

**MODEL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR LOMPAT JAUH
GAYA JONGKOK BERBASIS PERMAINAN TRADISIONAL
UNTUK SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**DEFLIYANTO
7217167515**

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Doktor

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

**PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI DIPERSYARATKAN UNTUK
UJIAN TERBUKA/ PROMOSI DOKTOR**

Promotor

Co-Promotor




Dr. Hernawan, S.E., M.Pd

Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or

Tanggal: 27-07-2023

Tanggal: 28-09-2023

NAMA

TANDA TANGAN

TANGGAL

4/3
Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus
(Ketua)¹



09-08-2023

Prof. Dr. Samsudin, M.Pd
(Sekretaris)²



03-08-2023






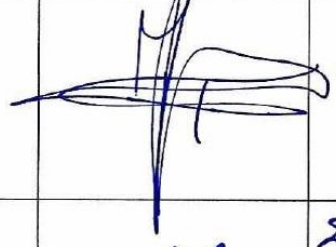

Nama : Defliyanto

No. Registrasi : 7217167515

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Tgl. Lulus : 18 Agustus 2023

**PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN
UJIAN TERTUTUP**

No.	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus (Ketua)		09-08/2023
2.	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd (Koordinator Prodi/Sekretaris)		3 / 8 23
3.	Dr. Hernawan, S.E., M.Pd (Promotor)		26 / 7 23
4.	Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or (Co-Promotor)		27 / 7 23
5.	Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd (Penguji)		4 / 8 23
6.	Prof. Dr. dr. James Tangkudung, Sportmed., M.Pd (Penguji)		26 / 9 23
7.	Prof. Dr. Adang Suherman, M.A. (Penguji Luar)		28 / 7 23

Nama : Defliyanto
Nomor Registrasi : 7217167515

**MODEL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR LOMPAT JAUH GAYA
JONGKOK BERBASIS PERMAINAN TRADISIONAL
UNTUK SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

2016

Defliyanto

defliyanto_72171675151@mhs.unj.ac.id

Universitas Negeri Jakarta

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengembangkan model pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok berbasis Permainan Tradisional untuk siswa Sekolah Menengah Pertama. Sasaran dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Bengkulu. Metode Penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan model *Borg and Gall*. Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa hasil validasi ahli dan uji efektifitas melalui eksperimen dengan analisis data statistik *paired t-test*. Hasil penelitian dan pengembangan model pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok berbasis Permainan Tradisional untuk siswa Sekolah Menengah Pertama menunjukkan bahwa model pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok berbasis permainan tradisional layak untuk siswa sekolah menengah pertama. Berdasarkan hasil uji efektifitas menunjukkan bahwa model pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok berbasis permainan tradisional efektif untuk siswa sekolah menengah pertama. Hal ini ditunjukkan dengan hasil Uji-T dan *N-Gain Score* terhadap kemampuan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok berbasis Permainan tradisional yang menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Jadi, model pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok berbasis Permainan efektif untuk meningkatkan pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Kata kunci: Lompat Jauh, Model Pembelajaran, Permainan Tradisional, Teknik Dasar

**LEARNING MODEL OF BASIC TECHNIQUE IN LONG JUMP SQUAT
STYLE BASED ON TRADITIONAL GAMES FOR
JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS**

2016

Defliyanto

defliyanto_72171675151@mhs.unj.ac.id

Universitas Negeri Jakarta

ABSTRACT

The purpose of this study was to develop a traditional game-based squat style long jump basic technique learning model for junior high school students. The targets in this study were junior high school students in Bengkulu City. The research method used is the research and development of the Borg and Gall model. The data collection technique used was the results of expert validation and effectiveness testing through experiments using paired t-test statistical data analysis. The results of the research and development of the traditional long jump style based squatting technique learning model for junior high school students show that traditional game based squat style long jump basic technique learning model is feasible for junior high school students. Based on the results of the effectiveness test, it shows that the traditional game-based squat style long jump basic technique learning model is effective for junior high school students. This is indicated by the results of the T-Test and N-Gain Score on the basic techniques of long jump squat style based on traditional games which show a significant increase. So, the Game-based squat style long jump basic technique learning model is effective to improve the learning of the squat style long jump basic technique.

Keywords: Basic Technique, Learning Model, Long Jump, Traditional Game,

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Defliyanto
NIM : 72171675151
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2016
Semester : 118 (Genap) Tahun Akademik 2022/2023

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan ujian terbuka dan perbaikan ujian tertutup untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapatkan persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 01 Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,



CS Dipindai dengan CamScanner Defliyanto

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Defliyanto
NIM : 72171675151
Tempat/Tanggal Lahir : Bengkulu, 6 Januari 1992
Program : Doktor
Program Studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul penelitian “Model Pembelajaran Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Berbasis Permainan Tradisional Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama” merupakan karya saya sendiri tidak mengandung unsur *plagiat* dan semua sumber baik yang dikutip langsung maupun tidak langsung yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sehat tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 01 Agustus 2023



METERAI
TEMPEL
48A6AKX476504137

Defliyanto



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 : Defliyanto
NIM : 7217167515
Fakultas/Prodi : Pascasarjana/ Pendidikan Jasmani
Alamat email : defliyanto123@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 Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Berbasis
Permainan Tradisional Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama

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, 21 Agustus 2023
Penulis

Defliyanto

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga Penelitian disertasi ini dapat terselesaikan dengan judul **“Model Pembelajaran Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Berbasis Permainan Tradisional Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama “**

Dalam penyusunan disertasi ini, tentunya peneliti mengalami berbagai hambatan. Berkat petunjuk, bimbingan, dan dorongan dari semua pihak, maka disertasi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus., selaku Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Samsudin, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak Dr. Hernawan, S.E., M.Pd sekaligus sebagai Promotor.
4. Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or, selaku Co-promotor.
5. Bapak Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta dan juga sebagai Penguji.
6. Bapak Prof. Dr. dr. James Tangkudung, Sportmed., M.Pd sebagai Penguji.
7. Bapak Prof. Dr. Adang Suherman, M.A. sebagai Penguji Luar.
8. Segenap Guru Besar, Dosen dan seluruh Karyawan/staff pegawai Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta Prodi Pendidikan Jasmani, yang telah memberikan motivasi yang sangat berharga bagi peneliti dan selalu membimbing dengan penuh kesabaran sehingga disertasi ini dapat diselesaikan dengan baik.
9. Segenap Rektor Universitas Bengkulu, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu, Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani dan beserta semua Dosen Pendidikan Jasmani Universitas Bengkulu, yang telah mendukung dan memberikan motivasi yang sangat

berharga bagi peneliti sehingga disertasi ini dapat diselesaikan dengan baik.

10. Dan tentunya peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada keluarga terutama istri (Tya Rainjani PS, A.Md.) ayah dan ibuku tercinta (H. Muslim, HZ. & Dra. Hj. Yarmani, M.Kes.), mertuaku (H. Akhmad Sulaeman. & Hj. Agustini.), kakakku (Yelli Ariani, S.Pd.), adikku (Yola Tri Agustin, S.Kom. & Mahendra Bando Dansen), Keluarga Besarku H. Zaini dan serta sahabat-sahabatku yang dengan ikhlas memberikan semangat dan doanya untuk menyelesaikan studi tepat pada waktunya.

Semoga amal kebaikan yang diperbuat senantiasa mendapatkan rahmat dan hidayah dari Allah SWT dan bagi yang melakukannya akan selalu dilimpahkan rezeki dan selalu dalam lindungan-Nya Amin.

Peneliti berharap semoga disertasi ini dapat memberikan manfaat untuk pembaca sekalian khususnya bagi civitas akademika Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih.

Jakarta, 01 Agustus 2023

Peneliti

Defliyanto

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR PERNYATAAN	vi
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Fokus Masalah	5
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 <i>State of The Art</i>	6
1) Analisis Bibliometrik.....	6
2) Tinjauan Literatur	8
1.6 <i>Road Map</i> Penelitian.....	10
BAB II	11
KAJIAN TEORETIK	11
2.1 Konsep Pengembangan.....	11
2.2 Model Pengembangan.....	12
1) Model <i>Dick and Carey</i>	14
2) Model <i>Baker and Schutz</i>	15
3) Model <i>ADDIE</i>	16
4) Model <i>Bella H. Banathy</i>	17
5) Model Instruksional (MPI)	18
6) Model <i>Hannafin & Peck</i>	19
7) Model <i>Borg and Gall</i>	19
2.3 Konsep Model yang Dikembangkan.....	23

2.4 Kerangka Teoritik	25
1) Konsep Belajar	25
2) Pengertian Belajar Gerak.....	29
3) Deskripsi Lompat jauh.....	35
4) Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	40
5) Lapangan Lompat Jauh.....	45
6) Kekuatan Otot Tungkai.....	46
7) Konsep Permainan.....	48
8) Permainan Tradisional	51
9) Aplikasi <i>Android</i>	53
2.5 Rancangan Model DHR 92.....	57
BAB III.....	63
METODOLOGI PENELITIAN	63
3.1 Jenis Penelitian.....	63
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	63
3.3 Karakteristik Model yang dikembangkan.....	64
1) Sasaran Penelitian	64
2) Subjek Penelitian.....	64
3.4 Langkah – langkah Pengembangan Model.....	64
3.5 Pengumpulan Data dan Analisis Data.....	66
BAB IV.....	73
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	73
4.1 Hasil Penelitian Pengembangan Model	73
4.2 Pembahasan	87
4.3 Keterbatasan Penelitian	88
BAB V.....	91
SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	91
5.1 Simpulan	91
5.2 Implikasi	91
5.3 Rekomendasi	92
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN.....	101

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Diagram Persentase Ketuntasan Minimum (KKM) Hasil Belajar Lompat Jauh	2
Gambar 1. 2 Visualisasi Keterhubungan Variable.....	6
Gambar 1. 3 Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (<i>Co- Occurrence</i>).....	7
Gambar 1. 4 <i>Road Map</i> Penelitian	10
Gambar 2. 1 Modal <i>Design Dick and Carey</i>	14
Gambar 2. 2 Tahapan MPI.....	18
Gambar 2. 3 Model <i>Hannafin & Peck</i>	19
Gambar 2. 4 Model <i>Borg and Gall</i>	20
Gambar 2. 5 Urutan Gerakan Lompat Jauh Gaya Jongkok	37
Gambar 2. 6 Urutan Gerakan Lompat Jauh Gaya Menggantung.....	39
Gambar 2. 7 Urutan Gerakan Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara.....	40
Gambar 2. 8 Cara melakukan gerakan tumpuan (<i>take off</i>).....	42
Gambar 2. 9 Sikap Badan Pada Saat Di Udara	43
Gambar 2. 10 Sikap Badan Pada Saat Mendarat.....	44
Gambar 2. 11 Lapangan lompat jauh.....	46
Gambar 2. 12 Otot tungkai yang dominan bekerja pada saat terjadinya proses gerakan lari.....	47
Gambar 2. 13 Otot tungkai bawah yang dominan bekerja pada saat terjadinya proses gerakan lari dan pada saat tumpuan di papan tolakan.....	48
Gambar 2. 14 Aplikasi <i>Android</i>	54
Gambar 2. 15 Desain Rancangan Model DHR 92	58
Gambar 2. 16 Adopsi Pola Pengembangan <i>Borg and Gall</i>	59
Gambar 3. 1 Rumus Uji-t.....	71
Gambar 3. 2 Rumus <i>N-Gain Score</i>	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Skor Ketuntasan Minimum (KKM) Hasil Belajar Lompat Jauh...	2
Tabel 2. 1 Konsep Produk <i>ADDIE</i>	16
Tabel 3. 1 Instrumen Penilaian Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	67
Tabel 3. 2 Penilaian Instrumen Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	68
Tabel 3. 3 Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model.....	70
Tabel 3. 4 Pembagian <i>Score N-Gain</i>	71
Tabel 3. 5 Kategori Tafsiran Efektivitas <i>N-Gain</i>	71
Tabel 4. 1 Data Identifikasi Masalah	74
Tabel 4. 2 <i>Draf</i> Model Permainan Tradisional	76
Tabel 4. 3 Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Pembelajaran Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Berbasis Permainan Tradisional	77
Tabel 4. 4 Nama Ahli/Pakar.....	78
Tabel 4. 5 Hasil Uji Coba Kelompok Kecil (n=24)	80
Tabel 4. 6 Hasil Uji Coba Kelompok Besar (n=45).....	82
Tabel 4. 7 Hasil Tes Lompat Jauh <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	83
Tabel 4. 8 Hasil Uji <i>N-Gain</i> Persen	85
Tabel 4. 9 <i>Tests of Normality</i>	86
Tabel 4. 10 Independent Samples Test	86