

**MODEL PERMAINAN PERNAPASAN DI AIR UNTUK ANAK  
USIA DINI (5-6 TAHUN)**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*



**Rendy Rizki Syahputra**  
**1605620078**






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

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

**JULI, 2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> <u>Abdul Kholik, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 197512282005011001		11/7 2024
<b>Pembimbing II</b> <u>Dr. Juriana, S.Psi., M.Si., Psikolog</u> NIP. 197606242005012005		16/7 2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 197701282005012002	Ketua		17/7 2024
2. <u>Dr. Sri Nuraini, M.Pd</u> NIP. 196707301993032001	Sekretaris		12/7 2024
3. <u>Abdul Kholik, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 197512282005011001	Anggota		11/7 2024
4. <u>Dr. Juriana, S.Psi., M.Si., Psikolog</u> NIP. 197606242005012005	Anggota		16/7 2024
5. <u>Masnur Ali, M.Pd</u> NIP. 199209012019031000	Anggota		12/7 2024

Tanggal lulus : 08 Juli 2024

### PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta ataupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni dari sebuah ide, gagasan, dan penelitian saya sendiri yang dibantu oleh arahan dosen pembimbing.
3. Seluruh tulisan dalam skripsi ini tidak terdapat pendapat yang telah ditulis oleh orang lain, kecuali pendapat yang dijadikan sebagai acuan dan telah disebutkan nama pengarang serta dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh - sungguh dan apabila terdapat ketidakbenaran dan penyimpangan dalam pernyataan ini dikemudian hari, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 18 Juni 2024

Yang Menyatakan



Rendy Rizki Syahputra

No Reg. 1605620078



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Rendy Rizki Syahputra  
NIM : 1605620078  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga /Olahraga Rekreasi  
Alamat email : rendyrieki@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 Permainan Pernapasan Di Air  
Untuk Anak Usia Dini (5-6 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 , 18 Juli 2024

Penulis

( Rendy Rizki S. )  
nama dan tanda tangan

## **MODEL PERMAINAN AIR UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PERNAPASAN DI AIR PADA ANAK USIA DINI**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk membuat model permainan pernapasan di air pada anak usia dini khususnya 5-6 tahun. Pendekatan penelitian pengembangan model permainan pernapasan di air ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari ADDIE. Subjek pada penelitian ini adalah anak *Swimming School* Dunia Berenang dengan jumlah 10 anak. Pada penelitian ini peneliti bekerjasama dengan tiga dosen ahli, satu dosen ahli renang, dua dosen ahli permainan dan ketiga dosen ahli anak usia dini sebagai expert judgement. Uji validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli, dimana model permainan air yang telah dibuat dan diuji cobakan kemudian dikonsultasikan serta dinilai oleh dosen ahli dan para ahli didalam bidangnya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat model permainan air untuk meningkatkan kemampuan pernapasan di air pada anak usia dini khususnya 5-6 tahun. Model permainan ini juga bertujuan untuk dapat dijadikan bahan referensi atau pedoman bagi para pelatih dalam menstimulasi anak untuk dapat bernapas di air pada kemampuan pernapasan renang. Melalui uji validitas yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ketiga para ahli, dan menghasilkan produk model permainan air dalam meningkatkan kemampuan pernapasan di air pada anak usia dini sebanyak 13 model permainan di air.

Kata Kunci : Model Permainan Air, Berenang, Pernapasan di Air.

## **WATER PLAY MODEL TO IMPROVE BREATHING ABILITY IN WATER IN EARLY CHILDHOOD**

### **ABSTRACT**

*This research aims to create a model of breathing games in water in early childhood, especially 5-6 years. The research approach to developing a model of breathing games in water uses the research and development (Research and Development) model from ADDIE. The subjects in this study were children of Swimming School Dunia Berenang with a total of 10 children. In this study, researchers collaborated with three expert lecturers, one swimming expert lecturer, two game expert lecturers and the third early childhood expert lecturer as expert judgment. The validity test used in this study is to use the expert justification test, where the water game model that has been made and tested is then consulted and assessed by expert lecturers and experts in their fields. The purpose of this research is to create a water game model to improve breathing ability in water in early childhood, especially 5-6 years. This game model also aims to be used as reference material or guidelines for trainers in stimulating children to be able to breathe in water in swimming breathing ability. Through the validity test carried out using the third justification test of experts, and produce water game model products in improving breathing ability in water in early childhood as many as 13 game models in water.*

**Keywords : Water Game Model, Swimming, Breathing**

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, Karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Model Permainan Air Untuk Meningkatkan Kemampuan Pernapasan di Air Pada Anak Usia Dini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga, Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Hernawan, SE, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Aan Wasan, S.Sos, M.Si selaku Koordinator Program Studi Olahraga rekreasi, Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak Abdul Kholik, S.Pd, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I saya yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing saya dalam menyusun penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Juriana, S.Psi, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan kesempatan, ilmu dan juga pengalamannya kepada penulis.
5. Bapak Heru Miftakhudin, S.Or, M.Pd, Ibu Dr. Sri Nuraini, M.Pd, an Ibu Dra. Aryati, M.Pd selaku Dosen Validasi model permainan air dalam penulisan skripsi ini.

6. Seluruh Dosen Program Studi Olahraga Rekreasi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan bekal ilmu dan berbagai pengalamannya kepada saya.
7. Keluarga Besar *Swimming School* Dunia Berenang Bekasi yang telah membantu, membimbing serta memotivasi penulis selama melaksanakan penelitian.
8. Kepada Orang Tua Bapak Undang Rohendi dan Ibu Wiji Astuti , serta Kakak Kandung Dita Nurmala Dewi, S.T. Atas doa restu, kasih sayang, didikan dan arahan, dukungan moril materi, serta kesabaran kepada saya selama ini.
9. Kepada Indah Permatasari atas support nya, terimakasih telah memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Seluruh Rekan-Rekan Mahasiswa Olahraga Rekreasi atas dukungan dan kerjasamanya selama menempuh perkuliahan serta penyelesaian penyusunan skripsi ini.
11. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai rintangan.



Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik dari segi penyusunan maupun dari isinya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk para pembaca.

Jakarta, 7 Juni 2024

RRS



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Masalah .....	9
C. Perumusan Masalah .....	9
D. Kegunaan Hasil Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK</b> .....	<b>12</b>
A. Konsep Pengembangan Model.....	12
1. Model Pengembangan Borg dan Gall.....	15
2. Model Pengembangan 4D.....	18
3. Model Pengembangan ADDIE .....	24
4. Model Pengembangan ASSURE .....	28
5. Model Pengembangan Plomp .....	29
6. Model Pengembangan Kemp.....	31
B. Konsep Model Yang Dikembangkan .....	33
C. Kerangka Teoritik .....	34
1. Hakikat Model Permainan Air .....	34
2. Hakikat Pernapasan di Air .....	36
3. Hakikat Anak Usia Dini.....	41
D. Rancangan Model.....	43

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>49</b>
A. Tujuan Penelitian .....	49
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	49
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan.....	53
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	54
E. Langkah Langkah Pengembangan Model.....	55
1. Penelitian pendahuluan (Analyze).....	55
2. Perencanaan Pengembangan Model (Design).....	56
3. Validasi, Evaluasi, Dan Revisi Model (Develop).....	68
A. Validasi Desain.....	68
B. Revisi Produk.....	69
4. Implementasi Model (Implement).....	69
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>70</b>
A. Hasil Pengembangan Model.....	70
1. Hasil Analisis Kebutuhan .....	71
2. Model Draft Awal .....	75
3. Model Draft Final.....	80
B. Kelayakan Model.....	84
C. Efektivitas Model.....	87
D. Pembahasan .....	88
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>90</b>
A. Kesimpulan.....	90
B. Saran .....	90
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>92</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>95</b>

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2. 1 Skema Prosedur Pengembangan Borg & Gall. (Borg, W. R. & Gall, M. D. 1983).....	15
Gambar 2.2 Sumber : Haviz, 2013 Langkah-langkah Pengembangan 4D .....	18
Gambar 2. 3 Sumber : Langkah Pengembangan ADDIE (Branch, 2009) .....	24
Gambar 2. 4 Sumber : Smaldino, S.E (2005).....	28
Gambar 2. 5 Sumber : Model umum pemecahan masalah (Plomp) .....	30
Gambar 2.6 Sumber : Model Pengembangan Kemp (Pepen Permana, 2008) .....	32
Gambar 2. 7 Sumber : Dokumentasi Pribadi .....	40
Gambar 2. 8 Sumber : Dokumentasi Pribadi .....	40
Gambar 2. 9 Sumber : Dokumentasi Pribadi .....	40
Gambar 2. 10 Tahapan ADDIE Model (Sumber : Anglada, 2017) .....	43
Gambar 3. 1 Tahapan ADDIE Model (Sumber : Anglada, 2017) .....	57

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2. 1 Kelemahan dan Kelebihan Model Terdahulu .....	46
Tabel 3. 1 Rangkaian Pelaksanaan Permainan Pernapasan di Air .....	50
Tabel 3. 2 Lembar Pengamatan Pernapasan Untuk Anak Usia (5-6 Tahun) .....	60
Tabel 3. 3 Instrumen Kemampuan Pernapasan Di Air .....	61
Tabel 3. 4 Penilaian Pernapasan Di Air .....	63
Tabel 3. 5 Validasi Ahli .....	68
Tabel 4. 1 Butir-Butir Pertanyaan Kepada Pelatih .....	71
Tabel 4. 2 Saran dan Masukan dari Ahli Renang .....	75
Tabel 4. 3 Saran dan Masukan dari Ahli Permainan .....	76
Tabel 4. 4 Saran dan Masukan dari Ahli Anak Usia Dini .....	79
Tabel 4. 5 Hasil Model Final .....	81
Tabel 4. 6 Tabel Pelaksanaan Kegiatan Penelitian .....	83
Tabel 4. 7 Lembar Pengamatan Anak Pada Saat Dilapangan .....	83
Tabel 4. 8 Kelayakan Model Permainan Air .....	85

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Surat Keterangan Dosen Pembimbing 1 & 2.....	95
Lampiran 2 Surat Pengantar Penelitian.....	97
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian .....	98
Lampiran 4 Hasil wawancara kepada pelatih.....	99
Lampiran 5 Lembar hasil penilaian kemampuan pernapasan .....	100
Lampiran 6 Surat Validasi Ahli .....	102
Lampiran 7 Model Permainan.....	105
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	131
Lampiran 9 Kuesioner Validasi Ahli Renang.....	144