

**MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
ADAPTIF BERBASIS PERMAINAN UNTUK ANAK
TUNAGRAHITA RINGAN DI SDLB**



Intelligentia - Dignitas

Disusun Oleh :

Januarvi Nukiferani

1601621032

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing 1,		
Drs. Mustara, M.Pd		1/-25 /08
NIP. 196607072001121001		

Pembimbing 2,		
Dr. Herman Chaniago, M.M		3/-25 /07
NIP. 19640416198901100		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd	Ketua		31/-25 /07
NIP. 196212101990031007			
2. Eko Prabowo, M.Pd.	Sekretaris		4/-25 /08
NIP. 198604172020121000			
3. Drs. Mustara, M.Pd	Anggota		1/-25 /08
NIP. 196607072001121001			
4. Dr. Herman Chaniago, M.M	Anggota		3/-25 /07
NIP. 19640416198901100			
5. Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd.	Anggota		4/-25 /08
NIP. 198210282015041002			

Tanggal Lulus : 25 Juni 2025

Intelligentia - Dignitas

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 dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atas 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 ketidak benaran 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, 03 Juli 2025

Yang m


D18EBANX014644961
Jendarvi Nukiferani

1601621032

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 : Januarvi Nukiferani
NIM : 1601621032
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan/ Pendidikan Jasmani
Alamat email : januarvinukiferani@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 Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Berbasis Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan Di
SDLB

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, 5-8-2025

Penulis


(Januarvi Nukiferani)
nama dan tanda tangan

MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF BERBASIS PERMAINAN UNTUK ANAK TUNAGRAHITA RINGAN DI SDLB

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk model pembelajaran pendidikan jasmani adaptif berbasis permainan untuk anak tunagrahita ringan yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar luar biasa (SDLB). Model pembelajaran ini diharapkan dapat membantu anak dalam proses meningkatkan fokus belajar anak, keterampilan motorik terutama koordinasi mata dan tangan serta membantu guru pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada materi gerak dasar manipulatif dan keseimbangan. Penelitian ini dilakukan menggunakan *metode research & development (R & D)* dan menggunakan metode ADDIE. Hasil penelitian ini terdapat 15 model pembelajaran pendidikan jasmani adaptif berbasis permainan untuk anak tunagrahita ringan di SDLB dan dinyatakan layak pada tahap validasi para ahli, guru PJOK dan berdasarkan hasil analisis data penelitian di SDLB Negeri 12 Jakarta menunjukkan bahwa 15 model dinyatakan layak dengan nilai tertinggi 98,33% yaitu model permainan misi warna rahasia dan nilai paling rendah 76,25% yaitu model permainan rintangan hula hoop. Disimpulkan bahwa model pembelajaran pendidikan jasmani adaptif berbasis permainan untuk anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri 12 Jakarta layak, dan dapat di terapkan di SDLB lainnya.

Kata Kunci: Model Pembelajaran, Pendidikan Jasmani, Adaptif, Permainan, Model ADDIE

Intelligentia - Dignitas

ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION LEARNING MODEL BASED ON GAMES FOR CHILDREN WITH MILD MENTAL DISABILITIES IN SDLB

ABSTRACT

The purpose of this study is to produce a game-based adaptive physical education learning model product for children with mild intellectual disabilities that can be applied in the physical education learning process in special elementary schools (SDLB). This learning model is expected to help children in the process of improving their learning focus, motor skills, especially eye and hand coordination, and help teachers during the physical education learning process, especially on basic manipulative movement and balance materials. This research was conducted using the research & development (R & D) method and using the ADDIE method. The results of this study contained 15 game-based adaptive physical education learning models for children with mild intellectual disabilities in SDLB and were declared feasible at the validation stage of experts, PJOK teachers and based on the results of research data analysis at SDLB Negeri 12 Jakarta showed that 15 models were declared feasible with the highest value of 98.33%, namely the secret color mission game model and the lowest value of 76.25%, namely the hula hoop obstacle game model. It was concluded that the game-based adaptive physical education learning model for children with mild intellectual disabilities in SDLB Negeri 12 Jakarta was feasible and could be applied in other SDLB.

Keywords: Learning Model, Physical Education, Adaptive, Games, ADDIE Model

Intelligentia - Dignitas

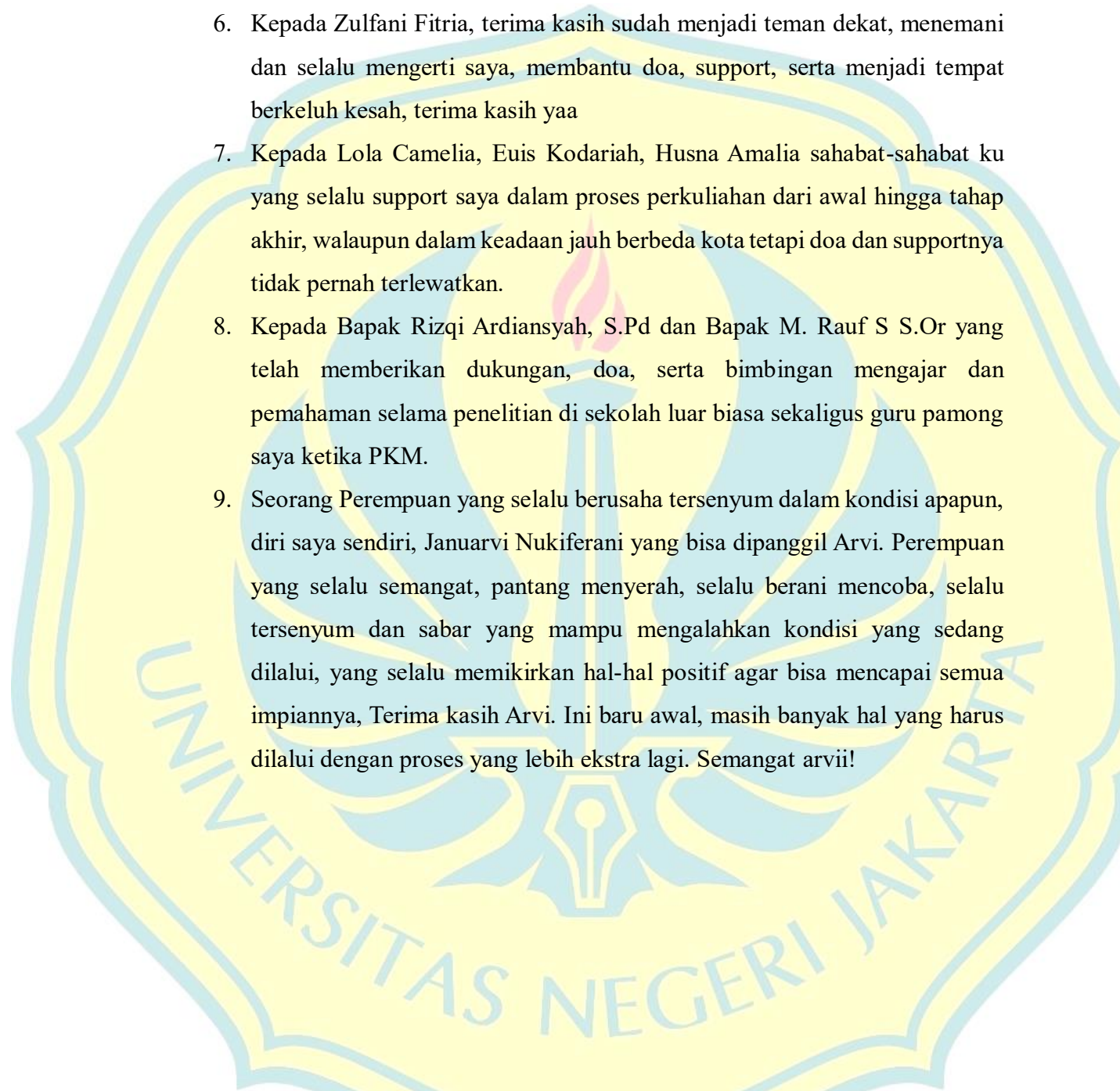
LEMBAR PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alam, puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karena atas 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 Wassalam, serta untuk keluarga dan para sahabat beliau. Semoga kita selaku umatnya mendapatkan syafa'at beliau atas izin dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Aamiin.

Sebuah karya ini penulis persembahkan dengan sangat tulus kepada:

1. Seseorang yang sangat menginspirasi saya, ayahanda Sugihartono. Terimakasih atas segala hal yang diberikan kepada saya, yang membuat saya tetap berjuang dan tetap semangat hingga saat ini.
2. Seseorang yang paling baik dan tulus dalam hidup saya, ibunda Suhanah, mamah sangat berperan penting dalam hidup saya bahkan disaat study saya dari awal hingga akhir, mamah selalu support saya dan selalu mendoakan saya agar dapat lulus dan dapat berguna dan bermanfaat bagi orang lain. Semoga Allah selalu berikan kesehatan kepada papa dan mama agar bisa selalu ada disisi Arvi.
3. Seorang kakak perempuanku, Estrin Vanadiani Lestari yang selalu menyemangati saya dengan memberikan semangat yang tiada hentinya yang membuat saya selalu semangat hingga saat ini.
4. Kepada keluarga besarku, terima kasih banyak atas doa dan supportnya selalu kepada saya.
5. Kepada teman-teman kostan ku yang selalu menemani saya menjalani study ini, yang membantu saya dalam hal apapun dari awal perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena selalu ada di dalam hidup saya, semoga kalian tetap diberikan kebahagiaan agar bisa selalu tersenyum dimanapun kalian berada.

- 
6. Kepada Zulfani Fitria, terima kasih sudah menjadi teman dekat, menemani dan selalu mengerti saya, membantu doa, support, serta menjadi tempat berkeluh kesah, terima kasih yaa
 7. Kepada Lola Camelia, Euis Kodariah, Husna Amalia sahabat-sahabat ku yang selalu support saya dalam proses perkuliahan dari awal hingga tahap akhir, walaupun dalam keadaan jauh berbeda kota tetapi doa dan supportnya tidak pernah terlewatkan.
 8. Kepada Bapak Rizqi Ardiansyah, S.Pd dan Bapak M. Rauf S S.Or yang telah memberikan dukungan, doa, serta bimbingan mengajar dan pemahaman selama penelitian di sekolah luar biasa sekaligus guru pamong saya ketika PKM.
 9. Seorang Perempuan yang selalu berusaha tersenyum dalam kondisi apapun, diri saya sendiri, Januarvi Nukiferani yang bisa dipanggil Arvi. Perempuan yang selalu semangat, pantang menyerah, selalu berani mencoba, selalu tersenyum dan sabar yang mampu mengalahkan kondisi yang sedang dilalui, yang selalu memikirkan hal-hal positif agar bisa mencapai semua impiannya, Terima kasih Arvi. Ini baru awal, masih banyak hal yang harus dilalui dengan proses yang lebih ekstra lagi. Semangat arvii!

Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. **Ibu Prof., Dr. Nofi Marlina Siregar, 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.
3. **Bapak Drs. Mustara, M.Pd**, Selaku Dosen pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini.
4. **Bapak Dr. Herman Chaniago, MM** Selaku Dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. **Bapak Prof., Dr. Moch Asmawi, M.Pd** Selaku Dosen Pembimbing Akademik atas saran dan bimbingan yang telah diberikan selama perkuliahan hingga saat ini.
6. Anak-anak tunagrahita ringan dan guru-guru beserta pihak sekolah di SDLB Negeri 12 Jakarta, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
7. Bapak Sugihartono, Ibu Suhanah dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan material maupun moral.
8. Teman-teman yang telah membantu memberikan peran positif terhadap peneliti.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 15 Maret 2025

Januarvi Nukiferani



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR GRAFIK	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	10
C. Perumusan Masalah.....	10
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN TEORETIK	13
A. Konsep Pengembangan Model	13
B. Konsep Model Yang Dikembangkan.....	17
C. Kerangka Teoretik	18
1. Model Pembelajaran.....	18
2. Pendidikan Jasmani Adaptif	22
3. Permainan	36
4. Tunagrahita	42
D. Rancangan Model.....	48
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	52
A. Tujuan Penelitian.....	52
B. Tempat dan Waktu Penelitian	53
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	54

D. Pendekatan dan Metode Penelitian	55
E. Langkah – langkah Pengembangan Model.....	56
1. Penelitian Terdahulu	56
2. Perencanaan Pengembangan Model	58
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	71
A. Hasil Pengembangan Model	71
1. Hasil Analisis Model.....	71
2. Model Final.....	78
B. Kelayakan Model	83
C. Pembahasan	101
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	103
A. Kesimpulan.....	103
B. Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA	105
DAFTAR LAMPIRAN	108
RIWAYAT HIDUP	162

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian.....	53
Tabel 3.2 Para Ahli Validasi	61
Tabel 3.3 Instrumen Validasi Para Ahli.....	62
Tabel 3.4 Instrumen Penilaian	63
Tabel 4.1 Pedoman Konversi Nilai	69
Tabel 4.2 Validasi Saran dan Masukan dari Ahli Pembelajaran	84
Tabel 4.3 Validasi Saran dan Masukan dari Ahli Permainan	87
Tabel 4.4 Validasi Saran dan Masukan dari Guru SDLB.....	88
Tabel 4.5 Kelayakan Model.....	91

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tahapan Model ADDIE.....	17
Gambar 2.2 Anak Berkebutuhan Khusus	22
Gambar 2.3 Hambatan Intelektual.....	42
Gambar 2.4 Rancangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Berbasis Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan di SDLB	50
Gambar 4.1 Rancangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Berbasis Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan Di SDLB	73

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Model Benteng Tarik.....	93
Grafik 4.2 Model Tangkap Bola Kilat	93
Grafik 4.3 Model Rintangan Hula Hoop.....	94
Grafik 4.4 Model Balapan Ikan Terbang.....	94
Grafik 4.5 Model Bowling	95
Grafik 4.6 Model Bola Kompak	95
Grafik 4.7 Model Stasiun Warna	96
Grafik 4.8 Model Misi Warna Rahasia	96
Grafik 4.9 Model Misi Jelajah Lingkaran.....	97
Grafik 4.10 Model Berburu Bola Warna.....	97
Grafik 4.11 Model Dayung Lingkaran.....	98
Grafik 4.12 Model Misi Merangkak dan Susun	98
Grafik 4.13 Model Lompati Rintangan Garis	99
Grafik 4.14 Model Popcorn Balap.....	99
Grafik 4.15 Model Balon Squat.....	100
Grafik 4.16 Model Permainan	100
Grafik 4.17 Tingkat Kelayakan Model Permainan	101

Intelligentia - Dignitas