

**MODEL AKTIVITAS FISIK LUAR RUANGAN  
BERBASIS MODIFIKASI PERMAINAN UNTUK ANAK  
TUNAGRAHITA RINGAN**




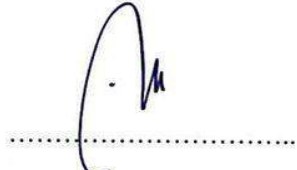
*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*


**SARIDWIYULIANTI  
1605620066**

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

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
JULI, 2024**

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> Dr. Fajar Vidya Hartono, M. Pd NIP. 198411272010121004		15/07/2024
<b>Pembimbing II</b> Dr. Sri Nuraini, M.Pd NIP 196707301993032001		12/07/2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Masnur Ali, M. Pd NIP. 199209012019031000	Ketua		16/07/2024
2. Hartman Nugraha, M. Pd NIP. 197409092003121001	Sekretaris		15/07/2024
3. Dr. Fajar Vidya Hartono, M. Pd NIP. 198411272010121004	Anggota		15/07/2024
4. Dr. Sri Nuraini, M.Pd NIP. 196707301993032001	Anggota		12/07/2024
5. Dra. Aryati, M. Pd NIDK. 8973710021	Anggota		18/07/2024

Tanggal Lulus, Juli 2024

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari orang lain, kecuali arahan dari 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 masalah dengan sebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam permintaan 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, 20 Juni 2024

  
  
Sari Dwi Yulianti

NIM.1605620066



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 : Sari Dwi Yulianti  
NIM : 1605620066  
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga / Olahraga Rekreasi  
Alamat email : saridwi290702@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 Fisik Luar Ruangan Berbasis Modifikasi Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan.”

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, 20 Juli 2004

Penulis

( Sari Dwi Yulianti )

# **MODEL AKTIVITAS FISIK LUAR RUANGAN BERBASIS MODIFIKASI PERMAINAN UNTUK ANAK TUNAGRAHITA RINGAN**

## **ABSTAK**

Tujuan penelitian ini adalah membuat kegiatan aktivitas fisik di luar ruang untuk anak tunagrahita ringan dengan program permainan yang sudah di modifikasi. Tujuan dibuatnya modifikasi permainan ialah untuk membuat permainan yang selama ini dianggap membosanya bisa menjadi lebih bervariasi dan juga menarik, sehingga anak tunagrahita ringan bisa melakukan kegiatan dengan senang bahkan berpotensi membuat mereka menjadi lebih aktif untuk melakukan aktifitas fisik. Penelitian ini menggunakan metode ADDIE, dalam penelitian ADDIE 5 tahapan yaitu analisis, desain, pengembangan model, pelaksanaan, evaluasi. Melihat hasil dari penelitian menghasilkan produk yang berupa Model Aktivitas Fisik Luar Ruang Berbasis Modifikasi Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan yang telah divalidasi dan direvisi oleh ahli permainan, ahli disabilitas sebanyak 15 model. Hasil penelitian berupa buku model aktivitas fisik luar ruangan berbasis modifikasi permainan untuk anak tunagrahita ringan. Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa model aktivitas fisik luar ruangan berbasis modifikasi permainan untuk anak tunagrahita ringan telah dinyatakan valid dan dapat diterapkan untuk anak tunagrahita ringan oleh ahli permainan, ahli disabilitas dan pada saat uji coba.

**Kata Kunci :** Aktivitas Fisik, Permainan, Disabilitas Tunagrahita Ringan

## **OUTDOOR PHYSICAL ACTIVITY MODEL BASED ON GAME MODIFICATION FOR SLIGHTLY IMPAIRED CHILDREN**

### **ABSTRACT**

*The purpose of this study is to create outdoor physical activities for children with a mild disabled game program. The purpose of game modification is to make the game that has been used to induce it to become more varied and interesting, so that small, happy children can engage in activities that could even make them more active for fisisk activity. The study USES addie methods, in addie research the five-step analysis, design, model development, execution, evaluation. Looking at the results of research producing a model of outdoor physical activity based on game modifications for small disabled children that have been validated and revised by game experts, disability experts as many as 15 models. Research came up with a book on outdoor physical activity based on game modification for small disabled children. Based on studies, evidence that outdoor physical activity models for lightweight tunagrahites have been pronounced valid and can be applied to light disabled children by game experts, disability experts and at the time of testing.*

**Keywords:** *Physical Activity, Games, Mild Mental Disability.*

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Model Aktivitas Fisik Luar Ruangan Berbasis Modifikasi Permainan untuk Anak Tunagrahita Ringan. Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga (S.Or) Program Studi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Meskipun melalui banyak hambatan yang penulis alami dalam penyusunan skripsi ini, namun dengan keyakinan dan kesungguhan penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyusunan skripsi ini baik moril maupun materil. 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.
3. Bapak Dr. Fajar Vidya Hartono, 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. Sri Nuraini M. Pd selaku Dosen Pembimbing II saya yang telah

memberikan kesempatan, ilmu dan juga pengalamannya kepada penulis.

5. Bapak Dr. Zulham, M., Si selaku Penasehat Akademik.
6. Bapak Hartman Nugraha, M.Pd selaku Dosen Validasi instrumen penelitian dalam penelitian skripsi.
7. Bapak Masnur Ali, M.Pd selaku Dosen Validasi instrumen penelitian dalam penelitian skripsi.
8. Bapak Fauzan, S.Or., M.Pd selaku Ahli Validasi instrumen penelitian dalam penulisan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak. Penulis berharap karya tulis ini dapat bermanfaat bagi para pembaca untuk memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 20 Juni 2024

Peneliti

S. D. Y



## DAFTAR ISI

<b>ABSTAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian .....	6
<b>BAB II</b> .....	<b>7</b>
<b>KAJIAN TEORITIK</b> .....	<b>7</b>
A. Konsep Pengembangan Model .....	7
B. Konsep Model Yang Dikembangkan .....	13
C. Kerangka Teoretik .....	14
1. Pengertian Model.....	14
2. Aktivitas Fisik Luar Ruangan .....	15
3. Modifikasi Permainan .....	17
4. Anak Tunagrahita Ringan .....	19
D. Rancangan Model .....	22
<b>BAB III</b> .....	<b>26</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>26</b>
A. Tujuan Penelitian .....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	26
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan .....	26

D.	Pendekatan dan Metode Penelitian .....	27
E.	Langkah-langkah Perancangan Model .....	28
1.	Penelitian Pendahulu.....	28
2.	Perancangan Model .....	29
3.	Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model .....	32
<b>BAB IV</b>	<b>.....</b>	<b>35</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	<b>.....</b>	<b>35</b>
A.	Hasil Pengembangan Model .....	35
B.	Kelayakan Model .....	41
C.	Revisi Produk .....	42
D.	Pembahasan .....	43
<b>BAB V</b>	<b>.....</b>	<b>46</b>
<b>KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN</b>	<b>.....</b>	<b>46</b>
A.	Kesimpulan .....	46
B.	Implikasi .....	46
C.	c. Saran.....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN – LAMPIRAN</b>	<b>.....</b>	<b>52</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	<b>.....</b>	<b>112</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Berikut Nama Para Ahli .....	32
Tabel 4.1 Hasil Analisi Kebutuhan.....	36
Tabel 4.2 Hasil Model Awal.....	38
Tabel 4.3 Hasil Model Final .....	39
Tabel 4.4 Kelayakan Model Permainan .....	42



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Langkah-langkah Pengembangan ADDIE .....	11
Gambar 2.2 Langkah-langkah Pengembangan ADDIE .....	23
Gambar 2.3 Model Aktivitas Fisik Luar Ruangan Berbasis Modifikasi Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan .....	25
Gambar 3.1 Rancangan Model Permainan .....	30



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Model Permainan.....	52
Lampiran 2. Kegiatan Penelitian.....	83
Lampiran 3. Form Usulan Judul Skripsi .....	84
Lampiran 4. Form Pengajuan Dosen Pembimbing .....	85
Lampiran 5. Surat Keterangan Validasi.....	86
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	92
Lampiran 7. Surat Balasan Keterangan Penelitian.....	93
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	94

