

**MODEL PEMBELAJARAN GERAK LOKOMOTOR DALAM
AKTIVITAS AKUATIK PADA SISWA “TUNAGRAHITA
RINGAN”**



Intelligentia - Dignitas

AGILIA MAHARDIKA

1601622032

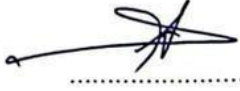
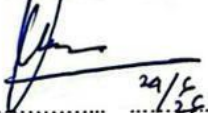
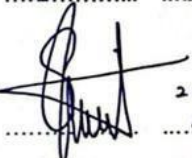
**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Olahraga**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

JUNI, 2026

LEMBAR PERSEMBAHAN

LEMBAR PENGESAHAN SKIRPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I		23/6 2024	
<u>Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M. Pd</u> NIP.198210282015041002			
Pembimbing II		29/6 2024	
<u>Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd</u> NIP. 19311061989031001			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes,AIFO</u> NIP.196311061989031001	Ketua		29/6 2024
2. <u>Drs. Mustara, M.Pd</u> NIP.196607072001121001	Sekretaris		29/6 2024
3. <u>Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M. Pd</u> NIP.198210282015041002	Anggota		23/6 2024
4. <u>Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd</u> NIP.19311061989031001	Anggota		29/6 2024
5. <u>Saipulloh Ibrahim, M.Pd</u> NIP.199712292024061001	Anggota		23/6 2024
Tanggal Lulus: 18 JUNI 2024			

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari orang lain, kecuali arahan dari 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 masalah dengan sebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam permintaan 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, 18 Juni 2026



Agilia Mahardika

NIM. 1601622032



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Agilia Mahardika
NIM : 1601622032
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Alamat email : agiliamahardika52@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (...)

yang berjudul :

MODEL PEMBELAJARAN GERAK LOKOMOTOR DALAM AKTIVITAS AKUTIK PADA ANAK TUNAGRAHITA RINGAN

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 25 Juni 2026

Penulis

(Agilia Mahardika)

MODEL PEMBELAJARAN GERAK LOKOMOTOR DALAM AKTIVITAS AKUATIK PADA SISWA “TUNAGRAHITA RINGAN”

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah membuat kegiatan gerak lokomotor dalam aktivitas akuatik untuk anak tunagrahita ringan dengan program pembelajaran yang sudah di sesuaikan dengan kaarkteristik dan keselamatan. Tujuan dibuatnya pembelajaran ialah untuk mengembangkan model pembelajaran gerak lokomotor dalam aktivitas akuatik yang selama ini dalam kegiatan renang hanya menerapkan teknik berenang. Dan kegunaan lainnya yaitu dalam aktivitas akuatik ini dapat meningkatkan kemampuan motorik anak Tunagrahita ringan. Dengan adanya model yang sudah divariasikan dan dimodifikasi sehingga juga dapat menarik minat siswa agar bisa melakukan kegiatan dengan senang bahkan berpotensi membuat mereka menjadi lebih aktif untuk melakukan aktivitas akuatik. Selain itu, manfaat lainnya yaitu aktivitas akuatik ini dapat menjadi terobosan atau tahap awal sebelum siswa akan belajar ketahap selanjutnya dalam berenang. Penelitian ini menggunakan metode ADDIE, dalam penelitian ADDIE 5 tahapan yaitu analisis, desain, pengembangan model, pelaksanaan, evaluasi. Melihat hasil dari penelitian menghasilkan produk yang berupa Model Pembelajaran Gerak Locomotor Dalam Aktivitas Akuatik Pada Anak Tunagrahita Ringan yang telah divalidasi dan direvisi oleh ahli pembelajaran, ahli disabilitas, dan juga ahli renang sebanyak 15 model. Hasil penelitian berupa buku model aktivitas Aktivitas Akuatik Pada Anak Tunagrahita Ringan. Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa Model Aktivitas Aktivitas Akuatik Pada Anak Tunagrahita Ringan telah dinyatakan valid dan dapat diterapkan untuk anak tunagrahita ringan oleh ahli pembelajaran, ahli disabilitas dan ahli renang pada saat uji coba.

Kata Kunci : Aktivitas Akuatik, Pembelajaran, Disabilitas Tunagrahita Ringan

LOCOMOTOR MOTION LEARNING MODEL IN AQUATIC ACTIVITIES IN "MILDLY IMPAIRED" STUDENTS

ABSTRACT

The purpose of this research is to make locomotor movement activities in aquatic activities for children with mild disabilities with learning programs that have been adjusted to characteristics and safety. The purpose of learning is to develop a locomotor motion learning model in aquatic activities which so far in swimming activities only applies swimming techniques. And another use, namely in aquatic activities, can improve the motor skills of children with mild disabilities. With the model that has been varied and modified so that it can also attract students' interest so that they can do activities happily and even have the potential to make them more active in doing aquatic activities. In addition, another benefit is that this aquatic activity can be a breakthrough or an initial stage before students will learn the next stage in swimming. This research uses the ADDIE method, in ADDIE research there are 5 stages, namely analysis, design, model development, implementation, and evaluation. Looking at the results of the research, a product in the form of a Locomotor Motion Learning Model in Aquatic Activities in Mild Disabled Children has been validated and revised by learning experts, disability experts, and also swimming experts as many as 15 models. The results of the research are in the form of a model book of Aquatic Activities in Mild Blind Children. Based on the results of the study, it is proven that the Aquatic Activity Activity Model in Mild Disabled Children has been declared valid and can be applied to children with mild disabilities by learning experts, disability experts and swimming experts at the time of the trial.

Keywords : *Aquatic Activities, Learning, Mild Handicapped*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Allah SWT, karna atas berkat Rahmat-Nya peneliti 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. Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa terselesaikannya skripsi ini bukan semata-mata hasil kerja keras peneliti sendiri, melainkan dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapat bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, diucapkan terimakasih kepada

1. **Prof. Dr Nofi Marlina Siregar, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta.
2. **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd. M.Kes AIFO,** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani.
3. **Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
4. **Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
5. **Drs. Mustara, M. Pd,** selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan banyak arahan, saran serta masukan terkait perkuliahan.
6. **Mastri Juniarto M.Pd.** selaku Dosen Ahli Pembelajaran dalam penulisan skripsi ini.
7. **Heru Miftakhudin, S.Or. M.Pd.** selaku Dosen Ahli Renang dalam penulisan skripsi ini.

8. **Dr. Fajar Vidya Hartono, M.Pd.** selaku Dosen Ahli Olahraga Disabilitas dalam penulisan skripsi ini.
9. Pihak Sekolah Luar Biasa C Asih Budi II Duren Sawit yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan.
10. Ucapan terima kasih khususnya kepada kedua orang tuaku tercinta Papah saya Almarhum Moch. Arif Hidayat dan Mamah saya Desy Yuliana. Meskipun kita bukan keluarga yang sempurna penulis mengucapkan banyak terimakasih karna sudah mendidik penulis menjadi orang yang pantang menyerah, kuat dan Tangguh. Berkat dari doa dan kasih sayang kalian terhadap penulis hingga bisa dititik ini. Setiap Langkah dan pencapai yang penulis raih, termasuk selesainya skripsi ini, adalah bagian dari doa dan harapan kalian. Meskipun papah tidak dapat menyaksikan hasil akhir dari penulis, penulis berharap papah bangga karna akhirnya penulis menuntaskan semuanya. Terima kasih atas segala pengorbanan, restu, dan kebahagiaan yang kalian telah berikan.
11. Kepada Kakak Rizky Fajar Ramadhani, Adik Ameliana Pratiwi, yang senantiasa menjadi pelengkap dinamika dalam hidup penulis. Terimakasih sudah memberikan semangat serta menjadi tempat berdiskusi penulis
12. Keluarga besar dan teman-teman yang telah memberikan dukungan dan doa dalam penelitian skripsi ini. Demikian yang bisa peneliti sampaikan, peneliti mendoakan semoga Allah SWT membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Juni 2026

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSEMBAHAN SIDANG	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	11
C. Perumusan Masalah	11
D. Kegunaan Hasil Penelitian	12
BAB II	13
KAJIAN TEORITIK	13
A. Konsep Pengembangan Model	13
1. Model Pengembangan ADDIE	15
B. Konsep Model yang Dikembangkan	20
C. Kerangka Teoritik	21
1. Model Pembelajaran	21
2. Gerak Dasar	24
3. Gerak Lokomotor	30
4. Aktivitas Akuatik	38
5. Hakikat Tunagrahita	53
D. Rancangan Model	63
BAB III	66

METODOLOGI PENELITIAN.....	66
A. Tujuan Penelitian	66
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	66
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	66
D. Pendekatan dan Model Penelitian.....	67
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model	67
F. Evaluasi, dan Revisi Model.....	73
1. Telaah Pakar.....	73
2. Validasi Desain	73
3. Revisi Model	74
4. Implementasi Model.....	75
BAB IV	76
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	76
A. Hasil Pengembangan Model	76
1. Hasil Analisis Kebutuhan	76
2. Mode Draf Awal	79
3. Model Final.....	84
B. Kelayakan Model.....	87
C. Efektivitas Model.....	90
D. Pembahasan	91
BAB V.....	95
KESIMPULAN DAN SARAN.....	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
LAMPIRAN.....	100
RIWAYAT HIDUP	143
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	144

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel Gerak Dasar Fundamental	29
Tabel 3. 1 Tabel Nama Para Ahli Uji Validasi.....	73
Tabel 4. 1 Hasil Analisis Kebutuhan	78
Tabel 4. 2 Model Awal Sebelum Validasi.....	80
Tabel 4. 3 Saran dan Masukan Dosen Ahli Pembelajaran.....	82
Tabel 4. 4 Saran dan Masukan Dosen Ahli Renang	83
Tabel 4. 5 Saran Dan Masukan Dosen Ahli Olahraga Disabilitas.....	84
Tabel 4. 6 Model Final Setelah Validasi	85
Tabel 4. 7 Nama Para Telaah Pakar (Expert Judgement) Atau Para Dosen Ahli dalam Uji Validasi.....	88
Tabel 4. 8 Kelayakan Model	89



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Pengembangan Borg & Gall ..	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. 2 Langkah – langkah Research and Development (R&D)	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. 3 Model Pengembangan Dick & Carey	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. 4 Langkah-langkah Penelitian dan Pengembangan ADDIE	15
Gambar 2. 5 Gambar Gerak Dasar Lokomotor	28
Gambar 2. 6 Gerak Dasar Non- Locomotor	28
Gambar 2. 7 Gerak Dasar Manipulatif	29
Gambar 2. 8 Rancangan Model Gerak lokomotor	64
Gambar 3. 1 Gambar Langkah- Langkah pengembangan ADDIE	67
Gambar 3. 2 Rancangan Model Permainan	71



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Model Pembelajaran	100
Lampiran 2. Kegiatan Penelitian	115
Lampiran 3. Form Pengajuan Dosen Pembimbing	116
Lampiran 4. Surat Keterangan Validasi	117
Lampiran 5. Surat Izin Observasi.....	123
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	124
Lampiran 7. Surat Balasan Observasi.....	125
Lampiran 8. Surat Balasan Keterangan Penelitian.....	126
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	127
Lampiran 10. Instrumen Penelitian.....	141

