

**MODEL GERAK DASAR MELOMPAT
BERBASIS PERMAINAN DENGAN MEDIA AGILITY RING
PADA SISWA KELAS 3 SEKOLAH DASAR**



Intelligentia - Dignitas

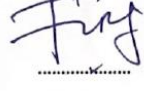
**Sri Sukma Indriani
1601621033**

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

Intelligentia - Dignitas
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		30/07 25
<u>Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd</u>		
NIP. 197908252005012002		
Pembimbing II		30/07 25
<u>Dr. Wahvuningtvas Puspitorini, S.Pd., M.Pd, AIFO</u>		
NIP. 197205222006042001		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Drs. Mustafa, M.Pd</u>	Ketua Sidang		31/07 25
NIP. 196201051988031001			
2. <u>Prof. Dr. Samsudin, M.Pd</u>	Sekretaris		30/07 25
NIP. 196610111992031004			
3. <u>Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd</u>	Anggota		30/07 25
NIP. 197908252005012002			
4. <u>Dr. Wahvuningtvas Puspitorini, S.Pd., M.Pd, AIFO</u>	Anggota		30/07 25
NIP. 197205222006042001			
5. <u>Aditya Zaki Indrarsyah Kurniawan, M.Pd</u>	Anggota		31/07 25
NUPTK. 9957776677130142			

Tanggal lulus :

Intelligentia - Dignitas

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyampaikan 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 di tulis atau di publikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan di sebutkan nama pengarang dan di cantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh nya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah di peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya yang sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 Juni 2025

Yang membuat pernyataan


(Sri Sukma Indriani)

Intelligentia - Dignitas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET 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 : Sri Sukma Indriani
NIM : 1601621033
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan/Pendidikan Jasmani
Alamat email : isrisukma@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 GERAK DASAR MELOMPAT BERBASIS PERMAINAN DENGAN MEDIA AGILITY RING PADA SISWA KELAS 3 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, 04 Agustus 2025

Penulis

(Sri Sukma Indriani)

Intelligentia - Dignitas

MODEL GERAK DASAR MELOMPAT BERBASIS PERMAINAN DENGAN MEDIA AGILITY RING PADA SISWA KELAS 3 SEKOLAH DASAR

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model gerak dasar melompat berbasis permainan dengan media agility ring yang bervariasi dan dapat diterapkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Model gerak dasar melompat ini diharapkan dapat membantu guru pada saat proses pembelajaran Pendidikan jasmani, khususnya pada materi gerak dasar lokomotor. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode *research & development* (R&D) dan menggunakan metode ADDIE. Hasil penelitian ini terdapat 31 model permainan gerak dasar melompat pada siswa sekolah dasar dan dinyatakan layak pada tahap validasi para ahli dan guru PJOK. Disimpulkan bahwa model pembelajaran aktif berbasis permainan dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar melompat pada siswa kelas 3 Sekolah Dasar efektif dan dapat dijadikan acuan atau pedoman bagi guru Pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran gerak dasar lokomotor melompat.

Kata Kunci: Model Gerak Dasar Melompat, Gerak Dasar Locomotor, Model ADDIE

Intelligentia - Dignitas

**BASIC JUMPING MOVEMENT MODEL BASED ON GAMES
USING AGILITY RING MEDIA FOR 3RD GRADE ELEMENTARY
SCHOOL STUDENTS**

ABSTRACT

This research aims to produce a basic jumping movement model based on the game of hopscotch using a variety of agility rings that can be applied in the physical education learning process in elementary schools. This basic jumping movement model is expected to assist teachers during the physical education learning process, especially concerning locomotor basic movements. This study was conducted using research & development (R&D) methods and employed the ADDIE method. The results of this research identified 31 basic jumping movement game models for elementary school students, which were deemed feasible during the validation phase by experts and physical education teachers. It is concluded that the active learning model based on games in enhancing basic jumping movement skills in 3rd-grade elementary school students is effective and can serve as a reference or guideline for physical education teachers in the locomotor basic learning process of jumping.

Keywords: Basic Jumping Movement Model, Locomotor Basic Movement, Model ADDIE

Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan Rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar besarnya kepada:

1. **Ibu Prof. Dr. Nofi Marliana Siregar, S.Pd., M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.
2. **Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.
3. Terimakasih kepada Dosen **Pembimbing Akademik Prof. Dr. Samsudin, M.Pd.** yang telah mengarahkan penulis selama proses perkuliahan
4. **Ibu Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
5. **Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO** selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, kritik, dan saran yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini.
6. **Seluruh Dosen** Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang berharga selama masa perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk penyempurnaan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan bagi pembaca pada umumnya.

Jakarta, 8 Juni 2025

Sri Sukma Indriani



Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PERSEMBAHAN

Assalamualaikum Warahmatllahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin, puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karna berkat Rahmat-Nya yang telah memudahkan saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini. dan juga shalawat serta salam tercurah untuk suri tauladan kita baginda Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wasalam, serta untuk keluarga dan para sahabat beliau. Semoga kita selaku umatnya mendapatkan syafa'at beliau atas izin dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Aamin.

Sebuah karya ini penulis persembahkan dengan sangat tulus kepada:

1. Ibunda tercinta ibu Ikah Sariningsih Sosok yang selalu menjadi sumber kekuatan dan semangat, yang tak henti mendoakan dan mendampingi setiap langkah hidup saya. Terima kasih atas cinta, kesabaran doa, dan pengorbanan yang tak ternilai.
2. Ayahanda yang paling hebat bapak Ujang Sukandar Terima kasih atas kerja keras, ketegasan, dan segala nilai hidup yang telah ditanamkan dalam hidup saya. Semangat dan dukunganmu selalu menjadi pijakan dalam setiap perjalanan saya.
3. Saudari yang sangat saya sayangi Lia Andarsari, Dian Handayani dan Suti Puji Astuti kakak-kakakku tercinta Terima kasih atas cinta, dukungan, dan kehangatan keluarga yang selalu membuat saya merasa utuh dan dikuatkan di setiap masa sulit.
4. Kepada Coach Rolly Afrinaldi dan sahabat saya Fanny Regina Zahra. Saya ucapan terima kasih kepada Coach Rolly Afrinaldi, yang telah membimbing saya dengan kesabaran, disiplin, dan kepercayaan selama proses ini. Setiap arahan dan motivasi yang diberikan menjadi bagian penting dalam perjalanan saya. Juga utuk Fanny Rgina Zahra, sahabat yang selalu hadir dalam suka dan duka, yang tak henti memberi semangat, mendengarkan, dan menjadi teman seperjalanan yang tulus.

Kehadiran kalian berdua sangat berarti dan tak akan pernah saya lupakan.

5. Perempuan hebat diri saya sendiri Sri Sukma Indriani yang biasa dipanggil Indri, Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Sudah berusaha, sudah memilih untuk tetap berjalan, walau sering merasa Lelah. Termakasih telah belajar menerima, mencoba memahami, dan terus tumbuh dari setiap proses. Apa yang telah dicapai hari ini bukanlah akhir, melainkan langkah awal dari perjalanan yang lebih panjang. Masih banyak hal yang harus dipelajari, diperjuangkan, dan disempurnakan. Tetaplah rendah hati, teruslah berproses, dan jangan pernah berhenti berusaha menjadi versi terbaik dari diri sendiri. Semangattt indri!
6. Teman-teman seperjuangan. Terimakasih untuk tawa, pelukan, motivasi, dan semangat yang kalian berikan. Kalian bagian penting dalam setiap proses yang saya lalui.



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Rumusan Masalah.....	4
D. Kegunaan Penelitian.....	4
BAB II	6
KAJIAN TEORITIK	6
A. Konsep Pengembangan Model.....	6
B. Konsep Model yang Dikembangkan	11
C. Kerangka Teoritik	13
D. Rancangan Model.....	24
BAB III.....	27
METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Tujuan Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	28
D. Pendekatan dan Model Penelitian	29
E. Langkah- Langkah Pengembangan Model.....	32
2. Penelitian Pendahuluan.....	32
3. Perencanaan Pengembangan Model	33
4. Validasi, Evaluasi, Revisi Model.....	37
BAB IV	46
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Pengembangan Model	46
1. Model Final	50
B. Kelayakan Model.....	51
C. Efektifitas Model	55

D. Pembahasan	58
BAB V	63
KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	65
DAFTAR LAMPIRAN	68
MODUL AJAR PJOK SD FASE B KELAS III	183
RIWAYAT HIDUP	201



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rancangan Model	34
Tabel 3. 2 Daftar Validasi Ahli	38
Tabel 3. 3 Instrument Validasi Ahli	38
Tabel 3. 4 Instrument Validasi Guru	42
Tabel 3. 5 Instrument Penilaian Model Gerak Dasar Melompat	43
Tabel 3. 6 Pedoman Penskoran.....	44
Tabel 3. 7 Kriteria Penilaian	45
Tabel 4. 1 Rancangan Model Final.....	51
Tabel 4. 2 Nama Para Telaah Pakar (Expert Judgement) atau Para Ahli Dosen	52
Tabel 4. 3 Masukan dan Saran Telaah Pakar Terhadap Model Permainan.....	53
Tabel 4. 4 Angket Uji Dosen Ahli dan Guru PJOK.....	54
Tabel 4. 5 Hasil Tes Awal dan Tes Akhir SDN Jatinegara Kaum 14 Pagi	56
Tabel 4. 6 Hasil Tes Awal dan Tes Akhir SDN Rawamangun 09 Pagi.....	57

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Penelitian Pengembangan (Borg & Gall, 1983)	8
Gambar 2. 2 Langkah-langkah Perkembangan 4D (Thiagrajan, 1974)	9
Gambar 2. 3 Penelitian R&D dengan Pendekatan ADDIE (Branch 2009)	9
Gambar 2. 4 Horizontal Jumping (Gallahue & Ozmun, 2006)	18
Gambar 2. 5 Gerak Dasar Melompat (Munafarifana, 2022)	19
Gambar 2. 6 Agility Ring	21
Gambar 2. 7 Rancangan Model	26
Gambar 4. 1 Grafik Penilaian Pre Test dan Post Test SDN Jatinegara Kaum 14 Pagi...	56
Gambar 4. 2 Grafik Penilaian Pre Test dan Post Test SDN Rawamangun 09 Pagi	57

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

lampiran 1 : Model Final.....	68
Lampiran 2 : Permohonan Dosen pembimbing.....	135
Lampiran 3: Surat Kesediaan Pembimbing 1.....	136
Lampiran 4 : Surat Kesediaan Pembimbing 2.....	137
Lampiran 5 : Surat Tugas Dosen Pembimbing.....	138
lampiran 6 : Angket Validasi Ahli Permainan.....	138
Lampiran 7: Angket Validasi Ahli Pembelajaran	148
Lampiran 8 : Surat Keterangan Validasi	156
lampiran 9 : Penilaian Pre Test dan Post Test	162
lampiran 10 : Hasil Pre Test dan Post Test	166
lampiran 11 : Surat Izin Penelitian	168
lampiran 12 : Surat Balasan Penelitian	170
lampiran 13 : Dokumentasi.....	172
lampiran 14 : Modul Ajar	183

Intelligentia - Dignitas