

**MODEL GERAK DASAR BERLARI BERBASIS
PERMAINAN PADA ANAK U-10 TAHUN DI KLUB
FUTSAL BTB-DELAPAN**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

MOCH IQBAL YANUAR

1601619047

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI


FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN


UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA


2023

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

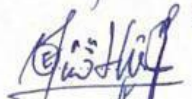
Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I (Dr. Taufik Rihatno) NIP.196410041992031001		15/08/2023


Pembimbing II (Eko Prabowo, M.Pd) NIP.198604172020121012		18/08/2023
--	--	------------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. (Dr. Sukiri, M.Pd) NIP.195908161987031002	Ketua		22/08/2023

2. (Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd) NIP.198601252020121003	Sekretaris		18/08/2023
---	------------	--	------------

3. (Dr. Taufik Rihatno) NIP.196410041992031001	Anggota		15/08/2023
---	---------	--	------------

4. (Eko Prabowo, M.Pd) NIP.198604172020121012	Anggota		18/08/2023
--	---------	--	------------

5. (Dr. Rizky Nurulfa, M.Pd) NIP.198808312019032010	Anggota		18/08/2023
--	---------	--	------------

Tanggal Lulus : 11 Agustus 2023



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Moch Iqbal Yanuar
NIM : 1601619047
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Jasmani
Alamat email : Yanuariqbal044@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 GERAK DASAR BERLARI BERBASIS PERMAINAN PADA ANAK U-10 TAHUN DI KLUB FUTSAL BTB-DELAPAN”

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, 25 Agustus 2023

Penulis

(MOCH IQBAL YANUAR)

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, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,



(Moch Iqbal Yanuar)

No. Reg. 1601619047

MODEL GERAK DASAR BERLARI BERBASIS PERMAINAN PADA U-10 TAHUN DI KLUB FUTSAL BTB DELAPAN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model gerak dasar berlari anak U-10 Tahun di klub futsal BTB delapan. Model permainan gerak dasar ini disesuaikan dengan aspek pertumbuhan dan perkembangan serta karakteristik anak U-10 tahun dikemas melalui aktivitas fisik dalam sebuah permainan yang difokuskan pada gerak dasar berlari. Penelitian R&D ini menggunakan pendekatan ADDIE, adapun langkah-langkah yang dilakukan:1) Melakukan Analisis, 2) Perancangan, 3) Pengembangan, 4) Pelaksanaan, 5) Evaluasi. Sampel dari penelitian ini adalah anak U-10 tahun. Hasil penelitian ini berupa 20 model gerak dasar berlari berbasis permainan yang disusun sesuai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan gerak pada anak U-10 tahun serta layak diterapkan dalam latihan serta pembelajaran gerak dasar berlari pada anak U-10 tahun.

Kata Kunci : Gerak Dasar, Berlari, Permainan, Futsal, Anak U-10 Tahun



GAME-BASED RUNNING MOVEMENT MODEL FOR U-10 YEARS IN BTB EIGHT FUTSAL CLUB

ABSTRACT

This study aims to develop a basic motion model for running for children U-10 years at the BTB eight futsal club. This basic movement game model is adapted to aspects of growth and development and the characteristics of children under 10 years of age packaged through physical activity in a game that focuses on the basic motions of running. This R&D research uses the ADDIE approach, while the steps are: 1) Performing Analysis, 2) Designing, 3) Development, 4) Implementation, 5) Evaluation. The sample of this research is children under 10 years old. The results of this study were 20 play-based running motion models which were arranged according to the characteristics of growth and movement development in children under 10 years of age and were appropriate to be applied in training and learning the basic motions of running in children under 10 years of age.

Keywords : *Basic Movement, Running, Games, Futsal, Children U-10 Years*



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu wa Taala dan berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Disertasi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari semua pihak, akan sulit bagi penulis untuk menyelesaikan karya dari perkuliahan hingga penyusunan skripsi. Pada akhirnya, peneliti menyelesaikan skripsi mereka berjudul "**Model Gerak Dasar Berlari Berbasis Permainan Pada Anak U-10 Tahun Di Klub Futsal BTB Delapan**".

Dengan rasa hormat penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada **Prof. Dr. Johansyah Lubis, M. Pd**, sebagai Dekan FIK UNJ, **Dr. Iwan Setiawan, M. Pd**, sebagai Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, **Dr. Taufik Rihatno**, Sebagai Dosen Pembimbing I, **Eko Prabowo, M. Pd**, sebagai Dosen Pembimbing II, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini, **Dr. Sukiri, M. Pd**, sebagai Dosen Penasehat Akademik yang telah membimbing peneliti sampai saat ini, **Dr. Eka Fitri Novitasari, M. Pd**, sebagai Dosen Ahli Permainan, **Dr. Rizky Nurulfa, M. Pd**. sebagai Dosen ahli Gerak Dasar, **Nur Fitranto, M. Pd**, sebagai Dosen Ahli Futsal, Pelatih Klub Futsal BTB Delapan, yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang diperlukan. Kedua Orang tua, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, para teman dan sahabat, yang telah banyak membantu penulis dalam

menyelesaikan penulisan ini. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pengajar, pelatih serta peneliti selanjutnya.

Jakarta, Agustus 2023

Moch Iqbal Yanuar



DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Perumusan Masalah	6
D. Kegunaan Hasil Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	8
A. Konsep Pengembangan Model.....	8
B. Konsep Model yang dikembangkan.....	25
C. Kerangka Teoritik	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	57
A. Tujuan Penelitian	57
B. Tempat dan Waktu Penelitian	57
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	58
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	58
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	65
A. Hasil Pengembangan Model	65
B. Kelayakan Model.....	74
C. Efektifitas Model.....	77
D. Pembahasan.....	77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83

LAMPIRAN-LAMPIRAN	89
RIWAYAT HIDUP	127



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Nama para uji validasi.....	62
Tabel 4.1	20 Model Awal Permainan	67
Tabel 4.2	Saran dan Masukan Dosen Ahli Permainan.....	70
Tabel 4.3	Saran dan Masukan Dosen Ahli Gerak Dasar.....	71
Tabel 4.4	Saran dan Masukan Dosen Ahli Futsal	72
Tabel 4.5	Kelayakan Model	76
Tabel 4.6	Efektivitas Model Dalam Uji Coba Kelompok Kecil	77
Tabel 4.7	Model Final	79



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Model Pengembangan Borg & Gall	13
Gambar 2.2	Langkah-langkah penelitian R&D menurut Sugiyono	14
Gambar 2.3	Langkah-langkah Pengembangan ADDIE	17
Gambar 2.4	Langkah-langkah Pengembangan 4D	20
Gambar 2.5	Cover Buku Keterampilan Dasar Permainan Futsal	25
Gambar 2.6	Halaman 10 dari buku Keterampilan Dasar Permainan Futsal	26
Gambar 2.7	Berlari langkah pendek	37
Gambar 2.8	Berlari Tumit Menyentuh Pantat	38
Gambar 2.9	Berlari Angkat Paha	39
Gambar 2.10	Langkah-Langkah Penggunaan Metode R&D	53
Gambar 2.11	Konsep Model Gerak Dasar Berlari Berbasis Permainan	56



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Model Final.....	89
Lampiran 2	Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Permainan.....	102
Lampiran 3	Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Gerak Dasar.....	104
Lampiran 4	Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Futsal.....	106
Lampiran 5	Surat Permohonan Izin Penelitian	115
Lampiran 6	Surat Balasan Izin Penelitian	116
Lampiran 7	Dokumentasi dan Wawancara	117
Lampiran 8	Dokumentasi Model Gerak Dasar Berlari Berbasis Permainan ..	118
Lampiran 9	Daftar Riwayat Hidup.....	127

