

**MODEL AKTIVITAS MASYARAKAT BEROLAHRAGA DI RUMAH
PADA MASA PANDEMI DENGAN PERMAINAN SEDERHANA**



MEITRIANDANI

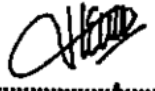
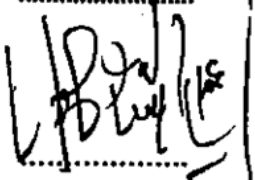
6835153736


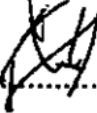

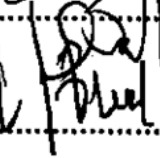
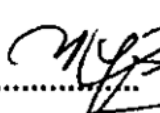
**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
<u>Dr. Hernawan, SE, M.Pd</u> NIP. 196907212002121001		18/2-2022
Pembimbing II		
<u>Dr. Abdul Sukur, M.Si</u> NIP. 196911302000031001		16/2-2022

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Sri Nuraini, M.Pd</u> NIP. 196707301993032001	Ketua		25/2-2022
2. <u>Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd</u> NIP. 197701282005012002	Sekertaris		25/2-2022
3. <u>Dr. Hernawan, SE, M.Pd</u> NIP. 196907212002121001	Anggota		18/2-2022
4. <u>Dr. Abdul Sukur, M.Si</u> NIP. 196911302000031001	Anggota		16/2-2022
5. <u>Dra. Aryati, M.Pd</u> NIDK. 8973710021	Anggota		22/2-2022

Tanggal Lulus : 02 Febuari 2022

LEMBAR PERSEMBAHAN

ORANG TUA

Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga saya persembahkan skripsi ini kepada Ibu dan Bapak saya yang telah memberikan kasih sayang, secara dukungan dengan do'a, dan Cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat aku balas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Ibu dan Bapak bahagia, karena aku sadar belum bisa membahagiakan kalian. Untuk Ibu dan Bapak yang selalu memotivasi dan menyayangiku, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku serta selalu meridhoiku melakukan hal yang lebih baik, Terima kasih Ibu, Terima kasih Bapak.

SAUDARA

Saya mengucapkan banyak terima kasih kepada kakak, sepupu, om, tante, bude, pakde serta mbah yang telah memeberikan banyak sekali pelajaran dalam kehidupan, serta doa dan dukungan untuk saya, yang selalu membantu mendorong saya untuk segera menyelesaikan studi akhir saya ini, banyak ilmu yang kalian berikan.

DOSEN PEMBIMBING

Bapak Dr Hernawan M.Pd selaku pembimbing 1 dan Bapak Dr. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si selaku dosen pembimbing 2 saya, terima kasih banyak karena Bapak sudah banyak membantu saya selama ini, sudah menasehati saya, sudah mengajari, dan mengarahkan saya sampai skripsi ini selesai.

TEMAN - TEMAN

Pasti akan terasa rindu suasana kelas maupun diluar kelas bersama teman-teman olahraga rekreasi 2015 terutama teman seperjuangan skripsiku saat ini, Prisilla Danari, Habib, Faiz, Agus, Gumadi, Ray, Vilma, Dias, Ariobimo, Bayu, Piki, Bima, Abi kalian hebat luar biasa serta, Nopan IP yang masih membantu penulisan skripsi saya. Terima kasih Orek 2015 semoga kalian sukses selalu.

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 dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan di cantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran 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, Januari 2022

Yang membuat pernyataan,



Meitriandani

No.Reg 6835153736

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengembangkan model aktivitas masyarakat berolahraga di rumah pada masa pandemi dengan permainan sederhana. Metode yang digunakan dalam penelitian ini memodifikasi *Research and Development* (model Pengembangan) ADDIE yang memiliki 5 tahapan *1. Analysis, 2. Design, 3. Development dan 4. Implement, 5. Evaluate*. Hasil penelitian menghasilkan produk yang berupa aktivitas masyarakat berolahraga di rumah pada masa pandemi dengan permainan sederhana sebanyak 12 model yang di uji cobakan dalam uji implementasi sebanyak 12 orang. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas masyarakat berolahraga di rumah pada masa pandemi dengan permainan sederhana dapat digunakan dalam proses aktivitas olahraga dalam permainan sederhana, sehingga dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap masyarakat. Berdasarkan hasil penelitian model aktivitas masyarakat berolahraga di rumah pada masa pandemi dengan permainan sederhana dapat diterapkan terhadap masyarakat di Pondok Kelapa.

Kata Kunci : Model Permainan Sederhana, Aktifitas Olahraga, Pandemi

ABSTRACT

This study aims to develop a model of community activities exercising at home during a pandemic with simple games. The method used in this study modifies the Research and Development (Development model) ADDIE which has 5 stages 1. Analysis, 2. Design, 3. Development and 4. Implement, 5. Evaluate. The results of the study resulted in a product in the form of community activities exercising at home during the pandemic with 12 simple games models that were tested in the implementation test of 12 people. Based on the results of the study, it shows that community activities exercising at home during the pandemic with simple games can be used in the process of sports activities in simple games, so that they can make a good contribution to society. Based on the results of the research, the model of community activity exercising at home during the pandemic with simple games can be applied to the community in Pondok Kelapa.

Keywords: Simple Game Model, Sports Activities, Pandemic



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat kekuatan, kesehatan, dan beribu nikmat lainnya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini berjudul “Model Aktivitas Masyarakat Berolahraga Di Rumah Pada Masa Pandemi Dengan Permainan Sederhana.” yang disusun sebagai salah satu persyaratan untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga dari Program Studi Ilmu Keolahragaan Konsentrasi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu yang telah membantu atau membimbing untuk menyelesaikan tugas ini. Adapun Bapak/Ibu tersebut adalah Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta beserta para wakilnya, Bapak Hartman Nugraha, M.Pd Ketua Program Studi Olahraga Rekreasi, Bapak Dr. Hernawan, SE, M.Pd Pembimbing I, Bapak Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.Si selaku Pembimbing II sekaligus Penasehat Akademik, beserta para dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, serta kepada kedua Orang Tua saya dan keluarga saya yang selalu mendukung dan mendorong saya agar saya dapat menyelesaikan skripsi saya, dan kawan-kawan yang telah menjadi teman diskusi dan berbagi referensi. Penulis juga mengucapkan terimakasih dari lubuk yang paling dalam kepada seluruh pihak yang telah membantu hingga terselesaikannya skripsi ini.

Penulis berharap, segores pena pengetahuan yang disusun ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya, seiring sebuah harapan agar tidak segan untuk memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan di masa yang akan datang. Aamiin.

Jakarta, Januari 2022

Meitriandani

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSEMBAHAN	i
PERNYATAAN ORISINIL	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Kegunaan Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORITIK	
A. Konsep Pengembangan Model.....	8
1. Pengembangan Model Dick & Carey	9
2. Model BORG&GALL	10
3. Model ADDIE	11
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	14
1. Model	14
2. Permainan Sederhana.....	15
3. Olahraga	25
4. Pandemi.....	27
C. Kerangkak Teoritik.....	28

D. Rancangan Model.....	29
-------------------------	----

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian.....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
C. Karakteristik Model.....	30
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	31
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	31
1. Penelitian Pendahuluan.....	32
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	33
3. Validasi, Evaluasi dan Revisi Model.....	34

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengembangan Model.....	37
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	37
2. Hasil Implementasi.....	39
3. Model Draft Awal.....	40
4. Model Draft Final.....	41
B. Kelayakan Model.....	43
C. Pembahasan.....	45

BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	47
B. Implikasi.....	47
C. Saran.....	48

DAFTAR PUSTAKA.....	50
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	54
----------------------	-----------

RIWAYAT HIDUP.....	73
---------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Model Pengembangan Dick & Carey	10
2.2 Model Pengembangan BROG & GALL	11
2.3 Model Pengembangan ADDIE	12
2.4 Rancangan Model Permainan	29



DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1 Nama para ahli uji validasi	36
4.1 Hasil Analisis Kebutuhan	38
4.2 Model Awal	40
4.3 Hasil Model Final	41
4.4 Kelayakan Model Permainan Kelompok	43



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	54
Lampiran 2	66
Lampiran 3	68
Lampiran 4	70





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 : Meitriandani
NIM : 6835153736
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Olahraga Rekreasi
Alamat email : meitriandani@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 Aktivitas Masyarakat berolahraga Di Rumah
Pada Masa Pandemi Dengan Permainan Sederhana

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

Penulis


(MEITRIANDANI)