
TOTAL SKOR						148	220	
TOTAL RATA-RATA						67		
PRESENTASE						67,27%		

Lampiran 3.7 Hasil Penelitian Siklus II

No	Nama	JK	Sikap awal	Sikap pelaksanaan	Sikap akhir	Skor	Skor maksimal	Rata-rata
1	AS	P	5	3	2	10	10	100
2	AS	P	4	2	2	8	10	80
3	DM	L	5	3	1	9	10	90
4	DA	L	5	2	2	9	10	90
5	GN	P	5	3	2	10	10	100
6	GS	L	5	2	1	8	10	80
7	HT	L	5	3	1	9	10	90
8	IL	P	5	3	2	10	10	100
9	JU	P	4	2	2	8	10	80
10	JN	L	5	1	1	7	10	70
11	OF	L	5	2	1	8	10	80
12	RM	L	5	3	1	9	10	90
13	RN	L	5	3	2	10	10	100
14	RN	P	5	3	1	9	10	90
15	SK	P	5	3	2	10	10	100
16	SA	P	3	3	2	8	10	80
17	SB	P	5	3	1	9	10	90
18	VS	L	5	3	2	10	10	100
19	YS	L	5	3	1	9	10	90
20	MP	L	4	2	1	7	10	70
21	AS	P	4	2	2	8	10	80
22	LS	L	5	3	2	10	10	100
	TOTAL SKOR					195	220	
	TOTAL RATA-RATA					88		
	PRESENTASE					88,63%		

Lampiran dokumentasi kegiatan penelitian Siklus I





Lampiran Dokumentasi Siklus II





