

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS*
PADA ANAK USIA 7 – 8 TAHUN**



**VIVI SEPTINA ANGGRAINI
6825145038**

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

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
KONSENTRASI KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
AGUSTUS, 2021**

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* PADA ANAK USIA 7 – 8 TAHUN

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk pengembangan model Latihan *Kids Athletics* pada anak usia 7 – 8 Tahun yang dapat diterapkan dalam proses Latihan *Kids Athletics* di *club – club* atletik. Pengembangan model Latihan tersebut diharapkan dapat membantu pelatih – pelatih pada saat melatih *Kids Athletics*. Penelitian ini menggunakan ADDIE, dalam penelitian ADDIE 5 tahapan yaitu analisis, desain, pengembangan model, pelaksanaan, evaluasi. Hasil penelitian menghasilkan produk yang berupa pengembangan model Latihan *Kids Athletics* pada anak usia 7 – 8 tahun. Yang telah divalidasi dan direvisi oleh ahli *Kids Athletics* dan ahli gerak dasar sebanyak 30 model. Data dikumpulkan melalui kegiatan dokumentasi dan observasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif. Hasil penelitian berupa buku pengembangan model Latihan *Kids Athletics* pada anak usia 7 – 8 tahun. Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa pengembangan model Latihan *Kids Athletics* pada anak usia 7 – 8 tahun telah dinyatakan valid dan dapat diterapkan untuk anak usia 7 – 8 tahun oleh ahli *Kids Athletics*, ahli gerak dasar. Dan ahli Atletik.

Kata Kunci: *pengembangan model latihan, Kids Athletics, Multilateral, Gerak Dasar*



DEVELOPMENT OF KIDS ATHLETICS EXERCISE MODEL IN CHILDREN AGES 7 – 8 YEARS



ABSTRACT

The purpose of this research is to produce a product development model for Kids Athletics training for children aged 7-8 years which can be applied in the Kids Athletics training process in athletic clubs. The development of the exercise model is expected to help coaches when training Kids Athletics. This research uses ADDIE, in ADDIE research there are 5 stages, namely analysis, design, model development, implementation, evaluation. The results of the study resulted in a product in the form of developing a Kids Athletics exercise model for children aged 7-8 years. Which has been validated and revised by Kids Athletics experts and basic movement experts as many as 30 models. Data were collected through documentation and observation activities. Data analysis was done descriptively. The results of the study were in the form of a book on the development of a Kids Athletics model for children aged 7-8 years. Based on the results of the study, it was proven that the development of the Kids Athletics exercise model for children aged 7-8 years has been declared valid and can be applied to children aged 7-8 years by Kids Athletics experts, basic movement experts, and athletics experts.

Keywords : *Training Model Development, Kids Athletics, Multilateral, Basic Movement*



LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		14/8. 21
<u>Ricky Susiono, M.Pd</u> NIP. 19740829 200501 1 001		
Pembimbing II		16/8. 21
<u>Ferry Yohannes Wattimena, M.Pd</u> NIP. 19820202 201012 1 003		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Mansur Jauhari, M.Si</u> NIP. 19740815 200501 1 003	Ketua		20/8. 21
2. <u>Dr. Uzizatun Maslikah, M.Pd</u> NIP. 19850504 201903 2 015	Sekertaris		16/8. 21
3. <u>Ricky Susiono, M.Pd</u> NIP. 19740829 200501 1 001	Anggota		14/8. 21
4. <u>Ferry Yohannes Wattimena, M.Pd</u> NIP. 19820202 201012 1 003	Anggota		16/8. 21
5. <u>Hendro Wardoyo, M.Pd</u> NIP. 19720504 200501 1 002	Anggota		15/8. 21.

Tanggal Lulus : 10 Agustus 2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar Akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau di publikasikan 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 penyimpang 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.

Jaka 21
V. 
V. 6825145038

6825145038



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 : Vivi Septina Anggraini
NIM : 6825145038
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga/ Ilmu Keolahragaan Kepelatihan Kecabangan Olahraga
Alamat email : Viviseptina05@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 :

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KIDS ATHLETICS PADA ANAK USIA 7 – 8 TAHUN

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, 31 Agustus 2021

Penulis

(Vivi Septina Anggraini)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunianya yang sangat berlimpah. Berkat rahmat dan karunia-Nya pula penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat serta salam senantiasa Allah Ta'ala karuniakan atas nabi paling mulia, Muhammad Shallallahu'alaihi wasallam. Juga atas segenap keluarga, dan para sahabat, serta para pengikut beliau hingga akhir zaman.

Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada kedua orang tua **Bapak Sugoto dan Ibu Jumiati** serta keluarga saya yang telah mendidik dan mendukung materil maupun moral. Kepada bapak wakil rektor bidang kemahasiswaan dan alumni Universitas Negeri Jakarta **Dr. Abdul Sukur, M. Si**, Bapak Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, Kordinator Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga **Dr. Mansur Jauhari, S.P., M.Si.**, Bapak Pembimbing Akademik **Hendro Wardoyo, M.Pd**, yang telah terus membimbing saya sehingga bisa sampai tahap akhir ini, Bapak Pembimbing Skripsi 1 **Ricky Susiono, M.Pd** yang telah banyak menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam Menyusun skripsi ini, Bapak Pembimbing 2 **Ferry Yohannes Wattimena, M. Pd** yang telah banyak menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam Menyusun skripsi ini. **Tim Pusat Kajian Pengembangan Keolahragaan FIO UNJ**, Keluarga Besar **KOP Atletik Universitas Negeri Jakarta**, Keluarga Besar **Race Puspor Jaya**, serta kepada seluruh teman – teman yang telah banyak membantu, mendukung dalam penulisan skripsi ini penulis sampaikan salam hormat yang tak terhingga.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan lebih baik lagi dalam penulisan maupun prosedural penelitian untuk kedepannya.

Jakarta, 01 Agustus 2021

V. A. S

DAFTAR ISI

Halaman

PERNYATAAN ORISINALITAS	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	5
C. Perumusan Masalah	6
D. Kegunaan Hasil Penelitian	6
BAB II	8
KAJIAN TEORETIK	8
A. Konsep Pengembangan Model	8
1. Model ASSURE	10
2. Model Borg & Gall.....	11
3. Model ADDIE	14
4. Pengembangan Model Dick & Carey.....	15
B. Konsep model yang dikembangkan	17
1. Hakikat Latihan	18
2. Hakikat Latihan Variasi.....	27
3. Hakikat Atletik	28
4. Hakikat <i>Kids Athletics</i>	30
5. Hakikat Multilateral	39
6. Hakekat Perkembangan Anak	40
7. Karakteristik Anak Usia 7 – 8 Tahun	41
C. Kerangka Teoritik	43
D. Rancangan Model	44

BAB III	48
METODOLOGI PENELITIAN	48
A. Tujuan Penelitian	48
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	48
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	48
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	49
E. Langkah Langkah Pengembangan Model.....	50
1. Penelitian Pendahuluan	50
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	51
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model	53
BAB IV	56
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
A. HASIL PENGEMBANGAN MODEL	56
1. Hasil Analysis Kebutuhan	56
2. Model Draft Awal	59
3. Model Draft Final.....	65
4. Kelayakan Model	69
BAB V	74
KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Implikasi.....	74
C. Saran.....	75
DAFTAR PUSAKA	78
LAMPIRAN	80
RIWAYAT HIDUP	141