

**MODEL LATIHAN *SURFING LAWE KOKOHU*
UNTUK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER
SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS**



RIZKI TUHULELE

1606824014

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan untuk Mendapatkan Gelar Magister

**SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

BUKTI PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS

Nama : Rizki Tuhulele
NIM : 1606824014
Program Studi : S2 – Pendidikan Jasmani

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Sujarwo, M.Pd. (Koordinator Program Studi)		24/7-2026
2.	Prof. Dr. Drs. Hernawan SE., M.Pd. (Pembimbing I)		24/7-2026
3.	Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd. (Pembimbing II)		24/7-2026
4.	Dr. Drs. Zulham, M.Si. (Penguji)		23/7-2026
5.	Dr. Dena Widyawan, M.Pd. (Penguji)		21/7-2026

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DIPERSYARATAN UNTUK
YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Prof. Dr. Drs. Hernawan, SE., M.Pd.

Tanggal : 24-7-2026

Pembimbing II



Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.

Tanggal : 24-7-2026

Nama

Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.

(Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan)



(tanda tangan)

27-7-2026

(tanggal)

Dr. Sujarwo, M.Pd.

(Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani)



(tanda tangan)

27-7-2026

(tanggal)

Nama : Rizki Tuhulele

NIM : 1606824014

Prodi : S2 – Pendidikan Jasmani

Angkatan : 2024

1. Direktur Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Program Studi Magister Pendidikan Jasmani Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

MODEL LATIHAN *SURFING LAWE KOKOHU* UNTUK KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Rizki Tuhulele
S2 Pendidikan Jasmani
ikituhulele01@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *surfing* Lawe Kokohu bagi kegiatan ekstrakurikuler siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), menganalisis tingkat kelayakannya melalui validasi ahli, serta menguji efektivitasnya dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar *surfing* yang meliputi *paddling*, *pop-up*, dan *riding*. Metode yang digunakan adalah *Research and Development* (R&D) dengan pendekatan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation*). Penelitian dilaksanakan di SMAN 15 Seram Bagian Barat, Maluku, dengan subjek 30 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Uji efektivitas menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest Design* dengan instrumen tes keterampilan *surfing* dan dianalisis menggunakan *Paired Sample t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa telah berhasil dikembangkan model latihan *surfing* Lawe Kokohu yang terdiri atas 24 variasi latihan final, meliputi 18 latihan berbasis darat (*dry-land based training*) dan 6 latihan berbasis air (*water-based training*). Model latihan yang dikembangkan dinyatakan layak dan valid berdasarkan hasil penilaian tiga ahli, yaitu ahli tes dan pengukuran, ahli ilmu kepelatihan olahraga, serta praktisi *surfing*.

Hasil uji efektivitas menunjukkan bahwa model latihan *surfing* Lawe Kokohu efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar *surfing* siswa. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata *pre-test* dari 32,89 menjadi 42,19 pada *post-test*, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($t = -8,618$; $p < 0,05$). Dengan demikian, model latihan *surfing* Lawe Kokohu terbukti valid dan efektif serta direkomendasikan sebagai pedoman terstruktur dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler *surfing* berbasis kearifan lokal di sekolah menengah atas.

Kata Kunci: Model Latihan *Surfing*, *Lawe Kokohu*, Aktivitas Ektrakurikuler, Permainan Tradisional, ADDIE.

LAWE KOKOHU SURFING TRAINING PROGRAM FOR HIGH SCHOOL STUDENTS' EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

Rizki Tuhulele
Master's Degree in Physical Education

ABSTRACT

This study aimed to develop a *Lawe Kokohu surfing training model* for senior high school extracurricular activities, assess its feasibility through expert validation, and evaluate its effectiveness in improving students' fundamental surfing skills, including *paddling*, *pop-up*, and *riding*. The study employed a Research and Development (R&D) approach using the ADDIE model (*Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation*). The research was conducted at SMA Negeri 15 Seram Bagian Barat, Maluku, Indonesia, involving 30 students selected through purposive sampling. The effectiveness of the training model was evaluated using a *One-Group Pretest-Posttest Design*, with surfing skill tests serving as the research instrument, and the data were analyzed using a *paired-samples t-test*.

The findings revealed that a *Lawe Kokohu surfing training model* was successfully developed, consisting of 24 final training variations, including 18 *dry-land-based training* exercises and 6 *water-based training* exercises. The developed model was considered feasible and valid based on evaluations conducted by three experts, namely a measurement and assessment expert, a sports coaching expert, and a surfing practitioner.

The effectiveness test demonstrated that the *Lawe Kokohu surfing training model* significantly improved students' fundamental surfing skills. This was indicated by an increase in the mean score from 32.89 on the pre-test to 42.19 on the post-test, with a significance value of $p = 0.000$ ($t = -8.618$; $p < 0.05$). Therefore, the *Lawe Kokohu surfing training model* was proven to be both valid and effective and is recommended as a structured guideline for implementing local wisdom-based surfing extracurricular programs in senior high schools.

Keyword: Surfing Training Model, Lawe Kokohu, Extracurricular Activities, Traditional Game, ADDIE.

HALAMAN PERNYATAAN COPYRIGHT TRANSFER TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizki Tuhulele
No Registrasi : 1606824014
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive RoyaltyFreeRight) atas Tesis saya yang berjudul: **Model Latihan Surfing Lawe Kokohu Untuk Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Sekolah Menengah Atas.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 31 Agustus 2026

Yang menyatakan



Rizki Tuhulele



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 : Rizki Tuhulele
NIM : 1606824014
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Jasmani
Alamat email : ikituhulele01@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 Latihan Surfing Lawe Kokohu Untuk Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Sekolah Menengah Atas.**

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 izin 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 03 Agustus 2026
Penulis

(Rizki Tuhulele)

SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Rizki Tuhulele

NIM : 1606824014

Tempat/Tanggal Lahir : Kulur, 01 September 2000

Program : Magister

Program Studi : S2 Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “**Model Latihan *Surfing Lawe Kokohu* untuk Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Sekolah Menengah Atas**” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada 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 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 03 Juli 2026

Yang menyatakan,



Rizki Tuhulele
NIM. 1606824014

KATA PENGANTAR

Segala rasa syukur penulis panjatkan kepada Sang Penguasa Alam yang Hakiki Tuhan Allah SWT, yang senantiasa memberikan kesehatan, kesempatan dan menyertai dalam setiap desah nafas. Ya Rabb yang selalu mencurahkan segenap kasih dan sayang-Nya serta mengukir dan mendesain rencana-rencana yang indah untuk setiap insan yang telah meniti di jalan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis ini dengan judul **“Model Latihan *Surfing Lawe Kokohu* Untuk Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Sekolah Menengah Atas”**

Penyelesaian penulisan tesis ini, penulis lakukan dengan tekad dan kemauan yang kuat untuk dapat menghadapi segala tantangan dan rintangan. Meskipun begitu, penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa dukungan, arahan, bantuan dan bimbingan berbagai pihak yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu, melalui kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini, yaitu :

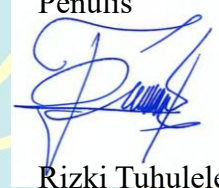
1. Bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si., selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Prof. Dr. Dedi Purwana , E.S., M.Bus., selaku direktur Sekolah Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan juga selaku pembimbing dua.
4. Bapak Prof. Dr. Drs. Hernawan, S.E., M.Pd selaku pembimbing satu.
5. Seluruh Dose S2 Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang tidak ternilai selama penulis menempuh pendidikan di Universitas Negeri Jakarta.
6. Bapak. Dr. Nur Fitranto, M.Pd, Bapak Dr. Iwan Hermawan, M.Pd dan Mas Bima Sepiawan selaku validator yang telah bersedia meluangkan waktu dan pikirannya untuk memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan model dan instrumen penelitian tesis.
7. Bapak dan Ibu guru SMA Negeri 15 Seram Bagian Barat yang telah memberikan izin melakukan observasi dan penelitian untuk mendukung penyusunan dan penyelesaian tesis ini.

8. Terimakasih tak terhingga untuk kedua orang tua yang sangat saya cintai, yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi dan doa yang tak pernah putus kepada penulis yang sedang mengemban perkuliahan hingga akhirnya telah menyelesaikan perkuliahan jenjang S2 di Universitas Negeri Jakarta.
9. Terima kasih juga yang setulus-tulusnya kepada Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP) Kementerian Keuangan Republik Indonesia atas kesempatan maupun dukungan pembiayaan yang telah diberikan.
10. Dan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih pada tahapan belum sempurna dan masih terdapat banyak kekurangan. Namun demikian, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan tesis ini. Semoga tesis ini memberikan manfaat bagi semua pembacanya dan dapat memberikan kontribusi bagi peningkatan kualitas pendidikan.

Jakarta, 03 Juli 2026

Penulis



Rizki Tuhulele

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
BUKTI PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS	ii
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
HALAMAN PERNYATAAN COPYRIGHT TRANSFER TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI.....	vi
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS KARYA ILMIAH	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Perumusan Masalah.....	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	9
 BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	 10
A. Konsep Pengembangan Model	10
1. Model Pengembangan ADDIE	11
2. Model Pengembangan Borg and Gall.....	13
3. Model Pengembangan Instruksional (MPI).....	17
4. Model Pengembangan Kemp.....	18
5. Model Pengembangan Dick and Carey	19
B. Konsep Model yang Dikembangkan	22
C. Hasil Penelitian yang Relevan	23
D. Kerangka Teoretik	25
1. Latihan	25
2. <i>Surfing</i> (selancar).....	32
3. <i>Lawe Kokohu</i>	46
4. Karakteristik Motorik Siswa SMA	48
5. Ekstrakurikuler	61
E. Rancangan Model	65
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	 67
A. Tujuan Penelitian	67
B. Tempat dan Waktu Penelitian	67
C. Metode Penelitian dan Desain Penelitian	67
D. Pengembangan Instrumen Validasi Model dan Uji Efektivitas	70
1. Definisi Konseptual	70

2. Definisi Operasional.....	70
E. Validasi dan Pengujian Model.....	77
1. Validasi Ahli (<i>Expert Judgment</i>).....	77
2. Pengujian Model (Implementation)	78
F. Analisis Data Penelitian	79
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	80
A. Proses Pengembangan Model	80
1. Tahap <i>Analysis</i> (Analisis).....	80
2. Tahap <i>Design</i> (Perancangan).....	81
3. Tahap <i>Development</i> (Pengembangan).....	83
4. Tahap Implementation.....	86
5. Tahap Evaluation.....	94
B. Hasil Pengembangan Model	94
1. Menyajikan Produk Akhir yang Dihasilkan.....	94
2. Kelayakan Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	96
3. Efektivitas Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	96
C. Pembahasan.....	99
1. Pengembangan Model Latihan.....	99
2. Kelayakan Model Latihan	102
3. Efektivitas Model Latihan.....	104
D. Keterbatasan Penelitian.....	108
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	109
A. Kesimpulan	109
B. Implikasi.....	109
C. Saran.....	110
DAFTAR PUSTAKA.....	112
LAMPIRAN.....	120
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	171

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jenis-jenis papan <i>surfing</i>	46
Tabel 3. 1 Tahapan Pelaksanaan Penelitian	67
Tabel 3. 2 Nama Pakar Ahli (Expert Judgement)	78
Tabel 4. 1 Data Identifikasi Masalah	81
Tabel 4. 2 <i>Draft</i> Item Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	82
Tabel 4. 3 Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	84
Tabel 4. 4 Saran dan Perbaikan Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	85
Tabel 4. 5 Jadwal Implementasi Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	87
Tabel 4. 6 Item Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	95
Tabel 4. 7 Hasil Analisis Deskriptif <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Siswa.....	97
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	98
Tabel 4. 9 Hasil Uji Efektivitas Model Latihan <i>Surfing Lawe Kokohu</i>	99



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Peta Negara Kesatuan Republik Indonesia.....	1
Gambar 2.1 Model ADDIE.....	12
Gambar 2.2 <i>Instructional Design R and D</i>	13
Gambar 2.3 Tahapan MPI.....	17
Gambar 2.4 Model Kemp	19
Gambar 2.5 Instructional Design R and D	20
Gambar 2.6 Model ADDIE.....	22
Gambar 2. 7 Teknik <i>Paddling</i>	36
Gambar 2. 8 Teknik <i>pop-up/take-off</i>	39
Gambar 2. 9 Teknik <i>riding</i>	41
Gambar 2. 10 <i>Shortboard</i>	42
Gambar 2. 11 <i>Longboard</i>	42
Gambar 2. 12 <i>Fish Board</i>	43
Gambar 2. 13 <i>Funboard</i>	44
Gambar 2. 14 <i>Gun Board</i>	44
Gambar 2. 15 <i>Soft tops</i>	45
Gambar 2. 16 Papan <i>Surfing</i> Lawe Kokohu	48
Gambar 2. 17 Fase Perkembangan Koordinasi Gerak.....	52
Gambar 2. 18 Model tiga tahap pembelajaran gerak fitts dan posner	58
Gambar 2. 19 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Gerak	59
Gambar 2. 20 Rancangan Model Penelitian	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Model Latihan.....	121
Lampiran 2. Rancangan Perlakuan	145
Lampiran 3. Lembar Validasi Ahli	152
Lampiran 4. Surat-surat Penelitian.....	155
Lampiran 5. Data Hasil Penilaian <i>Pretest - Posttest</i> oleh Penilai 1	157
Lampiran 6. Data Hasil Penilaian <i>Pretest - Posttest</i> oleh Penilai 2	159
Lampiran 7. Data Hasil Penilaian <i>Pretest - Posttest</i> oleh Penilai 3	161
Lampiran 8. Rekapitulasi Data <i>Pretest</i>	163
Lampiran 9. Rekapitulasi Data <i>Posttest</i>	164
Lampiran 10. <i>Output</i> Uji Normalitas	165
Lampiran 11. <i>Output</i> Uji <i>Paired Sample t-test</i>	167
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	168

