

**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN GULING
DEPAN DAN GULING BELAKANG MENGGUNAKAN
PENDEKATAN PERMAINAN PADA MAHASISWA**



Intelligentia - Dignitas

**AZIZIL FIKRI
9904921025**

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Memperoleh Gelar Doktor

**SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA DISERTASI/PROMOSI
DOKTOR**

Promotor

Co. Promotor



Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or.
Tanggal : 05/02/2025...



Prof. Dr. Samsudin, M.Pd.
Tanggal : 05/02/2025.....

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus.
Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
(Ketua)¹



.....

Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd.
Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani
(Sekretaris)²



10/2/2025

Nama : Azizil Fikri

No. Registrasi : 9904921025

Angkatan : 2021/2022








Program Studi : Pendidikan Jasmani

Tanggal Lulus : 03 Februari 2025

¹ Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

² Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TERTUTUP

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S.M.Bus. (Ketua)		
2	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd. (Sekretaris/Koordinator Program Studi)		10/02/2025
3	Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or. (Promotor)		05/02/2025
4	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd. (Co-Promotor)		05/02/2025
5	Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd. (Penguji)		05/02/2025
6	Prof. Dr. Drs. Hernawan, S.E., M.Pd. (Penguji)		05/02/2025
7	Dr. Drs. Bujang, M.Si (Penguji Luar)		04/02/2025
<p>Nama : Azizil Fikri No. Registrasi : 9904921025 Program Studi : Pendidikan Jasmani Angkatan : 2021/2022</p>			

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN GULING DEPAN DAN GULING BELAKANG MENGGUNAKAN PENDEKATAN PERMAINAN PADA MAHASISWA

Azizil Fikri

Azizilfikri_9904921025@mhs.unj.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model pembelajaran guling depan dan guling belakang menggunakan pendekatan permainan pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh informasi secara mendalam tentang penerapan model belajar guling depan dan guling belakang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan *Research & Development (R&D)* dari Borg & Gall serta mengukur efektivitas model yang dikembangkan sebanyak 30 model yang layak digunakan. Subjek dalam penelitian ini adalah atlet yang terdiri dari 74 partisipan untuk uji efektivitas. Berdasarkan validasi ahli, uji kelompok kecil, uji kelompok besar dan melewati tiga tahap revisi maka model yang dikembangkan layak untuk dilanjutkan ketahap uji efektivitas. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan N-Gain Score untuk melihat efektivitas dari pengembangan Model belajar guling depan dan guling belakang menggunakan media permainan pada mahasiswa. Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata uji N-Gain Score menunjukkan bahwa nilai rata-rata N-Gain Score untuk kelompok eksperimen adalah sebesar 61,85 termasuk dalam kategori Cukup Efektif. Sementara untuk rata-rata N-Gain Score untuk kelompok kontrol adalah sebesar 33,33 termasuk dalam kategori tidak efektif. Maka dapat disimpulkan bahwa model belajar guling depan dan guling belakang menggunakan media permainan pada mahasiswa dinyatakan efektif. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan efektivitas yang signifikan (nyata) antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam penerapan model belajar guling depan dan guling belakang menggunakan media permainan pada mahasiswa.

Kata Kunci: Model Belajar, Guling Depan, Guling Belakang, Media Permainan

**DEVELOPMENT OF A FORWARD ROLL AND BACKWARD ROLL
LEARNING MODEL USING A GAME-BASED APPROACH FOR
UNIVERSITY STUDENTS**

Azizil Fikri

Azizilfikri_9904921025@mhs.unj.ac.id

ABSTRACT

This study aims to develop a learning model for forward rolls and backward rolls using a game-based approach for university students. The research was conducted to gain in-depth information on the implementation of the learning model for forward and backward rolls. This study employs the Research & Development (R&D) method by Borg & Gall and evaluates the effectiveness of the developed model, with 30 feasible models being tested. The research subjects consisted of 74 athlete participants for effectiveness testing. Based on expert validation, small group testing, large group testing, and three stages of revision, the developed model was deemed suitable for effectiveness testing. The data analysis technique used in this study is the N-Gain Score to measure the effectiveness of the developed learning model for forward and backward rolls using game media for university students. The average N-Gain Score test results indicate that the experimental group achieved an average N-Gain Score of 61.85, categorized as "Moderately Effective." Meanwhile, the control group had an average N-Gain Score of 33.33, categorized as "Ineffective." Therefore, it can be concluded that the learning model for forward and backward rolls using game media for university students is effective. Furthermore, the study confirms a significant difference in effectiveness between the experimental and control groups in implementing the forward and backward roll learning model using game media.

Keywords: Learning Model, Forward Roll, Backward Roll, Game-Based Media

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Azizil Fikri
NIM : 9904921025
Tempat/Tanggal Lahir : Koto Kandis, 25 Agustus 1989
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2021/2022

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul penelitian **“Pengembangan Model Pembelajaran Guling Depan dan Guling Belakang Menggunakan Pendekatan Permainan pada Mahasiswa”** merupakan karya saya sendiri tidak mengandung unsur *plagiat* dan sumber baik yang dikutip langsung maupun tidak langsung yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sehat tanpa unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Februari 2025



Azizil Fikri

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Azizil Fikri
NIM : 9904921025
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2021/2022
Semester : 121 (Ganjil) Tahun Akademik 2024/2025

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan ujian terbuka dan perbaikan ujian tertutup untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapatkan persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, Febrari 2025
Yang membuat pernyataan,



Azizil Fikri



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 : Azizil Fikri
NIM : 9904921025
Fakultas/Prodi : Pascasarjana / Pendidikan Jasmani
Alamat email : azil_azizil@yahoo.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 :

Pengembangan Model Pembelajaran gulung depan dan gulung belakang menggunakan pendekatan bermain pada mahasiswa


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, 20/2/2025

Penulis


(Azizil Fikri)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulisan disertasi ini dapat terselesaikan penyusun Disertasi ini dengan judul **“Pengembangan Model Pembelajaran Guling Kedepan dan Guling Kebelakang Menggunakan Pendekatan Permainan pada Mahasiswa”**.

Penulispun memperoleh banyak bantuan dari berbagai pihak yaitu : Ibu Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana M.Or sebagai Promotor dan Bapak. Prof. Dr. Samsudin, M.Pd selaku Co-promotor yang dengan penuh kesabaran memberikan arahan serta bimbingan, hingga terselesaikannya penulisan disertasi ini. Serta kepada bapak, karena berkat motivasi dan bantuan yang beliau berikan, penulis dapat menyelesaikan disertasi ini. Begitu pula penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Rektor Universitas PGRI Silampari, segenap staff tata usaha dan para dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas PGRI Silampari, yang telah memberikan kesempatan dan membantu serta memfasilitasi penulis dalam melakukan penelitian, sehingga dapat berjalan lancar dan aman.

Meskipun penulis berharap isi dari disertasi ini bebas dari kekurangan dan kesalahan, namun selalu ada yang kurang. Akhirnya penulis mohon maaf jika dalam disertasi ini ada kekhilafan dan kekeliruan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif dari pembaca demi kesempurnaan disertasi ini. Hanya kepada Allah SWT jugalah penulis berdoa dan meminta pertolongan. Semoga disertasi ini kedepan memberikan manfaat yang baik.

Jakarta, Januari 2025

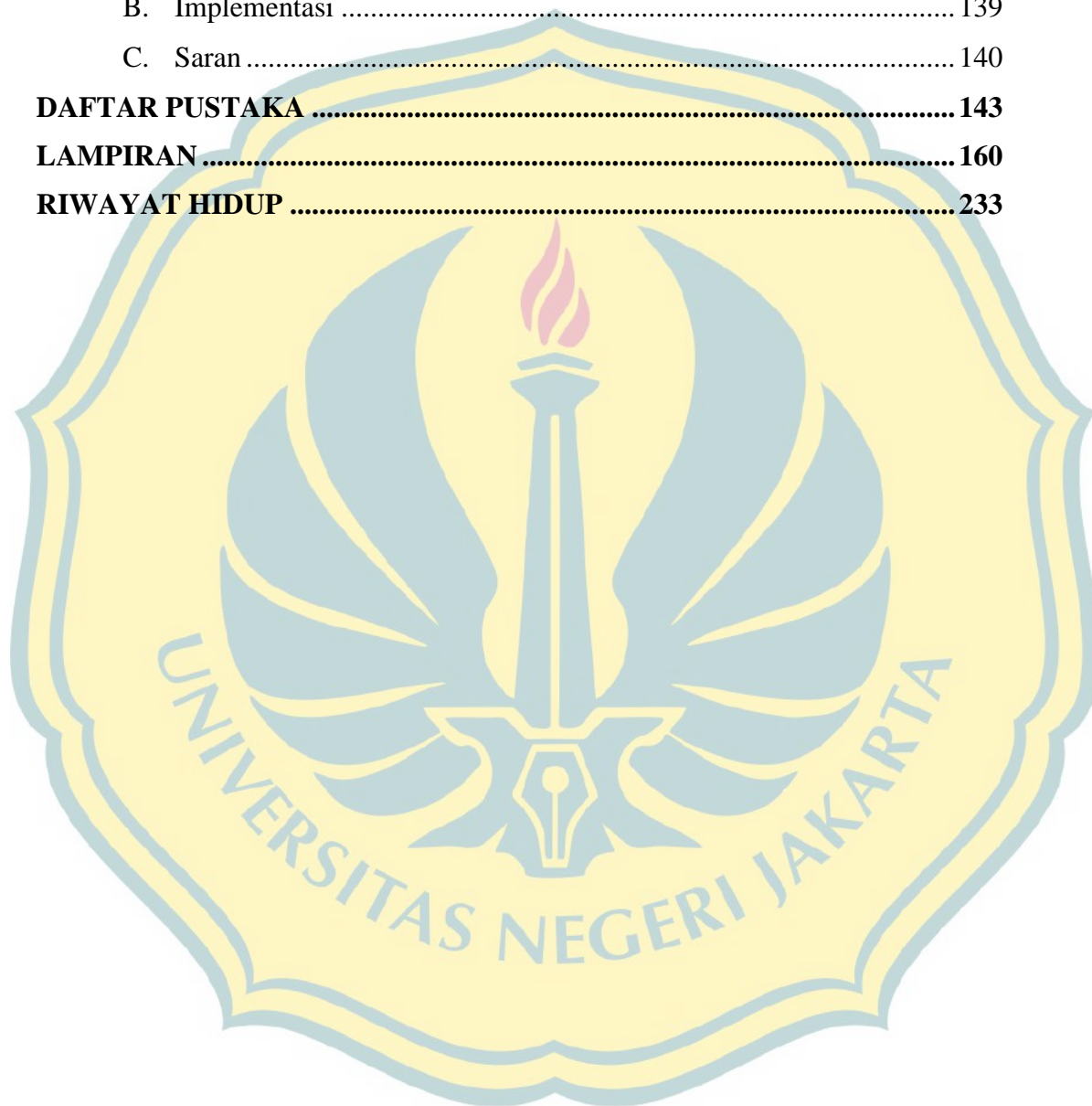
Azizil Fikri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Kegunaan Penelitian	6
E. <i>State Of Art</i>	7
F. <i>Road Map</i> Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORITIK	11
A. Konsep Penelitian Model.....	11
1. Model Pengembangan Borg and Gall.....	13
2. Model Pengembangan Richey and Klein	15
3. Model Pengembangan 4-D	16
4. Model Pengembangan Dick and Carrey	18
5. Model Pengembangan Instruksional MPI	19
6. Model Pengembangan KEMP.....	20
7. Model Pengembangan ADDIE.....	22
B. Konsep Model yang Dikembangkan	26
C. Kerangka Teori	30
1. Pengertian Pembelajaran	30
2. Jenis Model Pembelajaran	38
3. Media.....	52
4. Media Pembelajaran	54
5. Teori Belajar Gerak	58

6. Permainan dalam Pendidikan Jasmani	69
7. Pengertian Guling Depan dan Guling Belakang	76
8. Karakteristik Mahasiswa	79
9. <i>Quick Response Code</i>	83
D. Rancangan Model	83
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	86
A. Tujuan Penelitian	86
B. Tempat dan Waktu Penelitian	86
1. Tempat Penelitian	86
2. Waktu Penelitian	87
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	87
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	88
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model	89
F. Implementasi Model	94
G. Pengumpulan Data dan Analisis Data	94
1. Jenis Data	94
2. Instrumen Pengumpulan Data	94
3. Teknik Analisis Data	101
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	104
A. Hasil Pengembangan Model	104
B. Tahapan Hasil Penelitian berdasarkan Borg and Garl	104
1. <i>Research and Information</i> (Penelitian dan Pengumpulan Data)	104
2. <i>Planning</i> (Perencanaan)	106
3. <i>Development Preliminary from Product</i> (Pengembangan Produk Awal)	107
4. <i>Preliminary Field Testing</i> (Uji coba Kelompok Kecil)	120
5. <i>Main Product Revision</i> (Revisi Uji coba Kelompok Kecil)	123
6. <i>Operational Field Testing</i> (Uji coba Kelompok Besar)	124
7. <i>Operational Product Revision</i> (Revisi uji kelompok Besar)	126
8. <i>Operational Field Testing</i> (Uji Efektivitas / Uji Coba Operasional)	127

9. <i>Final product revision</i> (Revisi Produk Akhir)	133
10. <i>Dissemination and implementation</i>	133
C. Pembahasan	133
BAB V KESIMPULAN, IMPLEMENTASI DAN SARAN.....	139
A. Kesimpulan	139
B. Implementasi	139
C. Saran	140
DAFTAR PUSTAKA	143
LAMPIRAN	160
RIWAYAT HIDUP	233



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Visualisasi Keterhubungan Variabel	8
Gambar 1.2	Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (Co- Occurrence)	8
Gambar 2.1	Langkah-langkah Proses Design R&D	13
Gambar 2.2	Langkah-langkah Proses <i>Design Research and Development</i> Richey and Klein	15
Gambar 2.3	Langkah – Langkah Proses Model 4D.....	17
Gambar 2.4	Langkah-langkah Proses Model Dick and Carrey	19
Gambar 2.5	Langkah-langkah Proses Model Kemp.....	21
Gambar 2.6	Langkah-langkah Pengembangan Model Borg and Gall (Haryati, 2012).....	28
Gambar 2.7	Logo <i>Quick Response Code</i>	83
Gambar 2.8	Matras	77
Gambar 2.9	Guling depan (Forward roll).....	77
Gambar 2.10	Guling belakang (backroll).....	78
Gambar 2.11	Gerakan Meroda	78
Gambar 2.12	Gerakan guling lenting	79
Gambar 3.1	Tahapan Pengembangan Model Borg dan Gall	90
Gambar 3.2	Rumus Uji-t (Kadir, 2015).....	101
Gambar 3.3	Rumus Uji N-Gain Score (Kitot et al., 2010)	102

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Daftar Penelitian terdahulu	9
Tabel 1.2	Rancangan <i>Road Map</i> Penelitian	10
Tabel 2.1	Model ADDIE.....	23
Tabel 2.2	Rangkuman Model-Model yang Dikembangkan Para Ahli.....	25
Tabel 3.1	Nama Validasi Ahli.....	91
Tabel 3.2	Rancangan Ekperimen One Group Pretest dan Posttest Desain	93
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrument Penilaian Guling Depan	95
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrument Penilaian Guling Belakang	97
Tabel 3.5	Kategori Perolehan Nilai <i>N-gain Score</i>	103
Tabel 3.6	Kategori Tafsiran Efektifitas <i>N-Gain</i>	103
Tabel 3.7	Instrument Penilaian Guling Belakang	187
Tabel 4.1	Temuan Penelitian Pendahuluan.....	105
Tabel 4.2	Draft Awal Model Belajar Senam Lantai Guling depan dan Guling Belakang.....	107
Tabel 4.3	Hasil Validasi Ahli Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga	113
Tabel 4.4	Coba Kelompok Kecil (n-14).....	120
Tabel 4.5	Coba Kelompok Besar (n-65).....	124
Tabel 4.6	Uji Normalitas.....	128
Tabel 4.7	Uji Homogenitas	129
Tabel 4.8	Uji <i>N-Gain</i> Senam Lantai Guling Depan dan Guling Belakang Pada Kelompok Kontrol	129
Tabel 4.9	Uji <i>N-Gain</i> Senam Lantai Guling Depan dan Guling Belakang Pada Kelompok Eksperimen.....	130
Tabel 4.10	Uji Perbedaan Rerata Post-Test Kelompok Kontrol dan Eksperimen.....	131
Tabel 4.11	Uji Independent T Test	132
Tabel 4.12	Independent T Test	132

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Penelitian	161
Lampiran 2.	Pedoman Wawancara dan Observasi	164
Lampiran 3.	Surat dan Instrumen Validasi Ahli.....	166
Lampiran 4.	Instrumen Validasi Ahli.....	171
Lampiran 5.	Perencanaan Sesi Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan .	184
Lampiran 6.	Instrumen Penilaian Keterampilan Guling Depan	185
Lampiran 7.	Perbedaan Rerata Kelompok Kontrol dan Eksperimen	189
Lampiran 8.	Model Pembelajaran Senam Lantai	193
Lampiran 9.	Dokumentasi Penelitian	230

