

**MODEL PEMBELAJARAN KELINCAHAN MELALUI
PERMAINAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Delfia Rhomandina

1601617006

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

MODEL PEMBELAJARAN KELINCAHAN MELALUI PERMAINAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR

ABSTRAK

Kegiatan belajar mengajar di sekolah dasar tingkat atas masih terlihat monoton, siswa masih terlihat kurang aktif dan masih berfokus dengan menunggu instruksi dari guru, terutama saat materi pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani kelincuhan maka dari itu tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk model pembelajaran kelincuhan melalui permainan yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Model pembelajaran ini diharapkan dapat membantu guru pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada materi kebugaran jasmani. Penelitian ini menggunakan metode ADDIE. Dalam penelitian ini ada lima tahapan yaitu *analysis, design, development, implementation, dan evaluation*. Hasil penelitian menghasilkan produk yang berupa model pembelajaran kelincuhan melalui permainan yang telah divalidasi dan direvisi oleh dosen ahli pembelajaran, ahli permainan, dan ahli kebugaran jasmani, maka dihasilkan sebanyak 16 model pembelajaran. Data dikumpulkan melalui kegiatan dokumentasi, dan observasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif. Hasil dari penelitian ini berupa buku model pembelajaran kelincuhan melalui permainan pada siswa sekolah dasar.

Kata Kunci : model pembelajaran, kelincuhan, permainan.



LEARNING MODEL OF AGILITY THROUGH GAMES IN ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS






ABSTRACT

Teaching and learning activities in upper elementary schools still look monotonous, students still look less active and are still focused on waiting for instructions from the teacher, especially when learning material for physical fitness activity agility, therefore the purpose of this research is to produce agility learning model products through games that can be applied. in the process of learning physical education in elementary schools. This learning model is expected to help teachers during the physical education learning process, especially on physical fitness material. This study uses the ADDIE method. In this study there are five stages, namely analysis, design, development, implementation, and evaluation. The results of the study resulted in a product in the form of agility learning model through games that had been validated and revised by learning expert lecturers, game experts, and physical fitness experts, resulting in 16 learning models. Data were collected through documentation and observation activities. Data analysis was done descriptively. The results of this research are in the form of a book model of learning agility through games for elementary school students.

Keywords: learning model, agility, game.

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
<u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd.</u> NIP.196411261988031002		12 / 21 / 08
Pembimbing II		
<u>Slamet Sukriadi, M.Pd.</u> NIP. 198210282015041002		15 / 21 09 / 21

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Mustara Musa, M.Pd</u> NIP. 196607072001121001	Ketua Sidang		13 / 21 / 08
2. <u>Mustafa Masyhur, M.Pd</u> NIP. 196201051988031001	Sekretaris		13 / 21 / 08
3. <u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 196411261988031002	Anggota		12 / 21 / 08
4. <u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	Anggota		15 / 21 / 08
5. <u>Eka Fitri Novita Sari, M.Pd</u> NIP. 197908252005012002	Anggota		12 / 21 / 08

Tanggal Lulus : 06 Agustus 2021

PERNYATAAN ORISINILITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini murni adalah gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 18 Agustus 2021

Yang membuat pernyataan,



Delfia Rhomandina
NIM. 1601617006



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : DELFA RHOMANDINA
NIM : 1601617006
Fakultas/Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN / PENDIDIKAN JASMANI
Alamat email : defiarhomandina@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

MODEL PEMBELAJARAN KELINCAHAN MELALUI PERMAINAN
PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2021

Penulis

(Delfia Rhomandina)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah Subhana Wa Ta'ala, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan salam semoga tercurah limpahkan kepada nabi besar kita Muhammad SAW. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd**, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani yang telah memberikan arahan dan membantu menjadi ahli pakar dalam penelitian ini.
3. Bapak **Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang telah banyak membantu selama perkuliahan berlangsung hingga skripsi.
4. Bapak **Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing I saya yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak **Slamet Sukriadi, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing II saya yang telah bersedia membimbing saya dari awal penulisan hingga terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak **Hartman Nugraha, M.Pd.** selaku Koordinator Program Studi dan Dosen Olahraga Rekreasi yang telah memberikan waktu dan tenaganya dalam membantu menjadi ahli pakar dalam penelitian ini.
7. Bapak **Mastri Juniarto, M.Pd.** selaku Dosen Pendidikan Jasmani yang telah memberikan waktu dan tenaganya dalam membantu menjadi ahli pakar dalam penelitian ini.
8. **Bapak, Ibu dan keluarga** saya yang telah memberikan dukungan material, moral maupun Do'a untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. **Teman-teman angkatan 2017** satu prodi maupun prodi lainnya, **Murobbi Liqo Khairu Ummat dan senior, abang, kakak 2016** yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap kebaikan semua pihak dapat menjadi pahala semoga Allah Subhana Wa Ta'ala membalas kebaikan baik di dunia maupun akhirat kelak. Dan semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 18 Agustus 2021



Delfia Rhomandina

1601617006

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	i
PERNYATAAN ORISINILITAS	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Perumusan Masalah.....	7
D. Kegunaan Hasil Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORITIK	9
A. Konsep Pengembangan Model.....	9
1. Model Pengembangan Sugiyono	11
2. Model Pengembangan Borg & Gall	16
3. Model Pengembangan ADDIE	20
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	22
C. Kerangka Teoritik	23
1. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	23
2. Hakikat Model Pembelajaran	25

3. Hakikat Kebugaran Jasmani	30
4. Hakikat Kelincahan	43
5. Hakikat Permainan	46
6. Hakikat Karakteristik Anak Usia 10-12 Tahun	48
D. Rancangan Model.....	55
BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Tujuan Penelitian.....	58
B. Tempat dan Waktu Penelitian	58
C. Karakteristik yang Dikembangkan.....	58
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	59
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	62
1. Penelitian Pendahuluan	62
2. Perencanaan Pengembangan Model	63
3. Validasi, Evaluasi dan Revisi Model.....	89
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	91
A. Hasil Pengembangan Model.....	91
1. Analisis Kebutuhan	91
2. Model Draf	91
3. Model Draf Final	94
B. Kelayakan Model	96
C. Revisi Produk	98
1. Saran Dosen Ahli Pembelajaran.....	98
2. Saran Dosen Ahli Permainan.....	98
3. Saran Dosen Ahli Kebugaran Jasmani	98
D. Pembahasan.....	99

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Implikasi.....	100
C. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA	102
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	106
RIWAYAT HIDUP	130



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kompetensi inti dan kompetensi dasar	41
Tabel 2.2 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).....	42
Tabel 4.1 Saran dan Masukan dari Ahli Pembelajaran	92
Tabel 4.2 Saran dan Masukan dari Ahli Permainan.....	93
Tabel 4.3 Saran dan Masukan dari Ahli Kebugaran Jasmani	94
Tabel 4.4 Model Final	95
Tabel 4.5 Kelayakan Model	97



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Pengembangan Sugiyono.....	12
Gambar 2. 2 Model Borg & Gall.....	17
Gambar 2. 3 Model Pengembangan ADDIE.....	21
Gambar 2. 4 Model Pengembangan ADDIE.....	22
Gambar 3. 1 Model Pengembangan ADDIE.....	59
Gambar 3. 2 Model Pembelajaran Kelincahan (Tebak Gambar)	65
Gambar 3. 3 Model Pembelajaran Kelincahan (Kartu Kelincahan).....	67
Gambar 3. 4 Model Pembelajaran Kelincahan (Cones Bergeser).....	68
Gambar 3. 5 Model Pembelajaran Kelincahan (Bola Berpindah).....	70
Gambar 3. 6 Model Pembelajaran Kelincahan (Fokus Bola).....	72
Gambar 3. 7 Model Pembelajaran Kelincahan (Temukan Dia)	73
Gambar 3. 8 Model Pembelajaran Kelincahan (Sentuh Cones).....	75
Gambar 3. 9 Model Pembelajaran Kelincahan (Bola Dalam Ember)	76
Gambar 3. 10 Model Pembelajaran Kelincahan (Bowling Mini)	78
Gambar 3. 11 Model Pembelajaran Kelincahan (Memantulkan Bola)	80
Gambar 3. 12 Model Pembelajaran Kelincahan (Bola Merayap)	81
Gambar 3. 13 Model Pembelajaran Kelincahan (Keranjang Bola).....	83
Gambar 3. 14 Model Pembelajaran Kelincahan (Menabung Teman).....	84
Gambar 3. 15 Model Pembelajaran Kelincahan (Lempar Bola Warna)	86
Gambar 3. 16 Model Pembelajaran Kelincahan (Pasangan Tertukar)	87
Gambar 3. 17 Model Pembelajaran Kelincahan (Rebut Bola).....	88

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pengajuan Dosen Pembimbing.....	106
Lampiran 2 Surat Keterangan Validasi Ahli	109
Lampiran 3 Dokumentasi Model Permainan Kelincahan	112
Lampiran 4 Struktur Kurikulum SD 2013 Kelas IV	114
Lampiran 5 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	114
Lampiran 6 Instrumen untuk siswa sekolah dasar (Kemudahan)	118
Lampiran 7 Instrumen untuk siswa sekolah dasar (Kemenarikan)	121
Lampiran 8 Lembar Penilaian Model Pembelajaran Kelincahan Melalui Permainan (Ahli Pembelajaran)	124
Lampiran 9 Lembar Penilaian Model Pembelajaran Kelincahan Melalui Permainan (Ahli Permainan)	126
Lampiran 10 Lembar Penilaian Model Pembelajaran Kelincahan Melalui Permainan (Ahli Kebugaran Jasmani).....	128