

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA
MELALUI PENERAPAN PERMAINAN SEPAK BOLA MINI
PADA SISWA KELAS V SD GMIT OESAPA KOTA KUPANG**

SKRIPSI

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



FEDI FEBRIAN TALOMANAFE

NIM. 19320002

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

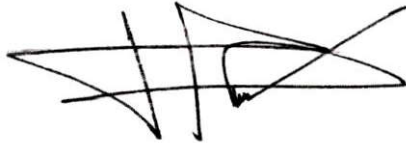
2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal penelitian atas nama **Fedi Febrian Talomanafe**, NIM. 19320002, dengan judul : “Upaya Meningkatkan Kemampuan Mengiring Bola Melalui Penerapan Permainan Sepak Bola Mini Pada Siswa Kelas V SD GMT Oesapa Kota Kupang” telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal bulan tahun

MENYETUJUI

Pembimbing I,



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

NUPTK. 5138746647130143

Pembimbing II



Dr. James Klemen Lika, M.Pd

NUPTK. 6460754655130082

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR

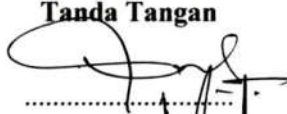


Ramona M. Yae, S.Pd, M.Or
NUPTK. 4534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **FEDI FEBRIAN TALOMANAFE**, NIM 19320002, dengan Judul: “Upaya Meningkatkan Kemampuan Mengiring Bola Melalui Penerapan Permainan Sepak Bola Mini Pada Siswa Kelas V SD GMT Oesapa Kota Kupang” telah di pertanggung jawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 16 Juli 2026 dan dinyatakan “**LULUS**” pada tanggal

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda Tangan
David Loba, S.Pd., M.Pd.	Penguji Utama	
Andry Sinlaeloe, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota	
Dr. Anderias J. F. Lumba, S.Pd M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Dr. James Klemen Lika, M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN


Dekan FKIP
Dr. Anggren D. N. Rupidara, M. Si., Ph. D
NUPTK. 7157746647230103

Ketua Program Studi PJKR

Ramona M. Mae, S.Pd, M.Or
NUPTK. 453474464513013

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fedi Febrian Talomanafe
NIM : 19320002
Semester : Empat Belas (XIV)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Kemampuan Mengiring Bola Melalui Penerapan Permainan Sepak Bola Mini Pada Siswa Kelas V SD GMT Oesapa 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 di kemudian 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

Yang Menyatakan



Fedi Febrian Talomanafe

NIM. 19320002

MOTTO

In The Name Of Jesus Christ

“Direndahkan dimata manusia, ditinggikan dimata Tuhan, *Prove Them Wrong.*”

“Aku ditolak dengan hebat sampai jatuh, tetapi Tuhan menolong aku

(Mazmur 118:13)

“Jangan Takut, Percaya saja.

(Markus 5:36)

PERSEMBAHAN

Buah Karya (Skripsi) ini saya persembahkan untuk :

1. Segala Puji dan syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan yang Maha Esa atas rahmat dan karuniaNya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
2. Kedua orang tua saya tercinta Bapak Yermias Talomanafe dan Mama Rebeka Nalle, atas setiap kasih sayang yang tulus dan doa yang mereka panjatkan untuk kebahagiaan dan kesuksesan saya
3. Saudara dan seluruh keluargaku tersayang yang selalu mendoakan dan memotivasi saya dalam segala hal
4. Almamater Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Penulis panjatkan ke Hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas pimpinan dan penyertaan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal ini dengan judul **“Upaya Meningkatkan Kemampuan Mengiring Bola Melalui Penerapan Permainan Sepak Bola Mini Pada Siswa Kelas V SD GMT Oesapa Kota Kupang”** dapat dilaksanakan dengan baik. Proposal ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S-1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Penulis menyadari dalam penulisan proposal ini dapat terselesaikan berkat bantuan berbagai pihak, terlebih dari pembimbing I dan II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dra. Anggreini Dian Naomi Rupidara, M.Si., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana Kupang
2. Ramona M.Mae, S.Pd. M.Or, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.
3. Dr. Anderias J.F. Lumba, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing I yang selalu mendampingi dan membimbing penulis.
4. Dr. James Klemen Lika, M.Pd selaku Pembimbing II yang selalu mendampingi dan membimbing penulis.
5. Bapak/Ibu Dosen serta Staf Pengajar pada Prodi PJKR, FKIP, UKAW.
6. Bapak Yermias Talomanafe dan Mama Rebeka Nalle Serta saudara/I ku 4 bersaudara yang tersayang dan semua keluarga yang senantiasa mendampingi, mendoakan serta selalu memberi dukungan kepada penulis baik moral maupun material.

7. Teman-teman seperjuangan PJKR yang selalu memberikan ide dan dukungan untuk penyusunan proposal ini kiranya Tuhan Yang Mahakuasa Memberkati

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal ini, masih belum sempurna. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik dari berbagai pihak, khususnya bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang olahraga.

Kupang, Mei 2026

Penulis

Fedi Febrian Talomanfe

NIM. 19320002

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Orisinalitas Karya	iv
Motto	v
Persembahan	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Gambar	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Bagan	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstrak	xv
Biodata Penulis	xvii
Bab I Pendahuluan	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	6
1.3. Batasan Masalah	6
1.4. Rumusan Masalah	7
1.5. Tujuan Penelitian	7
1.6. Manfaat Penelitian	7
Bab II Kajian Pustaka	9
2.1. Pengertian Pendidikan Jasmani	9
2.2. Tujuan Pendidikan Jasmani	10
2.3. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar	13
2.4. Strategi Belajar Mengajar Penjas	19
2.5. Pengertian Permainan	21
2.6. Karakteristik Permainan Sepak Bola Mini	25
2.7. Menggiring Bola	29
2.8. Kerangka Berpikir	36

Bab III Metode Penelitian	37
3.1. Jenis Penelitian	37
3.2. Desain Penelitian	37
3.3. Variabel, Definisi Konsep, Operasionalisasi, dan Indikator	41
3.4. Tempat dan Waktu Penelitian	41
3.4.1. Tempat Penelitian	41
3.4.2. Waktu Penelitian	41
3.5. Populasi, Sampel, Dan Teknik Sampling.....	42
3.5.1. Populasi	42
3.5.2. Sampel	43
3.5.3. Teknik Sampling	43
3.6. Instrumen dan Perangkat Pembelajaran	44
3.7. Teknik Pengumpulan Data	46
3.8. Teknik Analisis Data	47
3.9. Indikator Keberhasilan	48
Bab IV Pembahasan	49
4.1. Hasil Penelitian	49
4.1.1. Deskripsi Lokasi Penelitian	49
4.1.2. Deskripsi Data	50
1. Siklus I	50
2. Siklus II	54
4.2. Pembahasan	58
Bab V Penutup	60
5.1. Kesimpulan	60
5.2. Saran	60
Daftar Pustaka	62
Lampiran	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam	31
Gambar 2.2. Menggiring bola dengan kaki bagian luar	32
Gambar 2.3. Menggiring bola dengan punggung kaki	33
Gambar 3.1. Tes Menggiring Bola	45

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Rubrik Penilaian Teknik Menggiring Bola	35
Tabel 3.1. Variabel, Definisi Konseptual, Operasionalisasi, dan Indikator	41
Tabel 3.2. Kegiatan Penelitian	42
Tabel 3.3. Rubrik Penilaian Hasil Belajar Menggiring Bola	45
Tabel 3.4. KKM Penjas SD GMIT Oesapa	47
Tabel 4.1. Deskripsi Data Hasil Tes Siklus I	50
Tabel 4.2. Deskripsi data Hasil Tes Siklus II	54
Tabel 4.3. Rekapitulasi Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II	58

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Tujuan Pendidikan Jasmani	13
Bagan 2.2. Siklus Penelitian Tindakan	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	65
Lampiran 2 Surat Selesai Penelitian	66
Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	67
Lampiran 4 Portofolio Penilaian Siklus I (Kaki Bagian Dalam)	72
Lampiran 5 Portofolio Penilaian Siklus I (Kaki Bagian Luar)	74
Lampiran 6 Portofolio Penilaian Siklus I (Punggung Kaki)	76
Lampiran 7 Nilai Hasil Siklus I	78
Lampiran 8 Portofolio Penilaian Siklus II (Kaki Bagian Dalam)	80
Lampiran 9 Portofolio Penilaian Siklus II (Kaki Bagian Luar)	82
Lampiran 10 Portofolio Penilaian Siklus II (Punggung Kaki)	84
Lampiran 11 Nilai Hasil Siklus II	86
Lampiran 12 Dokumentasi	88