

**MODEL PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*
PEMBALIKAN SALTO RENANG GAYA BEBAS PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER DI SMP 232 JAKARTA**



Widad Aidir Ramadhana

6135162661

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

FEBRUARI, 2023

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 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, 30 Desember 2022

Yang membuat pernyataan,



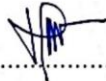


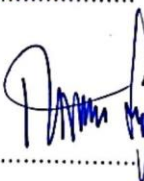

Widad Aidir Ramadhana

NIM 6135162661

LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Dr. Oman US. M.Pd NIP. 196311061989031001		14/2/23

Pembimbing II Dr. Kurnia Tahki. M.Pd NIP. 195901121989031001		2/2/23
--	--	--------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Sujarwo. M.Pd.</u> NIP. 197604252003121001	Ketua		14/2/23
2. <u>Hermanto M.Pd</u> NIP. 197803102005011002	Sekretaris		20/2/23
3. <u>Dr. Oman US. M.Pd</u> NIP. 196311061989031001	Anggota		14/2/23
4. <u>Dr. Kurnia Tahki. M.Pd</u> NIP. 195901121989031001	Anggota		2/2/23
5. <u>Dr. Setyo Purwanto. M.Pd</u> NIP. 197202192003121001	Anggota		14/2/23

Tanggal Lulus : 30/1/23



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 : Widad Aidir Ramadhana
NIM : 6135162661
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat email : widadaidir21@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 Problem Based Learning Pembalikan Salto Renang Gaya Bebas pada siswa Ekstrakurikuler SMPN 232 Jakarta”

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, 15 Maret 2023

Penulis

(Widad Aidir Ramadhana)

**MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING
PEMBALIKAN SALTO RENANG GAYA BEBAS PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER SMPN 232 JAKARTA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model pembelajaran problem based learning pembalikan salto renang gaya bebas pada siswa ekstrakurikuler SMPN 232 Jakarta. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode R&D (*Research and Development*). Prosedur pengembangan melalui lima tahapan yang telah disederhanakan meliputi *analyze, design, development, implementation, evaluate*. Penyederhanaan prosedur pengembangan dikarenakan situasi kondisi penelitian. Uji validasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan uji justifikasi ahli. Jenis produk yang dihasilkan meliputi variasi model WAR 1 sampai dengan variasi model WAR 15. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran problem based learning pembalikan salto renang gaya bebas pada siswa ekstrakurikuler SMPN 232 Jakarta telah diuji melalui *expert judgement* dan menghasilkan produk berupa model pembelajaran sebanyak 15 model pembelajaran.

Kata Kunci: pembalikan salto, problem based learning, gaya bebas



**LEARNING MODEL PROBLEM BASED LEARNING FRONTCRAWL
OF FREESTYLE SWIMMING SOMERSAULTS FOR EXTRACURRICULAR
STUDENTS AT SMPN 232 JAKARTA**

ABSTRACT

This study aims to produce a problem-based learning model for reversing freestyle swimming somersaults for extracurricular students at SMPN 232 Jakarta. This research was conducted using the R&D (Research and Development) method. The development procedure goes through five simplified stages including analyze, design, development, implementation, evaluate. Simplification of the development procedure due to the research conditions. The validation test used in this study is the expert justification test. The types of products produced include a variation of the WAR 1 model to a variation of the WAR 15 model. The results showed that the problem-based learning model of reversing freestyle swimming somersaults for extracurricular students at SMPN 232 Jakarta has been tested through expert judgment and produced products in the form of 15 learning model learning

Keywords: somersault reversal, problem based learning, freestyle



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala berkat rahmat-nya. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.
2. **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.** selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.
3. **Hermanto, M.Pd.** selaku Pembimbing Akademik yang selalu mendukung dan membimbing saya selama perkuliahan sampai penyelesaian skripsi ini.
4. **Dr. Oman US, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak **Drs. Kurnia Tahki, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk saya dalam pengembangan skripsi ini
5. Kedua orang tua beserta adik yang dengan tulus tanpa pamrih memnajakatkan doa dan selalu memberi selama proses pembuatan skripsi
6. Teman teman peneliti Kostfawaz, Laode, Bimo, Rama, Agung, Ka Guntur yang selalu mau direpotkan dan selalu menemani serta memberi masukan – masukan mengenai skripsi peneliti
7. Support system Aquilina Nabilah Myeisha yang selalu menemani serta memberi arahan serta memberi dorongan agar penulis menyelesaikan skripsi, dan tidak lupa memberikan semangat serta kasihnya kepada penulis.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Jakarta, 30 Desember 2022

W A R

DAFTAR ISI

<u>PERNYATAAN ORISINALITAS</u>	i
<u>ABSTRAK</u>	ii
<u>ABTRACT</u>	iii
<u>KATA PENGANTAR</u>	iv
<u>DAFTAR TABEL</u>	vii
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	viii
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	ix
<u>BAB I</u>	1
<u>PENDAHULUAN</u>	1
A. <u>Latar Belakang Masalah</u>	1
B. <u>Fokus Penelitian</u>	4
C. <u>Rumusan Masalah</u>	5
D. <u>Kegunaan Hasil Penelitian</u>	5
<u>BAB II</u>	6
<u>KAJIAN TEORITIK</u>	6
A. <u>Hakikat Model</u>	6
B. <u>Hakikat Model Pembelajaran</u>	7
C. <u>Hakikat Model Pembelajaran Berbasis Masalah (<i>Problem Base Learning</i>)</u> ..	8
D. <u>Kurikulum 2013 Materi Renang</u>	13
E. <u>Hakikat Media dan Alat</u>	17
F. <u>Hakikat Renang</u>	20
G. <u>Hakikat Pembalikan Renang</u>	27
H. <u>Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama</u>	34
I. <u>Rancangan Model</u>	35
<u>BAB III</u>	37
<u>METODE PENELITIAN</u>	37
A. <u>Tujuan Penelitian</u>	37
B. <u>Tempat dan Waktu Penelitian</u>	37
C. <u>Pendekatan dan Metode Penelitian</u>	38

D.	<u>Langkah – Langkah Pengembangan Model</u>	39
	<u>Penelitian Pendahuluan</u>	39
	<u>Perencanaan Pengembangan Model</u>	39
E.	<u>Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model</u>	59
BAB IV	60
<u>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</u>	60
A.	<u>Hasil Penelitian</u>	60
	<u>Kelayakan Model</u>	62
B.	<u>Pembahasan</u>	64
BAB V	65
<u>KESIMPULAN DAN SARAN</u>	65
A.	<u>Kesimpulan</u>	65
B.	<u>Saran</u>	65
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>	66
<u>LAMPIRAN</u>	68



DAFTAR TABEL

<u>Tabel 1</u>	11
<u>Tabel 2</u>	13
<u>Tabel 3</u>	15
<u>Tabel 4</u>	55
<u>Tabel 5</u>	56
<u>Tabel 6</u>	61
<u>Tabel 7</u>	62
<u>Tabel 8</u>	63



DAFTAR GAMBAR

<u>Gambar 1</u>	24
<u>Gambar 2</u>	25
<u>Gambar 3</u>	26
<u>Gambar 4</u>	28
<u>Gambar 5</u>	29
<u>Gambar 6</u>	30
<u>Gambar 7</u>	31
<u>Gambar 8</u>	32
<u>Gambar 9</u>	33
<u>Gambar 10</u>	36
<u>Gambar 11</u>	38
<u>Gambar 12</u>	40
<u>Gambar 13</u>	41
<u>Gambar 14</u>	42
<u>Gambar 15</u>	43
<u>Gambar 16</u>	44
<u>Gambar 17</u>	45
<u>Gambar 18</u>	46
<u>Gambar 19</u>	47
<u>Gambar 20</u>	48
<u>Gambar 21</u>	49
<u>Gambar 22</u>	50
<u>Gambar 23</u>	51
<u>Gambar 24</u>	52
<u>Gambar 25</u>	53
<u>Gambar 26</u>	54
<u>Gambar 27</u>	57

DAFTAR LAMPIRAN

<u>Lampiran 1</u>	68
<u>Lampiran 2</u>	69
<u>Lampiran 3</u>	70
<u>Lampiran 4</u>	71
<u>Lampiran 5</u>	72
<u>Lampiran 6</u>	73
<u>Lampiran 7</u>	74
<u>Lampiran 8</u>	75
<u>Lampiran 9</u>	76
<u>Lampiran 10</u>	77
<u>Lampiran 11</u>	78

