

**MODEL WARMING UP BERBASIS PERMAINAN UNTUK
ANAK USIA 6-8 TAHUN**



**MOCH ULIL AZMI
6815137348**

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

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FEBRUARI, 2020**

RINGKASAN

MOCH ULIL AZMI, “MODEL WARMING UP BERBASIS PERMAINAN UNTUK ANAK USIA 6-8 TAHUN”, Program Studi Ilmu Keolahrgaan Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Ringkasan. Penelitian ini bertujuan untuk membuat model *warming up* berbasis permainan untuk anak usia 6-8 tahun. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (R&D) menurut Sukmadinata, dimana penelitian menggunakan 3 tahapan yaitu studi pendahuluan, uji coba terbatas dan uji coba lebih luas, uji produk dan sosialisasi hasil. Hasil penelitian ini menghasilkan produk yang berupa model *warming up* bermain melalui permainan untuk anak usia 6-8 tahun sebanyak 24 model yang telah di uji cobakan dalam kelompok kecil melibatkan 20 siswa-siswi kelas bawah Sekolah Dasar Negeri Kayu Putih 03 Pagi dan uji coba kelompok besar melibatkan 30 siswa-siswi kelas bawah Sekolah Dasar Negeri cipinang besar utara 05 Pagi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa model *warming up* berbasis permainan ini layak diterapkan dan digunakan. Hasil akhir dari model *warming up* berbasis permainan untuk anak usia 6-8 tahun berupa buku model *warming up* berbasis permainan.

Kata Kunci: Permainan, *warming up*, anak usia dini.


ABSTRACT

MOCH ULIL AZMI, "GAME-BASED WARMING UP MODELS FOR BEST ON GAMES FOR CHILDREN 6-8 YEARS", Jakarta, Study Program of Recreational Sports Sport Science, Faculty of Sport Science, State University of Jakarta.






Abstract. This study aims to create a game-based *warming up* model for children aged 6-8 years. This research method uses research and development (R&D) methods according to Sukmadinata, where the research uses 3 stages, namely preliminary studies, limited trials and wider trials, product tests and results socialization. The results of this study produce a product in the form of warming up playing through games for children aged 6-8 years as many as 24 models that have been tested in small groups involving 20 students in the lower grade of SDN cipinang besar utara 05 Pagi and large group trials involving 30 students in the lower class at Sekolah Dasar Negeri cipinang besar utara 05 Pagi. Based on the results of the study showed that the game-based warming up model is feasible to be applied and used. The final result of the game-based warming up model for children aged 6-8 years is in the form of a game-based warming up model book.

Keywords: Games, warming up, early childhood.

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		18/02 2020
<u>Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd</u> NIP. 197701282005012002

Pembimbing II		17/02 2020
<u>drg. Hj. Marlinda Budiningsih, M.Pd</u> NIP. 195803081984032001

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Hartman Nugraha, M.Pd</u> NIP. 197409092003121001	Ketua		20.02.20
2. <u>Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd</u> NIP. 197701282005012002	Sekretaris		18/02 2020
3. <u>drg. Hj. Marlinda Budiningsih, M.Pd</u> NIP. 195803081984032001	Anggota		17/02 2020
4. <u>Drs. Iwan Barata, M.Pd</u> NIP. 196803092001121001	Anggota		14/02 2020
5. <u>Muhamad Arif, M.Pd</u> NIDN. 0023028304	Anggota		14/02 2020

Tanggal Lulus : 4 Februari 2020



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, 20 Februari 2020

Yang membuat pernyataan,



(Moch Ulil Azmi)

No. Reg. 6315137348



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 : Moch.Ulil.Azmi.....
NIM : 6815137348
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga / Konsentrasi Olahraga Rekreasi
Alamat email : azmiulil094@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 *Warming Up* Berbasis Permainan Untuk Anak Usia 6-8 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, 28 Februari 2020

Pemulis

(Moch Ulil Azmi)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang mengkaji mengenai *Model Warming Up Berbasis Permainan Untuk Anak Usia 6-8 Tahun*. Skripsi ini disusun sebagai salah satu untuk mendapatkan gelar Sarjana Olahraga di Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta.

Dalam menyusun skripsi ini, peneliti banyak memperoleh bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta
2. Hartman Nugraha M.Pd selaku Koordinator Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta
3. Dr.Nofi Marlina Siregar, M.Pd selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama proses pelaksanaan dan penulisan skripsi ini
4. Drg. Marlinda Budiningsih, M.Pd selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama proses pelaksanaan dan penulisan skripsi ini

5. Kedua orang tua yang telah membantu dalam mensupport doa serta moril dalam pelaksanaan kripsi ini.
6. Para sahabat yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada diri saya.

Peneliti menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu peneliti sangat membuka hati untuk menerima kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat diterima dan bermanfaat untuk semua pihak, baik peneliti maupun pembaca.

Jakarta, January 2020

M.U.A

DAFTAR ISI

RINGKASAN.....	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	5
C. Perumusan Masalah Penelitian.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIK	8
A.Konsep Pengembang Model	8
B. Konsep Model Yang di kembangkan.....	20
C. Kerangka teoritik.....	22
D.Rancangan Model.....	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	39
A. Tujuan Penelitian.....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
C. Karakteristik Model Yang Dikembang	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Pengembangan Model.....	49
B. Kelayakan Model	55

C. Efektivitas Model.....	57
D. Pembahasan.....	59
BAB V KESIMPULAN, HASIL DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Implikasi.....	61
C. Saran.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Implikasi.....	61
C. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN.....	66