

**MODEL PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN  
KELINCAHAN BERBASIS PERMAINAN PADA SISWA  
KELAS ATAS SEKOLAH DASAR**



**Disusun oleh :**

**Fasfakhis Shafkhal Jamil (1601620054)**

**SKRIPSI**

**Skripsi Ini Ditulis Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan (S P.d)**



**PENDIDIKAN JASMANI**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2024**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Dr. Sujarwo, M.Pd</u> NIP. 197604252003121001	 .....	19/24 /7 .....
Pembimbing II <u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	 .....	19/24 /7 .....

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd</u> NIP. 19621210199031007	Ketua	 .....	19/24 /7 .....
2. <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001	Sekretaris	 .....	22/24 /7 .....
3. <u>Dr. Sujarwo, M.Pd</u> NIP. 197604252003121001	Anggota	 .....	19/24 /7 .....
4. <u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	Anggota	 .....	19/24 /7 .....
5. <u>Dwi Indra Kurniawan, M.Pd</u> NIP. 8916950022	Anggota	 .....	19/24 /7 .....

Tanggal lulus : 9 Juli 2024

## PERNYATAAN ORISINALITAS

### 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 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 dipublikasi 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 9 Juli 2024





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 : Faspakhis Shafkal Jamil  
NIM : 1601620054  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Pendidikan Jasmani  
Alamat email : Faspakhis3@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 Pengembangan Pembelajaran kelineahan Berbasis Permainan pada Siswa kelas Atas Sekolah Dasar

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, 22 Juli 2024

Penulis

( Faspakhis Shafkal J )

## **Model Pengembangan Pembelajaran Kelincahan Berbasis Permainan untuk Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan bagi siswa kelas atas sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan adalah ADDIE, yang terdiri dari lima tahap: analisis, desain, pengembangan model, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil penelitian ini menghasilkan produk berupa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan, yang telah direvisi oleh ahli kebugaran jasmani, ahli permainan, dan ahli pembelajaran. Sebanyak 18 model telah diuji coba di SDN Cilandak Timur 03 Pagi dan divalidasi oleh dosen ahli kebugaran jasmani, dosen ahli permainan, dan ahli pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan ini dapat menjadi alternatif model pembelajaran yang memberikan kontribusi positif terhadap proses belajar, sehingga hasil pembelajaran menjadi lebih optimal. Berdasarkan temuan penelitian, model pembelajaran kelincahan berbasis permainan ini dapat dikembangkan lebih lanjut dan diterapkan pada siswa kelas atas sekolah dasar.

**Kata Kunci : Kebugaran Jasmani, Kelincahan, Permainan, Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar**

## ***Game-based Agility Learning Model for Upper Grade Elementary School Students***

### ***ABSTRACT***

*This study aims to develop a game-based agility learning model for upper grade elementary school students. The research method used is ADDIE, which consists of five stages: analysis, design, model development, implementation, and evaluation. The results of this study produced a product in the form of a game-based agility learning model, which has been revised by physical fitness experts, game experts, and learning experts. A total of 18 models were tested at SDN Cilandak Timur 03 Pagi and validated by physical fitness expert lecturers, game expert lecturers, and learning experts. The results showed that this game-based agility learning model can be an alternative learning model that makes a positive contribution to the learning process, so that learning outcomes become more optimal. Based on the research findings, this game-based agility learning model can be further developed and applied to upper grade elementary school students.*

***Keywords: Physical Fitness, Agility, Games, Upper Grade Elementary School Students***





## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Subbhanahu Wata'ala yang telah memberi rahmat dan karunianya yang sangat berlimpah. Berkat rahmat dan karunia-Nya pula penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Pertama, dengan rasa hormat penulis ingin mengucapkan terima kasih atas dukungan serta arahan yang sangat membantu penulis selama perkuliahan hingga skripsi ini dibuat untuk Bapak **Dr. Hernawan, S.E., M.Pd** selaku Dekan FIK UNJ, Bapak **Dr. Sujarwo, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing Skripsi 1, Bapak **Slamet Sukriadi, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing Skripsi 2, Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing Akademik dan juga selaku validator ahli pembelajaran, Bapak **Dwi Indra Kurniawan, M.Pd.** selaku validator dalam ahli kebugaran jasmani, dan Ibu **Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd.** selaku validator dalam ahli permainan. Selain itu, terima kasih juga kepada seluruh **Dosen dan tenaga kependidikan FIK UNJ** atas segala ilmu yang telah diberikan selama ini. Terima kasih saya ucapkan kepada keluarga atas doa, dukungan materi, dan moral selama perjalanan perkuliahan saya dari awal sampai akhir perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. **Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Jasmani Angkatan 2020**, terima kasih sudah saling menguatkan dan menjadi teman diskusi dalam keadaan apapun. Terima kasih untuk staff akademik Program Studi FIK yang telah membantu proses administrasi karena membantu melancarkan proses ini, Semoga hal baik ini dapat berkontribusi positif dalam perkembangan keilmuan dibidang keolahragaan.

Jakarta, 19 Juli 2024

Penyusun,

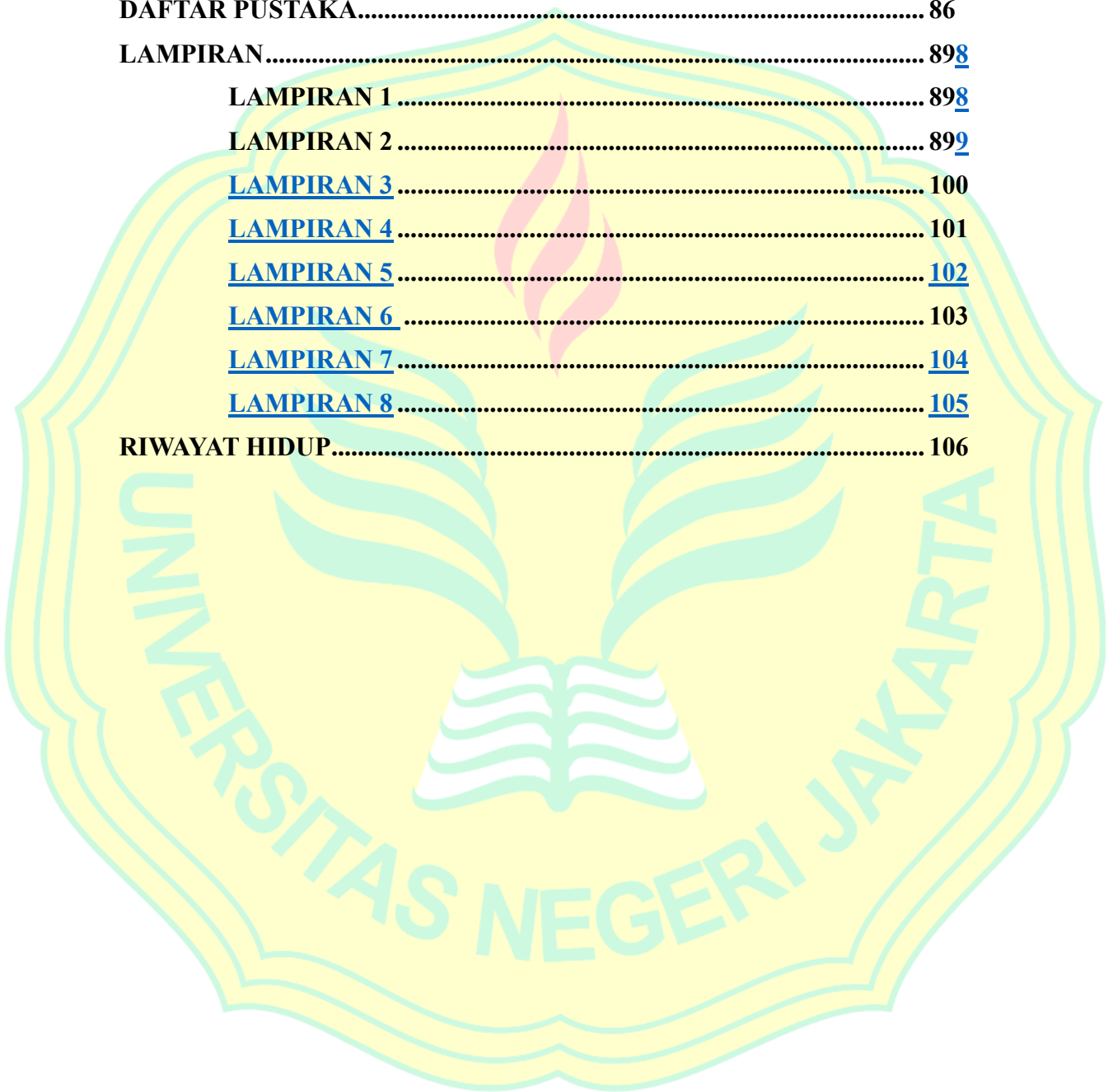
Fasfakhis Shafkhal Jamil

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>.ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>.v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian .....	4
C. Perumusan Masalah.....	4
D. Kegunaan Hasil Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>6</b>
A. Konsep Pengembangan Model.....	6
B. Konsep Model yang Dikembangkan .....	11
C. Kajian Teoritik.....	12
D. Rancangan Model.....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
A. Tujuan Penelitian.....	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	45
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	45
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	46
E. Langkah-langkah Pengembangan Model .....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>69</b>
A. Hasil Pengembangan Model.....	69
B. Kelayakan Model.....	79
C. Efektivitas Model .....	81
D. Pembahasan .....	82



<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>84</b>
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>898</b>
<b>LAMPIRAN 1</b> .....	<b>898</b>
<b>LAMPIRAN 2</b> .....	<b>899</b>
<b>LAMPIRAN 3</b> .....	<b>100</b>
<b>LAMPIRAN 4</b> .....	<b>101</b>
<b>LAMPIRAN 5</b> .....	<b>102</b>
<b>LAMPIRAN 6</b> .....	<b>103</b>
<b>LAMPIRAN 7</b> .....	<b>104</b>
<b>LAMPIRAN 8</b> .....	<b>105</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>106</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Pengembangan ADDIE.....	19
Gambar 2.2 Model Pengembangan ADDIE.....	41
Gambar 3.1 Permainan Fakhis 1.....	49
Gambar 3.2 Permainan Fakhis 2.....	50
Gambar 3.3 Permainan Fakhis 3.....	51
Gambar 3.4 Permainan Fakhis 4.....	52
Gambar 3.5 Permainan Fakhis 5.....	53
Gambar 3.6 Permainan Fakhis 6.....	54
Gambar 3.7 Permainan Fakhis 7.....	55
Gambar 3.8 Permainan Fakhis 8.....	56
Gambar 3.9 Permainan Fakhis 9.....	57
Gambar 3.10 Permainan Fakhis 10.....	58
Gambar 3.11 Permainan Fakhis 11.....	59
Gambar 3.12 Permainan Fakhis 12.....	60
Gambar 3.13 Permainan Fakhis 13.....	61
Gambar 3.14 Permainan Fakhis 14.....	62
Gambar 3.15 Permainan Fakhis 15.....	63
Gambar 3.16 Permainan Fakhis 16.....	64
Gambar 3.17 Permainan Fakhis 17.....	65
Gambar 3.18 Permainan Fakhis 18.....	66