

**MODEL LATIHAN KARATE BERBASIS PERMAINAN
UNTUK USIA 6-8 TAHUN**









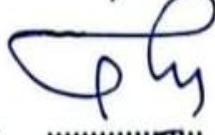
Intelligentia - Dignitas

**SINTA AMELIA
1605620029**

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

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JANUARI, 2025**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I			
<u>Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd</u> NIP. 197701282005012002		03/02/2025	
Pembimbing II			
<u>Masnur Ali, M.Pd</u> NIP. 199209012019031014		03/02/2025	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Drs. Zulham, M.Si</u> NIP. 197203022005011002	Ketua		06/02/2025
2. <u>Dr. Fajar Vidya Hartono, M.Pd</u> NIP. 198411272010121001	Sekretaris		05/02/2025
3. <u>Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd</u> NIP. 197701282005012002	Anggota		03/02/2025
4. <u>Masnur Ali, M.Pd</u> NIP. 199209012019031014	Anggota		03/02/2025
5. <u>Abdul Kholik, M.Pd</u> NIP. 197512282005011001	Anggota		03/02/2025

Tanggal Lulus : 06 Februari 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya 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 karya atau 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 sesungguhnya 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, 10 Januari 2025
Yang membuat pernyataan,

Intelligentia - Di



Sinta Amelia
No reg. 1605620029



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
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 : Sinta Amelia
NIM : 1605620029
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Olahraga Rekreasi
Alamat email : Sintamelia732@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 Latihan Karate 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, 11 Februari 2025

Penulis

(Sinta Amelia)
nama dan tanda tangan

MODEL LATIHAN KARATE BERBASIS PERMAINAN UNTUK USIA 6-8 TAHUN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan membuat model latihan karate berbasis permainan untuk meningkatkan minat pada anak usia 6-8 tahun. Penelitian ini dilakukan di lingkungan masyarakat RW 01, Kelurahan Cipinang Cempedak, Kecamatan Jatinegara, Jakarta Timur. Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* dengan menggunakan teori ADDIE. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak usia 6-8 tahun yang berjumlah 15 anak. Model latihan karate berbasis permainan yang dibuat kemudian diuji validasi dengan ahli, model yang dibuat diuji coba dilakukan dengan cara memberikan 11 model latihan karate berbasis permainan yang dibuat peneliti untuk dianalisis oleh dosen ahli. Model yang divalidasi oleh dosen ahli didapat 13 model latihan karate berbasis permainan yang dinyatakan layak untuk diaplikasikan kepada anak usia 6-8 tahun. Kesimpulan akhir penelitian ini adalah berhasil dalam membuat 13 model latihan karate yang layak diaplikasikan untuk anak usia 6-8 tahun, dengan hasil dari pengolahan data terlihat bahwa hasil sebelum diberikan pertemuan, hasil tes awal sebanyak 771 dengan rata-rata 51,4% dibulatkan menjadi 51% dan hasil tes akhir mendapatkan hasil sebanyak 1300 dengan rata-rata 86,7% dibulatkan menjadi 87%. Setelah melalui proses presentase maka hasil efektivitas yang didapatkan oleh anak usia 6-8 tahun melalui model permainan futsal untuk anak usia 6-8 tahun sejumlah 70,59%.

Kata kunci : Latihan karate, Permainan, Anak usia 6-8 tahun

Intelligentia - Dignitas

GAME-BASED KARATE TRAINING MODEL FOR AGES 6-8

ABSTRACT

This study aims to create a game-based karate training model to increase interest in children aged 6-8 years. This research was carried out in the community of RW 01, Cipinang Cempedak Village, Jatinegara District, East Jakarta. The research method used is Research and Development using ADDIE theory. The research subjects used in this study are children aged 6-8 years who are 15 children. The game-based karate training model was then tested for validation with experts, the model was tested by providing 11 game-based karate training models made by researchers for analysis by expert lecturers. The model validated by expert lecturers was obtained by 13 game-based karate training models that were declared suitable for application to children aged 6-8 years. The final conclusion of this study is that it was successful in making 13 karate training models that are suitable for children aged 6-8 years, with the results of data processing showing that the results before being given the meeting, the results of the initial test were 771 with an average of 51.4 rounded to 51 and the final test results got a result of 1300 with an average of 86.7 rounded to 87. After going through the percentage process, the effectiveness results obtained by children aged 6-8 years through the futsal game model for children aged 6-8 years were 70.59%.

Keywords : *Karate practice, Games, Children aged 6-8 years*

Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Alhamdulillahirabbil Alamin Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, Karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Model Latihan Karate Berbasis Permainan Untuk Anak Usia 6-8 Tahun. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga, Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga dan Kesehatan, 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. Orang tua saya, ayah dan mama yang saya sayangi dan saya cintai. Atas doa restu, kasih sayang, didikan dan arahan, dukungan moril dan materi, serta kesabaran kepada saya selama ini.
2. Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I saya, sekaligus Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan pada tahun 2024, Universitas Negeri Jakarta, yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing saya dalam menyusun penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Masnur Ali, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II saya, yang telah memberikan kesempatan, ilmu dan juga pengalamannya kepada saya.
4. Bapak Abdul Kholik, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus penguji dalam sidang skripsi ini.
5. Bapak Dr. Hernawan, S.E., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan pada tahun 2023-2024
6. Bapak Dr. Aan Wasan, S.Sos, M.Si selaku Ketua Program Studi Olahraga Rekreasi, Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2023-2024.
7. Ibu Lita Mulia, M.Pd. selaku Dosen Ahli Cabang Olahraga Karate, Ibu Mira Ariyanti, Ph.D selaku Dosen Ahli Psikologi (minat), Ibu Dr. Eka Fitria

Novita Sari, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Ahli Permainan, dalam penulisan skripsi ini.

8. Para dosen penguji skripsi ini Bapak Dr. Drs. Zulham, M. Si. dan Bapak Dr. Fajar Vidya Hartono, M. Pd. yang telah memberikan arahan agar skripsi ini dapat lebih baik.
9. Seluruh Dosen Program Studi Olahraga Rekreasi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan bekal ilmu dan berbagai pengalamannya kepada saya.
10. Bapak Drs. Suwardi selaku Ketua RW 01 Kelurahan Cipinang Cempedak, Kecamatan Jatinegara, Jakarta Timur.
11. Muhamad Yaufi Septiawan yang telah memberikan *positive vibes* kepada saya dalam menyelesaikan semua kendala yang ada hingga sampai berada di titik saat ini.
12. Semua pelatih, senior dan rekan-rekan kampus saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, tidak mengurangi rasa hormat dan rasa bangga saya kepada kalian.
13. 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 memiliki kekurangan dan membutuhkan penelitian lebih lanjut. Saya sangat mengharapkan kritik dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini.

Saya berharap gagasan model yang disusun ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya.

Jakarta, 22 Januari 2025

S.A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	8
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	10
A. Konsep Pengembangan Model	10
1. Model Pengembangan ADDIE.....	14
2. Model Pengembangan Jerold E. Kemp, dkk.....	16
3. Model Pengembangan ASSURE.....	17
B. Konsep model yang dikembangkan.....	19
C. Kerangka Teoritik	20
1. Hakikat Karate.....	20
2. Hakikat Permainan	26
3. Hakikat Anak Usia Dini	28
4. Hakikat Minat.....	39
5. Hakikat Belajar Gerak	43
D. Rancangan Model	46

BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	50
A. Tujuan Penelitian	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	50
1. Tempat Penelitian.....	50
2. Waktu penelitian	50
C. Karakteristik Model yang dikembangkan.....	52
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	52
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	52
1. Penelitian Pendahuluan	52
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
A. Hasil Pengembangan Model	59
B. Kelayakan Model.....	65
C. Efektivitas Model.....	68
D. Pembahasan.....	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN.....	82
RIWAYAT HIDUP.....	118

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Pengembangan ADDIE	14
Gambar 2.2 Model Pengembangan Jerold E. Kemp, dkk.....	16
Gambar 2.3 Model Pengembangan ASSURE.....	18
Gambar 2.4 <i>Zenkutsu dachi</i>	24
Gambar 2.5 <i>Kiba dachi</i>	24
Gambar 2.6 <i>Kokutsu dachi</i>	24
Gambar 2.7 <i>Jodan tsuki</i>	25
Gambar 2.8 <i>Chudan tsuki</i>	25
Gambar 2.9 <i>Maegeri chudan</i>	26
Gambar 2.10 <i>Maegeri jodan</i>	26
Gambar 3. 1 Model Latihan Karate Berbasis Permainan Untuk Anak Usia 6-8 Tahun	55
Gambar 4.1 Hasil Penelitian Minat Anak	74

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Analisis Kebutuhan Masyarakat.....	60
Tabel 4.2 Hasil Analisis Kebutuhan Pelatih Karate.....	61
Tabel 4.3 Saran dan Masukan dari Ahli Cabang Olahraga Karate	62
Tabel 4.4 Saran dan Masukan dari Ahli Permainan.....	63
Tabel 4.5 Hasil Model Final	65
Tabel 4.6 Hasi Validasi Model Latihan Karate Berbasis Permainan.....	67
Tabel 4.7 Penilaian Keberhasilan	69
Tabel 4.8 Penilaian Keberhasilan	71



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Desain Model Latihan Karate Berbasis Permainan	82
Lampiran 2 Instrumen dan Kriteria Penilaian Minat Anak.....	102
Lampiran 3 Hasil Uji Efektivitas	105
Lampiran 4 Dokumentasi Hasil Penelitian	105
Lampiran 5 Form Usulan Judul Skripsi	111
Lampiran 6 Pengajuan Dosen Pembimbing.....	112
Lampiran 7 Validasi Para Ahli.....	113
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian	116
Lampiran 9 Surat Balasan Izin Penelitian	117



Intelligentia - Dignitas