

**MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN  
KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA  
KELAS III SEKOLAH DASAR**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
Widiastuti  
NIM 18604221030

**PROGRAM STUDI PGSD PENDIDIKAN JASMANI  
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2022**

# **MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR**

Oleh:

Widiastuti  
NIM 18604221030

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk yang berupa model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan dengan metode yang dikemukakan oleh Borg dan Gall. Langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu: 1) studi pendahuluan, 2) perencanaan, 3) mengembangkan produk awal, 4) uji validasi ahli dan uji reliabilitas produk, 5) uji coba skala kecil, 6) revisi produk, 7) uji coba skala luas, 8) revisi produk, 9) uji efektivitas produk, 10) produk final. Uji coba skala kecil dilakukan di SD Negeri Jigudan dan uji coba skala besar di SD Negeri Ciren dan SD Negeri Salam. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa kelas III sekolah dasar dengan jumlah subjek 58 siswa. Uji validasi menggunakan validasi isi dan uji reliabilitas produk memperoleh koefisien 0,7-0,9. Hasil dari rubrik penilaian menunjukkan tuntasnya keterampilan siswa pada tiap aspek (KKM=75).

Hasil penelitian diketahui bahwa, uji efektivitas model dengan nilai rata-rata perbandingan uji coba skala kecil nilai lokomotor 3,81, non lokomotor 3,31, manipulatif 3,45 sedangkan uji coba skala besar nilai lokomotor 3,86, non lokomotor 3,69, manipulatif 3,72 terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa model permainan sirkuit memiliki efektivitas yang sangat baik. Hasil akhir dalam penelitian ini berupa model permainan sirkuit yang terdiri dari: 1) mempersiapkan tempat dan peralatan, 2) kegiatan awal/pemanasan, 3) kegiatan inti yang terdiri dari 5 pos permainan yaitu Pos 1 Permainan Bola Kereta, Pos 2 Katak Mencari Makan, Pos 3 Kertas Melangkah, Pos 4 Bola Berpindah, Pos 5 Tembakan Bola Kelinci, 4) kegiatan penutup/pendinginan. Model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar ini efektif untuk menunjang proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar.

*Kata Kunci: Permainan Sirkuit, Keterampilan Gerak Dasar, Siswa Kelas III.*

**MODEL OF CIRCUIT GAME FOR DEVELOPING THE BASIC  
MOVEMENT SKILLS OF THE THIRD GRADE STUDENTS OF  
ELEMENTARY SCHOOL**

**By:**

Widiastuti  
NIM 18604221030

**ABSTRACT**

*This research aims to produce a product in the form of a physical activity model through circuit games to develop basic movement skills for the third grade students of elementary school.*

*This research was a development research using the method proposed by Borg and Gall. The steps used in this research were: 1) preliminary study, 2) planning, 3) developing initial product, 4) expert validation test and product reliability test, 5) small-scale trial, 6) product revision, 7) wide-scale trial, 8) product revision, 9) product effectiveness test, 10) final product. Small-scale trials were conducted at SD Negeri Jigudan (Jigudan Elementary School) and large-scale trials at SD Negeri Ciren (Ciren Elementary School) and SD Negeri Salam (Salam Elementary School). The research subjects were the third grade students of elementary school with a total of 58 students. Validation test used the content validation and product reliability test and it obtained a coefficient of 0.7-0.9. The results of the assessment rubric showed the completion of students' skills in each aspect (KKM=75).*

*The results show that, the effectiveness test of the model with the average value of the comparison of small-scale trials of locomotor values at 3.81, non-locomotor at 3.31, manipulative at 3.45 while large-scale trials locomotor values at 3.86, non-locomotor at 3.69, manipulative at 3.72 empirically proven that the product in the form of a circuit game model has a very good effectiveness. The final result in this study is a circuit game model consisted of: 1) preparing the place and equipment, 2) initial/warm-up activities, 3) core activities consisted of 5 game posts: Post 1 Train Ball Game, Post 2 Frogs foraging, Heading 3 Paper Stepping, Heading 4 Moving Balls, Heading 5 Bunny Ball Shots, 4) closing/cooling off activities. This circuit game model to develop basic movement skills is effective in supporting the Physical Education learning process in elementary schools.*

*Keywords: Circuit Game, Basic Movement Skills, Third Grade Students*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Widiastuti  
NIM : 18604221030  
Programa Studi : PGSD Penjas  
Judul TAS : Model Permainan Sirkuit untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata tulis penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 10 Maret 2022

Yang Menyatakan,



Widiastuti

NIM.18604221030

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### **MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR**

Disusun oleh:

Widiastuti  
NIM 18604221030

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang  
bersangkutan.

Yogyakarta, 10 Maret 2022

Mengetahui  
Ketua Program Studi



Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Dr. Drs. Suhadi, M.Pd.  
NIP. 19600505 198803 1 006

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

### MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR

Disusun oleh:

Widiastuti  
NIM 18604221030

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 24 Maret 2022

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Drs. Suhadi, M.Pd. Ketua Penguji		30 / 3 / 2022
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or. Sekretaris Penguji		30 / 3 / 2022
Dr. Nurhadi Santoso, M.Pd. Penguji Utama		30 / 3 / 2022

Yogyakarta, 31 Maret 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.

NIP. 19640707 198812 1 0001

## **HALAMAN MOTTO**

1. “Keberhasilan bukanlah milik orang yang pintar. Keberhasilan adalah kepunyaan mereka yang senantiasa berusaha.” (B.J. Habibie)
2. “Untuk mencapai tujuan teruslah maju walaupun jalannya berliku.” (Dwi Purwanto)
3. “Hidup adalah perjuangan, nikmati, syukuri, dan jalani dengan usaha dan doa.” (Widiastuti)

## **PERSEMBAHAN**

*Alhamdulillahirobbil'alamin* Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan sebaik-baiknya.

### **Skripsi ini kupersembahkan untuk ...**

1. Kedua orang tua saya Bapak Jumidi dan Ibu Ngadiyah yang selalu memberikan dukungan dan mendoakan setiap waktu.
2. Mas Dwi Purwanto yang selalu memberikan *support* dan selalu menemaniku saat pembuatan skripsi.
3. Adik-adikku Rohmat Nur Halim dan Tegar Mulyabi yang selalu membuatku semangat.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karuniaNya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Model Permainan Sirkuit untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Drs. Suhadi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah berkenan meluangkan waktu, memberikan semangat, dorongan, bimbingan dan arahan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ibu Marlimah Darmaji, S.Pd. dan Bapak Subandi, S.Pd. Jas. selaku validator instrumen Tugas Akhir Skripsi yang memberikan saran/masukan perbaikan sehingga penelitian Tugas Akhir Skripsi dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.
3. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes. selaku Koordinator Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.

6. Bapak Sadar Slamet, S.Pd., Ibu Sri Nuryani S.M, M.Pd., dan Bapak Basuki, M.Pd selaku Kepala SD Negeri Jigudan, SD Negeri Ciren, SD Negeri Salam yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Para guru, staf, dan siswa kelas III SD Negeri Jigudan, SD Negeri Ciren, SD Negeri Salam, yang telah memberikan bantuan dan membantu kelancaran pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan yang selalu mendukung dan memberikan saran, masukan, berbagi ilmu dalam menyelesaikan tugas skripsi.
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak diatas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 24 Maret 2022

Peneliti,



Widiastuti

NIM.18604221030

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
<i>ABSTRACT</i> .....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Pengembangan .....	7
F. Manfaat Pengembangan .....	7
G. Asumsi Pengembangan.....	8
H. Spesifikasi Produk yang dikembangkan.....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	10
B. Kajian Penelitian yang Relevan .....	24
C. Kerangka Berpikir.....	25
D. Pertanyaan Penelitian .....	28
<b>BAB III METODE PENGEMBANGAN</b>	
A. Model Pengembangan .....	29
B. Prosedur Pengembangan .....	30
C. Desain Uji Coba Produk .....	34
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN</b>	
A. Hasil Pengembangan Produk Awal.....	37
B. Hasil Uji Coba Produk .....	49
C. Revisi Produk.....	52
D. Kajian Produk Akhir .....	90
E. Keterbatasan Penelitian .....	94

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan tentang Produk .....	96
B. Saran Pemanfaatan Produk .....	97
C. Diseminasi dan Pengembangan Produk Lebih Lanjut .....	97
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	99
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	102

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Dimensi dan Unsur-unsur Gerak Dasar yang dikembangkan .....	38
Tabel 2. Hasil Reliabilitas Indeks Kesesuaian Kasar Setiap Permainan.....	51

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Draf Awal .....	40
Gambar 2. Lapangan Permainan Bola Kereta Draf Awal.....	42
Gambar 3. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Draf Awal .....	44
Gambar 4. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Draf Awal.....	45
Gambar 5. Lapangan Permainan Bola Berpindah Draf Awal.....	47
Gambar 6. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Draf Awal.....	48
Gambar 7. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Revisi Tahap I.....	54
Gambar 8. Lapangan Permainan Bola Kereta Revisi Tahap I.....	57
Gambar 9. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Revisi Tahap I .....	58
Gambar 10. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Revisi I.....	60
Gambar 11. Lapangan Permainan Bola Berpindah Revisi Tahap I.....	62
Gambar 12. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Revisi Tahap I.....	63
Gambar 13. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Revisi Tahap II.....	66
Gambar 14. Lapangan Permainan Bola Kereta Revisi Tahap II.....	69
Gambar 15. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Revisi Tahap II.....	71
Gambar 16. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Revisi Tahap II.....	72
Gambar 17. Lapangan Permainan Bola Berpindah Revisi Tahap II.....	74
Gambar 18. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Revisi Tahap II....	76
Gambar 19. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Revisi Tahap III.....	79
Gambar 20. Lapangan Permainan Bola Kereta Revisi Tahap III.....	82
Gambar 21. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Revisi Tahap III.....	84
Gambar 22. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Revisi Tahap III .....	86
Gambar 23. Lapangan Permainan Bola Berpindah Revisi Tahap III.....	88
Gambar 24. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Revisi Tahap III...	90
Gambar 25. Grafik Perbandingan Nilai Rata-Rata Uji Coba Skala Kecil .....	91

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Pembimbing Proposal TAS .....	103
Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS.....	104
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian .....	105
Lampiran 4. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian dari SD .....	108
Lampiran 5. Surat <i>Expert Judgement</i> .....	111
Lampiran 6. Lembar Evaluasi Produk .....	113
Lampiran 7. Hasil Evaluasi dari Ahli.....	121
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Produk .....	132
Lampiran 9. Hasil Model Permainan Sirkuit .....	133
Lampiran 10. Rubrik Penilaian Siswa.....	146
Lampiran 11. Hasil Rubrik Penilaian Siswa .....	148
Lampiran 12. Hasil Perhitungan Statistik .....	151
Lampiran 13. Dokumentasi.....	154

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan pendidikan yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan lainnya. Oleh sebab itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, stabilitas emosional, penalaran dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar dapat mempengaruhi tingkat pertumbuhan dan perkembangan pada siswa. Melalui pertumbuhan dan perkembangan yang merupakan rangsangan utama bagi anak adalah dengan bergerak, anak semakin banyak bergerak maka anak akan semakin banyak belajar dan mengetahui banyak hal. Dijelaskan oleh Schmith (dalam Ermawan, 2006: 5-6) pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar meliputi: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dan kesehatan yang diselenggarakan dengan mengacu pada kurikulum yang ada.

Karakteristik anak di tingkat sekolah dasar yaitu suka bermain, melalui bermain anak akan merasa senang dan melakukan banyak gerakan. Tujuan

pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang diperoleh di sekolah dasar, ada tujuan yang terkait dengan kemampuan gerak dasar. Tujuan tersebut adalah meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar. Gerak dasar ini mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, dalam hal ini kemampuan gerak dasar dapat dilakukan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari. Kemampuan gerak dasar dilakukan guna meningkatkan kualitas hidup seseorang antara lain. 1) Kemampuan lokomotor adalah kemampuan seseorang untuk memindahkan dari satu tempat ketempat lain atau mengangkat tubuh ke atas. Kemampuan lokomotor terdiri dari berjalan, berlari, melompat, meloncat. 2) Kemampuan non lokomotor adalah kemampuan atau keadaan seseorang saat dilakukan gerak tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non lokomotor terdiri dari menekuk, merenggang, mengangkat, mendorong, melipat, memutar, menarik, melingkar, dan melambungkan. 3) Kemampuan manipulatif adalah keadaan seseorang saat melakukan gerakan harus menguasai berbagai macam obyek sering melibatkan berbagai koordinasi. Kemampuan manipulatif terdiri dari melempar, menangkap, memantulkan bola, dan menggiring bola.

Perkembangan gerak dasar khususnya pada usia siswa sekolah dasar diantaranya siswa mampu berlari dengan membawa bola, menjaga keseimbangan dengan meloncat menirukan binatang, mampu meliukkan tubuh, mendorong bola, menangkap dan melempar bola. Dasar pengembangan keterampilan gerak dasar siswa kelas III terdapat pada semester 1 Kompetensi Dasar 4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan

konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, 4.2 Mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, 4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

Dalam penelitian Amirzan (2017) Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa SD Kelas V menyimpulkan bahwa gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif harus dapat dilakukan anak dengan benar, sehingga dalam perkembangan gerak yang dimiliki akan dapat mendukung aktivitas gerak pada anak. Penelitian ini membahas gerak dasar lokomotor yang berkaitan dengan gerak dasar. Penelitian ini adalah penelitian pengembangan, objek dari penelitian ini pada sekolah dasar favorit yang ada di Kecamatan Kota Sigli Kabupaten Pidie Provinsi Aceh, metode pengembangan mengacu pada metode yang dikemukakan oleh Borg dan Gall. Dari hasil uji efektifitas model, terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa model pembelajaran gerak dasar lokomotor untuk Sekolah Dasar kelas V memiliki efektivitas yang sangat baik. Dengan kata lain, model pembelajaran gerak dasar lokomotor ini efektif untuk menunjang proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar.

Pelaksanaan pembelajaran di sekolah dasar tahun ajaran baru 2021/2022 pada pandemi *Corona Virus Disease* (Covid-19) saat ini bersifat dinamis

mengacu pada kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Masyarakat (PPKM) di masing-masing daerah. Hal ini membuat satuan pendidikan harus memperhatikan zona wilayah dalam menentukan aktivitas pembelajaran. Dalam hal ini untuk daerah level 1 dan 2 dapat memulai pembelajaran tatap muka (PTM) Terbatas, dengan mengutamakan kehati-hatian keselamatan, dan kesehatan warga sekolah. Sementara untuk daerah yang berada di level 3 dan 4, masih harus menggelar pembelajaran secara jarak jauh (PJJ) (Kemdikbud,2021). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) penting diajarkan di sekolah agar dapat menjaga Kesehatan dan kebugaran anak. Sementara saat ini PJOK terhambat sejak pandemi *Corona Virus Disease* (Covid-19) melanda. Tenaga pendidik PJOK dan siswa dituntut bisa beradaptasi dengan situasi dan kondisi saat ini. Proses pembelajaran PJOK saat pandemi membuat anak kurang maksimal dan mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran daring dan sering ditemukan permasalahan-permasalahan yang dapat menghambat keberhasilan pembelajaran. Kenyataan di lapangan sering ditemukan saat proses pembelajaran yang kurang optimal, karena proses belajar mengajar daring dengan menggunakan platform seperti *WhatsApp*, *Google classroom*, *YouTube* banyak dari orang tua dan anak-anak yang mengalami kesulitan. Dampak dari itu materi yang disampaikan kurang dapat dipahami oleh siswa terlebih apalagi saat praktek pembelajaran PJOK siswa kesulitan menguasai keterampilan gerak.

Dengan mengoptimalkan proses Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas model pengembangan permainan merupakan salah satu cara efektif untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami guru maupun siswa dalam

mengembangkan keterampilan gerak dasar. Pengembangan model permainan merupakan cara untuk materi pembelajaran lebih menarik siswa dan lebih mudah dipahami siswa. Prinsip dari pengembangan model kemampuan gerak dasar yaitu dapat bergerak, berpikir, berkembang, memiliki kemampuan otomatis, dapat memikirkan tubuh menggerakkan pikiran. Tujuan dari pengembangan model permainan dapat menghasilkan produk baru dengan menggunakan sarana dan prasarana yang telah dimodifikasi dan aturan yang telah disederhanakan sesuai kemampuan siswa. Dalam hal ini guru mempunyai peranan yang sangat penting dalam sebuah pengembangan model pembelajaran seperti hasil penelitian Muhammad Hafiz mengenai Peranan Model Pembelajaran PJOK Sekolah Dasar menyimpulkan bahwa kreativitas seorang pendidik sangat diutamakan dalam keberhasilan pembelajaran, modifikasi media yang disesuaikan dengan kearifan lokal akan berpengaruh terhadap hasil belajar penjas. Hasil analisis menunjukkan bahwa penelitian mengenai pentingnya media pembelajaran untuk mengembangkan model pembelajaran di sekolah dasar sangat berpengaruh terhadap hasil belajar penjas.

Melalui pengembangan model permainan ini, diharapkan proses pembelajaran PJOK saat pandemi ini dapat lebih menarik dan membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar. Terlebih saat pandemi seperti ini anak dituntut untuk bergerak aktif dan dapat meningkatkan kebugaran jasmani anak. Dari hasil observasi di SD Negeri Jigudan tanggal 19 Juli sampai 30 Oktober 2021 selama mata kuliah Praktek Kependidikan keterampilan gerak dasar siswa belum optimal. Kemudian dari hasil wawancara di lapangan dengan

guru PJOK yang menjelaskan bahwa siswa kelas III dalam penguasaan keterampilan gerak dasar siswa masih kurang dengan hasil pencapaian rata-rata 75. Hal ini terlihat kurangnya partisipasi siswa dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar menjadi salah satu penghambat dalam proses pembelajaran, kurangnya perasaan senang dan antusias dalam pembelajaran menyebabkan siswa malas untuk bergerak. Proses pembelajaran yang dapat menarik partisipasi siswa yaitu menggunakan model permainan sirkuit untuk gerak dasar. Model permainan sirkuit yang dikembangkan, diharapkan mampu membuat siswa bergerak aktif dan lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran terlebih dapat mendorong peningkatan keterampilan gerak dasar siswa. Bermain dalam bentuk sirkuit merupakan modifikasi dari sirkuit training, ini tidak jauh beda dari serangkaian bentuk empat latihan dengan variasi permainan yang berbeda-beda pada setiap pos sehingga siswa tidak merasa bosan dengan demikian keterampilan gerak dasar yang dikembangkan terbentuk dengan maksimal

Berdasarkan beberapa permasalahan gerak dasar diatas, maka peneliti tertarik untuk mengembangkan “Model Permainan Sirkuit untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang ada yaitu:

1. Menurunnya aktivitas jasmani siswa dan keterampilan gerak dasar untuk bergerak aktif di masa pandemi *Corona Virus Disease (Covid-19)*.

2. Kendala umum yang dihadapi guru pendidikan jasmani kurang kreativitas dalam memodifikasi sarana dan prasarana dalam pembelajaran gerak dasar.
3. Perlunya pengembangan model pembelajaran berbasis permainan yang dikemas secara menarik bagi siswa.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah pengembangan model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar bagi siswa kelas III Sekolah Dasar.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah diatas, maka dapat ditarik suatu rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana produk model permainan sirkuit untuk mengetahui keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar?.
2. Seberapa efektivitasnya model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar?.

### **E. Tujuan Pengembangan**

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model permainan sirkuit dan nilai efektivitas produk untuk mengetahui keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar.

### **F. Manfaat Pengembangan**

Dengan menghasilkan model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar bagi siswa kelas III sekolah dasar dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan yaitu:

## 1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah ilmu dan kajian teori kepada dunia pendidikan mengenai penelitian dan pengembangan model pembelajaran permainan sirkuit bagi siswa kelas III pada keterampilan gerak dasar.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Siswa

Siswa mendapat variasi model permainan baru dalam gerak dasar, sehingga dapat mengembangkan motorik pada siswa.

### b. Bagi Guru

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam mengembangkan model permainan untuk mengetahui dan meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Dan dapat meningkatkan dan memperbaiki profesionalitas guru dalam dunia pendidikan.

### c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini sebagai pengalaman dalam menyusun tugas akhir skripsi dan dapat dijadikan sebagai acuan dan rujukan untuk peneliti selanjutnya.

## **G. Asumsi Pengembangan**

Asumsi dalam penelitian pengembangan ini dilandasi bahwa model permainan sirkuit dapat meningkatkan unsur-unsur keterampilan gerak dasar seperti jalan, lari, lompat, dan loncat. Permainan sirkuit ini mampu memberikan pemahaman guru mengenai model pembelajaran berbasis permainan sirkuit dan mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III. Permainan sirkuit

ini dikemas secara mudah dan menarik, sehingga menambah minat dan semangat siswa dalam pembelajaran PJOK saat pandemi seperti ini.

#### **H. Spesifikasi Produk yang dikembangkan**

Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah sebuah produk model pembelajaran permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar bagi siswa kelas III sekolah dasar. Pada pembelajaran fisik motorik, yang dapat mengembangkan semua aspek pembelajaran (kognitif, afektif, dan psikomotorik) secara efektif dan efisien, serta dapat meningkatkan intensitas fisik sehingga kebugaran jasmani dapat terwujud, dan dapat mengatasi kesulitan dalam pembelajaran gerak dasar terlebih pada pandemi *Corona Virus Disease* (Covid-19) anak jarang beraktivitas.

Langkah pembelajaran gerak dasar terbagi menjadi 4 (empat) bagian yaitu persiapan alat dan perlengkapan, kegiatan pendahuluan/pemanasan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup/pendinginan. Kegiatan permainan sirkuit yang terdiri dari 5 pos yang setiap pos memiliki indikator aspek lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam bentuk permainan yang berbeda. Permainan setiap pos dinamakan dengan Pos 1 Permainan Bola Kereta, Pos 2 Permainan Katak Mencari Makan, Pos 3 Permainan Kertas Melangkah, Pos 4 Permainan Bola Berpindah, dan Pos 5 Permainan Tembakan Bola Kelinci. Terakhir adalah kegiatan penutup/pendinginan untuk merelaksasikan otot-otot setelah pembelajaran. Keberhasilan proses pembelajaran melalui permainan sirkuit dalam penelitian ini semua siswa mampu melakukan model permainan sirkuit pada setiap pos yang sudah dibuat.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat dan Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar**

Pendidikan jasmani pada dasarnya terjemah dari *physical education* yang sering digunakan di Amerika Serikat, makna dari pendidikan jasmani yaitu pendidikan mengenai fisik dan mental seseorang. Hal ini dapat diartikan pendidikan merupakan suatu proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dalam usaha mendewasakan anak melalui pengajaran dan pelatihan. Dengan demikian pendidikan jasmani suatu aktivitas yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai dan sikap positif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Dalam kurikulum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar 2004 (2003: 1-2) pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani, yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Menurut Abduljabar, (2010: 1), menyatakan bahwa “pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan”. Pendidikan jasmani dapat dikatakan bahwa: Pendidikan jasmani adalah pendidikan dari, tentang, dan melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani

menurut Abduljabar, (2010: 2), “pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai pendidikan tentang dan melalui gerak insan, ketika tujuan pendidikan dicapai melalui aktivitas otot-otot, termasuk olahraga, (*sport*), permainan, senam, dan latihan jasmani (*exercise*)”. Hasil yang dicapai dalam pendidikan jasmani adalah individu dapat terdidik secara fisik.

Pendapat Husdarto (dalam Kristi 2020: 9) pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan sebagai media untuk membentuk keterampilan motorik, pengetahuan, penalaran, dan mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, serta penghayatan dalam nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial). Lebih jelasnya menurut Mulyanto (2014: 34) mendefinisikan bahwa “pendidikan jasmani di sekolah dasar merupakan proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak”. Artinya pendidikan jasmani pada sekolah dasar merupakan wahana anak untuk bergerak serta melalui bergerak anak dapat belajar banyak hal. Pendidikan jasmani sangat dalam memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar yang diarahkan, dibina untuk membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat (Hamid, 2005: 48). Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan dalam mengajarkan keterampilan gerak dasar, mulai dari teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pertumbuhan dan perkembangan dalam pendidikan jasmani yang

selaras dengan upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, dan juga menanamkan nilai sikap dan membiasakan hidup sehat, dapat memacu pada aktivitas sistem peredaran darah, pencernaan, pernapasan.

Dalam hal ini ruang lingkup pendidikan jasmani sangat penting untuk dipahami oleh guru, karena dengan ruang lingkup pendidikan jasmani ini bertujuan untuk menggerakkan dan mengembangkan aspek psikomotor pada siswa. Standar Nasional Pendidikan (2006: 2) menjelaskan bahwa ruang lingkup Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan terdiri dari tujuh aspek yaitu: a. Permainan dan Olahraga, b. Aktivitas pengembangan diri, c. Aktivitas senam, d. Aktivitas ritmik, e. Aktivitas air, f. Pendidikan luar kelas, g. Kesehatan. Dalam hal ini ruang lingkup pendidikan jasmani adalah seluruh kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk perkembangan fisik, gerak, mental dan perkembangan sosial pada siswa.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Dengan begitu guru PJOK perlu memahami tujuan dari pendidikan jasmani agar proses pembelajaran gerak menjadi selaras dengan target yang dicapai.

## **2. Tujuan Pendidikan Jasmani**

Tujuan pendidikan merupakan salah satu aspek penting yang harus dipahami oleh pendidik. Tujuan utama pendidikan jasmani bagi anak sekolah dasar adalah kompeten melakukan gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

Pendidikan Jasmani (Adang Suherman, 2000: 23) dapat diklasifikasikan menjadi empat kategori, yaitu:

#### 1. Perkembangan Fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).

#### 2. Perkembangan Gerak

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skillful*).

#### 3. Perkembangan Mental

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang mulai dari pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.

#### 4. Perkembangan Sosial

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam berinteraksi menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Menurut Bloom & Krathwohl (dalam Sudirman 2011: 17) tujuan pendidikan dapat digolongkan menjadi tiga ranah atau domain yaitu:

#### 1. Ranah kognitif (pengetahuan/intelektual)

Ranah kognitif mencakup aspek kemampuan yang berkenaan dengan aktivitas berpikir yaitu hasil intelektual, seperti pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan berpikir.

## 2. Ranah Afektif (perasaan/emosi/sikap)

Ranah afektif mencakup aspek kemampuan yang berkenaan dengan fungsi perasaan dan emosi seperti minat, sikap, apresiasi, dan metode penyesuaian.

## 3. Ranah Psikomotor (keterampilan gerak)

Ranah psikomotor mencakup aspek kemampuan yang berkenaan dengan gerakan dan pengontrolan gerak tubuh (keterampilan gerak siswa) seperti menulis, mengetik, dan berolahraga

Menurut Kabul (2015: 39) dalam pelaksanaan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, memiliki tujuan siswa memiliki kemampuan sebagai berikut:

- a. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam Pendidikan jasmani;
- b. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial, dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama;
- c. Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar Pendidikan jasmani;
- d. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga;
- e. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga seperti uji diri/senam, aktivitas ritmik, akrobatik, dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*);
- f. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan berbagai aktivitas jasmani dan olahraga;
- g. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain;
- h. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat;
- i. Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat kreatif.

Berdasarkan kurikulum pendidikan jasmani, tujuan dari Pendidikan jasmani sendiri berbeda-beda dari setiap jenjangnya. Menurut M. Furqon (2007: 3-4) pendidikan jasmani sekolah dasar bertujuan agar siswa memiliki kemampuan sebagai berikut:

- a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam mengembangkan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga,
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan

pengembangan psikis yang lebih baik, c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis, f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan, g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Berdasarkan berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa, tujuan pendidikan jasmani adalah pembelajaran pendidikan dengan aktivitas jasmani sebagai obyek pembelajaran, dapat memberi kesempatan lebih luas pada siswa untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan gerak dasar dan keterampilan dasar cabang olahraga, mengembangkan sikap *sportif*, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan pada akhirnya mampu meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

## **5. Hakikat Bermain dan Permainan**

### **a. Bermain**

Bermain merupakan aktivitas yang mengembirakan yang mempunyai arti dalam kehidupan anak yaitu mampu membawa anak ke perubahan yang baik dalam berbagai aspek kehidupan. Bermain menurut (Johan Huizinga, 1990: 39) “Bermain merupakan suatu perbuatan atau kegiatan sukarela, yang dilakukan dalam batas-batas ruang dan waktu tertentu yang sudah ditetapkan, menurut aturan yang telah diiterima secara sukarela tapi mengikat sepenuhnya, dengan tujuan dalam dirinya, disertai oleh perasaan tegang dan gembira, dan kesadaran lain daripada kehidupan sehari-hari”. Di dalam *Oxford English Dictionary* ada 116 definisi tentang bermain

sebagai kegiatan yang dilakukan berulang-ulang demi kesenangan, bermain bukan hanya dilakukan untuk kesenangan melainkan ada sasaran yang ingin dicapai yaitu prestasi.

Bermain adalah kegiatan yang membantu anak berkembang menjadi manusia. Bermain sebagai bahasa alami seorang anak. Dalam bermain, anak bisa memperhatikan kemampuannya, minat dan sikapnya, kedewasaannya dan responnya terhadap semua. Bumbu-bumbu vital dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, maupun sosial anak. Manfaat dari bermain bagi siswa sekolah dasar diantaranya untuk meningkatkan: 1) perkembangan fisik, 2) perkembangan motorik kasar dan halus, 3) perkembangan aspek sosial, 4) perkembangan aspek emosi atau kepribadian, 5) perkembangan aspek kognisi, 6) mengasah ketajaman penginderaan, 7) mengembangkan keterampilan olahraga.

Dalam hal ini bermain aktif merupakan kegiatan yang memberikan kesenangan dan kepuasan pada anak melalui aktivitas yang mereka lakukan sendiri. Kegiatan yang melibatkan banyak aktivitas tubuh atau gerakan-gerakan tubuh. Dan juga yang disebut bermain pasif kegiatan ini memberikan kesenangan dan kepuasan bukan berdasarkan kegiatan yang dilakukan sendiri. Kegiatan yang tidak terlalu banyak melibatkan aktivitas fisik. Berbeda halnya dengan bermain intelektual dimana kegiatan bermain ini memerlukan pemikiran serta konsentrasi yang terpusat. Hal ini tidak berani bermain yang lain tidak memerlukan intelektual.

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan suatu aktivitas fisik yang menyenangkan dan dapat mengembangkan keterampilan, perkembangan dan pertumbuhan siswa.

## **b. Permainan**

Permainan merupakan salah satu dari banyak wahana untuk membawa anak kepada hidup bersama atau bermasyarakat. Anak akan memahami dan menghargai dirinya dan temannya. Pada anak yang bermain, akan tumbuh rasa kebersamaan yang sangat baik pembentukan rasa sosialnya. Dalam permainan akan menekankan pada kalah atau menang berbeda dengan bermain yang tidak menekankan kalah atau menang, dalam permainan sifatnya bebas, lebih sedikit lengkap dari bermain, permainan cenderung menetap pada batas waktu dan ruang, adanya strategi atau taktik dalam sebuah permainan.

Pengelompokan permainan berdasarkan sifat permainannya di bagi sebagai berikut: 1) permainan untuk mengembangkan fantasi, 2) permainan untuk mengembangkan kemampuan berpikir, 3) permainan untuk mengembangkan rasa seni, 4) permainan untuk mengembangkan kemampuan Bahasa, 5) permainan untuk mengembangkan aspek-aspek fisik (permainan untuk meningkatkan kekuatan, ketahanan, ketangkasan, dan reaksi). Dalam permainan juga dikelompokkan berdasarkan alat yang digunakan ada permainan tanpa alat dan permainan dengan alat. Permainan dengan alat di antaranya permainan dengan bola yaitu permainan bola kecil dan bola besar. Sedangkan permainan alat non bola di antaranya ada; permainan dengan balok, tongkat, sapu tangan, simpai, gada, dan pita. Dan yang terakhir ada permainan dengan alat disebut dengan permainan perkakas.

Dalam permainan anak akan mempunyai suasana yang tidak hanya mengungkapkan fantasinya saja, tetapi juga akan mengungkapkan semua sifat aslinya. Dalam permainan anak-anak dapat mengungkapkan segala macam

emosinya dan sesuai dengan yang diperolehnya saat itu jenis emosi yang diungkapkannya serta tidak mengarah pada prestasi. Hal ini permainan akan mendasari kerjasama, taat kepada peraturan permainan, pembinaan watak jujur dalam bermain, dan semuanya ini akan membentuk sifat "*fair play*" (jujur, sifat ksatria atau baik) dalam bermain.

Dapat disimpulkan bahwa permainan merupakan wahana untuk anak dirancang untuk meningkatkan keterampilan, dan mengandung nilai pendidikan karena melalui permainan anak dapat belajar mengembangkan berbagai aspek yang ada.

## **6. Model Permainan Sirkuit**

Aspek perkembangan anak dapat dikembangkan melalui pendidikan dengan adanya pengetahuan dan pemahaman mengenai pertumbuhan dan perkembangan anak. Metode pembelajaran yang menarik bagi anak sangat diharapkan untuk mengembangkan aspek perkembangan anak. Menurut Sujiono, (2010: 66) menyatakan bahwa "model merupakan kerangka konseptual yang bersifat prosedural baik berupa rancangan atau gambaran digunakan sebagai acuan dalam pengembangan program kegiatan bermain bagi anak". Dengan demikian, model permainan adalah suatu kegiatan bermain anak yang ada prosedurnya dengan menggunakan media atau alat.

Perkembangan fisik anak dapat ditandai pada perkembangan motorik anak baik motorik halus maupun motorik kasar (Susanto, 2011: 33). Bermain dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar maupun motorik halus sebagai sarana latihan mengkoordinasikan latihan gerak pada anak. (Susanto, 2011: 110). Model

bermain dikemas berbeda-beda pada permainan sirkuit yang mengadopsi dari bentuk latihan sirkuit. Pendapat Suharjana (2013: 70) pendapatnya “latihan sirkuit adalah suatu bentuk atau model atau metode dalam program latihan yang terdiri dari beberapa stasiun atau pos dan disetiap stasiun seorang atlet melakukan jenis latihan yang telah ditentukan”. Dengan demikian, latihan sirkuit merupakan serangkaian beberapa pos yang bentuk latihannya disusun dalam lingkaran. Latihan sirkuit (*circuit training*), dengan kreatifitas pendidik dapat mendesain suatu sirkuit yang paling cocok untuk cabang olahraga tertentu.

Kegiatan ini merupakan bentuk sirkuit yaitu merupakan modifikasi dari latihan sirkuit yang memiliki pengertian kegiatan dari serangkaian bentuk latihan yang dilakukan sekaligus dalam bentuk bermain, setiap kegiatan atau pos akan memunculkan latihan gerak dasar sehingga siswa diharapkan tidak merasa bosan dan merasa senang dengan model pembelajaran seperti ini dan dapat mengoptimalkan keterampilan gerak siswa sekaligus meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa. Dengan demikian permainan sirkuit merupakan serangkaian beberapa pos yang terdiri dari unsur-unsur fisik yang dapat dilatih. Mengacu pada teori tersebut, peneliti ingin mengaplikasikan pada siswa kelas bawah yaitu kelas III. Dalam kesehariannya anak tidak terlepas dari bermain maka latihan sirkuit ini dimodifikasikan dengan permainan sirkuit. Jadi permainan sirkuit mengadaptasi dari bentuk latihan sirkuit, yang bertujuan untuk mengembangkan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

## **7. Keterampilan Gerak Dasar**

Setiap manusia yang terlahir dibekali dengan keterampilan gerak, sehingga dalam melakukan aktivitasnya memerlukan gerakan. Bisa dinamakan gerak apabila ada perubahan posisi dalam ruang, waktu, terhadap bagian tubuh lainnya. Dalam pertumbuhan anak dikenal dengan "gerak fundamental multilateral" yaitu dalam penjas mengembangkan tiga unsur lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif (Bucher, 1983: 13).

### **a. Keterampilan Locomotor**

Keterampilan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti, lompat dan loncat. Keterampilan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, meloncat, meluncur, melompat, melayang, memanjat, dan berjingkrak.

### **b. Keterampilan Non lokomotor**

Keterampilan non lokomotor dilakukan ditempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Keterampilan non lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong, dan menarik, mengangkat dan menurunkan, memutar, melingkar, melambungkan, membungkuk, meregang, berhenti, mendarat, dan keseimbangan.

### **c. Keterampilan Manipulatif**

Keterampilan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek (Hidayat, 2017: 23). Keterampilan gerak yang dilakukan dengan menggunakan objek. Menurut Suyantini (2013: 3) "keterampilan gerak manipulatif merupakan gerakan yang memerlukan koordinasi dengan ruang dan benda yang ada disekitarnya atau aktivitas yang dilakukan tubuh dengan bantuan

alat”. Keterampilan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari organ tubuh juga dapat digunakan. Manipulasi objek jauh lebih unggul dari pada koordinasi mata-kaki dan tangan-mata, yang mana cukup penting untuk item; berjalan (gerak langkah) dalam ruang. Keterampilan manipulatif diantaranya: melempar, menangkap, menendang, menyerang, melambung, bergulir, dan menggelinding. Bentuk-bentuk keterampilan manipulatif terdiri:

- 1) Gerak mendorong (melempar, memukul, menendang).
- 2) Gerakan menerima (menangkap) objek adalah keterampilan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola.
- 3) Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

Pendapat Sugiyanto (dalam Teguh 2006: 21) keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien, perwujudan dari keterampilan gerak dari kualitas koordinasi dan kontrol tubuh dalam melakukan gerakan. Keterampilan gerak yang diperoleh melalui proses belajar dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang dengan kesadaran pikiran benar tidaknya gerak yang telah dilakukan. Pendapat Djoko Pekik Irianto (2002: 81), “keterampilan dasar merupakan gerakan yang dilakukan pada lingkungan atau sasaran yang sederhana atau diam, misalnya saat menendang bola ditempat”. Keterampilan gerak diperoleh dari sebuah proses belajar yaitu dengan memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang dengan kesadaran pikir terhadap benar tidaknya gerakan yang telah dilakukan. Dalam pembelajaran di sekolah dasar sangat penting dalam memperhatikan gerak dasar pada siswa terutama gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Keterampilan

gerak dasar yang memerlukan aktivitas gerak harus dipelajari supaya siswa mendapatkan gerakan yang benar. Seseorang dikatakan terampil apabila dapat beraktivitas sesuai dengan dengan yang benar.

Dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak dasar adalah kemampuan siswa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan yang dikenal dengan "gerak fundamental multilateral" yaitu dalam pendidikan jasmani mengembangkan tiga unsur lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

## **8. Karakteristik Anak Sekolah Dasar**

Karakteristik mental dan fisik siswa sekolah dasar berdasarkan pada usianya dibagi menjadi tiga kategori: 1) Siswa SD kelas 1 dan 2 (berusia antara 6-7 tahun); 2) Anak SD kelas 3 dan 4 (berusia antara 8-9 tahun; Siswa kelas 5 dan 6 (berusia 9-11 tahun). Karakteristik anak usia sekolah dasar, guru perlu mengetahui keadaan siswa khususnya pada tingkat sekolah dasar. Anak usia sekolah dasar dapat ditandai oleh tiga dorongan ke luar yang besar, diantaranya (1) kepercayaan anak untuk keluar rumah dan masuk dalam kelompok sebaya (2) kepercayaan anak untuk memasuki dunia permainan dan kegiatan memerlukan keterampilan fisik (3) kepercayaan mental untuk memasuki dunia konsep, logika, dan simbolis dan komunikasi orang dewasa.

Karakteristik anak sekolah dasar merupakan keseluruhan dari pola kelakuan dan kemampuan yang ada pada siswa sebagai hasil dari pembawaan dari lingkungan sosial sehingga dapat menentukan pola aktivitas dalam meraih cita-citanya. Menurut (Kurniasih dan Sani, 2017: 66-67) karakteristik anak sekolah

dasar perlu diketahui oleh guru untuk mengetahui keadaan siswa sekolah dasar.

Karakteristik anak sekolah dasar sebagai berikut:

a. Senang Bermain

Karakteristik ini menuntut guru untuk melaksanakan kegiatan pendidikan yang bermuatan permainan lebih-lebih untuk kelas rendah. Guru sekolah dasar diharapkan merancang model pembelajaran yang memungkinkan adanya unsur permainan di dalamnya.

b. Senang Bergerak

Orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan anak sekolah dasar dapat duduk dengan tenang paling lama sekitar 30 menit. Oleh karena itu, guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah atau bergerak.

c. Senang Bekerja dalam Kelompok

Anak sekolah dasar dalam pergaulannya dengan kelompok sebaya, mereka dapat belajar aspek-aspek penting dalam proses sosialisasi, seperti: belajar memenuhi aturan-aturan kelompok, belajar belajar tidak tergantung pada diterimanya di lingkungan, belajar setia kawan, belajar menerima tanggung jawab, belajar bersaing dengan orang lain secara sehat, dan mempelajari olahraga. Guru dituntut untuk bisa merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak untuk bekerja atau belajar dalam kelompok, serta belajar mengenai keadilan dan demokrasi. Karakteristik ini, guru harus merancang model pembelajaran yang membuat anak untuk belajar dalam kelompok.

d. Senang Merasakan atau Melakukan Sesuatu secara Langsung

Ditinjau dari teori perkembangan kognitif, anak sekolah dasar memasuki tahap operasional konkret. Apa yang dipelajari di sekolah, anak dapat belajar menghubungkan konsep-konsep baru dengan konsep-konsep yang lama. Siswa dapat membentuk konsep-konsep tentang angka, ruang, waktu, fungsi-fungsi badan, moral, dan sebagainya. Bagi anak sekolah dasar, penjelasan dari guru mengenai materi pelajaran akan lebih mudah dipahami jika anak melaksanakan dengan sendiri. Dengan demikian, guru sebaiknya merancang model pembelajaran yang membuat anak terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

## **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Tujuan dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan supaya penelitian yang dilakukan menjadi lebih jelas. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Kristi Utami. (2020) yang berjudul: Pengembangan Model Aktivitas Jasmani Melalui Permainan Sirkuit Untuk Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas Bawah. Penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan model permainan sirkuit untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa kelas bawah di Sekolah Dasar. Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah sebuah model pembelajaran. Prosedur atau langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: 1) melakukan analisis produk yang akan dikembangkan, 2) mengembangkan produk awal, 3) uji validasi ahli dan uji reliabilitas produk, 4) uji coba skala kecil dan luas, 5) revisi produk, 6) penyusunan produk final. Hasil akhir dalam penelitian ini berupa aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit

yang terdiri dari: 1) mempersiapkan tempat dan peralatan, 2) kegiatan awal/pemanasan, 3) kegiatan inti yang terdiri dari 5 pos permainan yaitu Lampu Lalu Lintas, Topi Kerucurku, Balap Engklek, Tongkat Berjalan, dan Terowongan Bola, 4) kegiatan penutup/pendinginan.

2. Rohman Hamidan. (2018) yang berjudul: Pengembangan Model Permainan Tanpa Alat untuk Mengembangkan Kemampuan Gerak Lokomotor Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model permainan tanpa alat pada gerak dasar lokomotor siswa SD N I Gondang, SD N II Gondang, MI Basin Kebonarum Klaten, sehingga model permainan tanpa alat tersebut dapat digunakan untuk membantu proses pembelajaran serta dapat mengembangkan gerak dasar lokomotor. Penelitian dan pengembangan ini mengacu pada langkah-langkah Borg & Gall yang menyederhanakan 10 langkah pengembangan yang dibagi menjadi 2 bagian utama, yaitu 1) studi pendahuluan, dan 2) tahap pengembangan produk. Pada skripsi ini peneliti menghasilkan produk yang dikemas dalam bentuk DVD dan buku panduan berupa permainan tanpa alat yaitu: Awas Ranjau, Mencari Rumah, Siap Siaga, Siapa Cepat Di Dapat, Ular Naga.

### **C. Kerangka Berpikir**

Siswa sekolah dasar dengan usia 6-12 tahun merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak yang penting, pada masa perkembangan fisik sering terjadi kecenderungan yang berbeda dibandingkan pada masa sebelumnya dan masa sesudahnya. Perbedaan kecenderungan ini terjadi dalam hal kepesatan dan pada pola pertumbuhan yang berkaitan dengan proporsi ukuran bagian-bagian tubuh

setiap anak. Terlebih pada saat pandemi seperti ini pembelajaran terkhusus pada mata pelajaran PJOK sangat terbatas, tingkat kebugaran jasmani anak sangat berbeda terlebih anak menjadi sulit bergerak dan motorik anak menurun.

Hal ini sangat penting untuk memberikan kepada proses pembelajaran yang akan digunakan dalam kegiatan pembelajaran anak. Dari proses pembelajaran tersebut, membutuhkan model pembelajaran untuk menunjang hasil kegiatan pembelajaran. Model pembelajaran merupakan suatu konsep panduan atau pedoman yang digunakan dalam merancang pembelajaran, bahan pembelajaran, membimbing proses pembelajaran dan mengorganisasikan pengalaman pembelajaran yang ada. Fakta yang ada di lapangan, kurangnya guru dalam memberikan inovasi aktivitas permainan gerak dasar, dan minimnya keterampilan anak dalam bergerak. Kesiapan guru untuk mengembangkan model pembelajaran agar dapat diberikan kepada anak agar dapat diberikan kepada anak agar proses pembelajaran menjadi lebih menarik. Hal ini perlunya model pengembangan pembelajaran untuk memajukan pembelajaran yang ada.

Dasar model permainan sirkuit untuk pengembangan keterampilan gerak dasar siswa kelas III dalam Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar terdapat pada semester 1 Kompetensi Dasar 4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, 4.2 Mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, 4.3 Mempraktikkan kombinasi

gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

Tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar merupakan salah satu jenjang pendidikan yang dapat meningkatkan dan keterampilan gerak dasar. Gerak dasar pada umumnya dibagi menjadi tiga bagian yaitu gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Pihak sekolah terutama guru harus memperhatikan pengembangan gerak dasar pada siswanya dapat dilakukan dengan suatu permainan, karena mengingat masa-masa anak usia sekolah dasar adalah suka bermain dan aktif. Permainan yang diberikan dapat berupa permainan sirkuit yang diberikan kepada siswa, sebagai upaya dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar, khususnya pada gerak dasar. Melalui pengembangan model pembelajaran dengan permainan sirkuit ini menjadi salah satu model pengembangan pembelajaran yang dapat memberikan variasi baru dalam model pembelajaran untuk mengembangkan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar kelas III.

Berdasarkan permasalahan tersebut, untuk memperoleh model pembelajaran melalui terapan penelitian dari Borg & Gall perlu dikembangkan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Studi kepustakaan dan lapangan
2. Menyusun draf model berdasarkan studi lapangan dan Pustaka serta validasi oleh ahli
3. Uji coba draf yang telah di validasi
4. Uji efektivitas

## 5. Produk final

Studi kepustakaan dimaksudkan untuk memperoleh konsep teoritis tentang model permainan sirkuit untuk anak sekolah dasar kelas bawah yaitu kelas III yang dapat meningkatkan gerak dasar. Studi lapangan dimaksud untuk memperoleh data empiris tentang kondisi lapangan terkait dengan kemampuan guru, kemampuan siswa, serta proses pembelajarannya. Peneliti bermaksud mengembangkan model pembelajaran yang berbasis permainan sirkuit adalah media pembelajaran yang dituangkan dalam video pembelajaran dan buku panduan kegiatan anak dalam proses pembelajaran yang dijadikan media untuk memperlancar kegiatan pembelajaran.

### **D. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah dan kerangka berpikir yang telah dikemukakan sebelumnya, maka pertanyaan penelitian yang diajukan sebagai berikut:

1. Apakah model permainan yang dikembangkan sesuai dengan karakteristik siswa kelas III?
2. Apakah model permainan yang dikembangkan menarik dan mudah dilaksanakan?
3. Apakah model permainan yang dikembangkan efektif untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III?.

## **BAB III**

### **METODE PENGEMBANGAN**

#### **A. Model Pengembangan**

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan, menurut Mulyatiningsih (2011) penelitian dan pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk baru melalui proses pengembangan. Sesuai dengan pendapat Borg dan Gall (1983: 772) bahwa “penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk dalam pendidikan dan pembelajaran untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk”. Sama halnya dengan pendapat Wasis D. Dwiwogo (2004: 4) menyatakan bahwa “penelitian dan pengembangan merupakan suatu jenis penelitian yang berorientasi pada sebuah produk”. Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjembatani kesenjangan penelitian yang lebih banyak menguji teori kearah menghasilkan produk-produk yang dapat digunakan langsung oleh para pengguna.

Penelitian menggunakan model pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi suatu proses dalam pendidikan dan pembelajaran. Model penelitian pengembangan menurut (Borg & Gall, 2007: 589-594) yaitu:

1. Studi pendahuluan dan pengumpulan data (kajian pustaka, pengamatan lapangan, membuat kerangka kerja penelitian).
2. Perencanaan (tujuan penelitian, dana, waktu, prosedur penelitian, berbagai bentuk partisipasi).
3. Mengembangkan produk awal (perencanaan draf awal produk)
4. Memvalidasi produk (produk divalidasi oleh ahli untuk menentukan layak dan tidaknya produk untuk diuji cobakan).
5. Uji coba awal (mencoba draf produk ke wilayah dan subyek yang terbatas)
6. Revisi untuk menyusun produk utama.
7. Uji coba lapangan utama (uji coba ke wilayah dan subyek yang lebih luas).
8. Revisi untuk menyusun produk operasional.
9. Uji coba produk operasional (uji efektif produk).

10. Revisi produk final (revisi produk yang efektif).

Model pengembangan dalam penelitian ini, berupa model prosedural yang bersifat deskriptif, karena dalam penelitian ini menggariskan atau menggunakan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk yang berupa langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk yang berupa model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar bagi siswa kelas yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan atau karakteristik siswa sekolah dasar, yang disusun secara sistematis dengan langkah-langkah pengembangan.

### **B. Prosedur Pengembangan**

Prosedur pengembangan merupakan langkah-langkah yang harus diikuti sebelum menghasilkan sebuah produk. (Borg & Gall, 1983: 59) menyatakan pada dasarnya prosedur penelitian dan pengembangan terdiri dari dua tujuan utama, yaitu mengembangkan produk dalam mencapai tujuan (fungsi validasi). Prosedur atau langkah-langkah penelitian dan pengembangan tidak harus menggunakan langkah-langkah baku yang harus diikuti, tetapi setiap pengembangan dapat memilih dan menentukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapinya.

Prosedur pengembangan dalam penelitian ini mengadopsi dari tahapan penelitian pengembangan Borg & Gall. Penelitian pengembangan ini dimodifikasi menjadi dua tahap, yaitu: tahap pendahuluan dan tahap pengembangan. Tahap pendahuluan meliputi melakukan kajian literatur, penelitian relevan, observasi, dan studi pendahuluan. Tahap pengembangan meliputi mengembangkan produk awal,

validasi, serta revisi ahli, uji coba skala kecil serta besar, dan produk final. Tahapan pengembangan yang telah dimodifikasi sebagai berikut:

### 1. Tahap Pendahuluan

Tahap pendahuluan ini berawal dari masalah yang terjadi pada saat pembelajaran yang dilakukan disekolah oleh guru bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan, tahap pendahuluan ini dilakukan untuk mengidentifikasi masalah yang terkait dengan proses pembelajaran, kajian literatur, penelitian yang relevan dan studi lapangan. Hasil dari tahap pendahuluan ini adalah sebagai dasar penelitian pengembangan model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar.

#### a. Kajian Literatur dan Penelitian yang Relevan

Kajian literatur dilakukan materi pembelajaran, model pembelajaran, dan karakteristik anak sekolah dasar. Kajian penelitian yang relevan dilakukan terhadap hasil penelitian atau pengembangan terkait materi pembelajaran, model pembelajaran, dan karakteristik siswa sekolah dasar.

#### b. Observasi dan Studi Lapangan

Observasi dan studi lapangan merupakan kegiatan awal untuk memperoleh data atau informasi. Observasi dilakukan terhadap guru, siswa, keadaan di sekolah dan proses pembelajaran. Observasi dilakukan untuk memperoleh data terkait pelaksanaan pembelajaran.

### 2. Tahap Pengembangan

Tahap pengembangan dibagi menjadi beberapa langkah, yaitu: produk awal, validasi serta revisi ahli, uji coba skala kecil serta besar, dan produk final. Adapun penjelasan dari langkah-langkah pada tahap pengembangan sebagai berikut:

a. Mengembangkan Produk Awal (Draf Model)

Tahap ini peneliti mulai menyusun dan menciptakan suatu produk guna membantu guru-guru Penjas, orang tua, dan anak untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar. Produk yang dibuat merupakan produk awal dan dalam pengembangannya dilakukan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Analisis muatan kurikulum sekolah dasar agar produk yang dirancang tetap fokus pada koridor kurikulum.
- 2) Analisis karakteristik siswa kelas III sekolah dasar.
- 3) Analisis tujuan pengembangan model permainan sirkuit.

b. Validasi Ahli

Validasi ahli dilakukan sebelum produk yang dikembangkan diuji keefektivitasnya kepada siswa. Para ahli yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1 Dosen dan 2 Guru Pendidikan Jasmani.

c. Uji Coba Skala Kecil

Uji coba produk model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar diawali dengan uji coba skala kecil. Hasil dari uji coba akan digunakan untuk merevisi model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar yang didokumentasikan yang kemudian akan dinilai oleh para ahli dan diuji coba dilapangan menggunakan lembar evaluasi.

d. Revisi Uji Skala Kecil

Revisi yang dimaksudkan agar model permainan tanpa alat yang dikembangkan layak diuji kembali pada uji lapangan skala besar. Saran dan kritik yang diberikan oleh ahli akan ditindaklanjuti dengan melakukan revisi produk, selain itu saran dari guru-guru juga akan dipertimbangkan guna mengembangkan produk.

e. Uji Coba Skala Besar

Tidak ada yang berbeda dalam uji coba skala kecil dan skala besar secara keseluruhan, namun subjek dalam skala besar lebih banyak dibandingkan dengan subjek skala kecil.

f. Revisi Uji Coba Skala Besar

Revisi yang dilakukan pada uji coba lapangan skala besar dilakukan agar tahap pembuatan produk final dapat dilakukan. Revisi ditahap ini dilakukan berdasarkan hasil evaluasi di lapangan selama proses uji coba, selain itu, kritik dan saran dari guru beserta siswa menjadi salah satu pertimbangan adanya revisi yang dilakukan. Produk operasional penelitian pengembangan ini berupa rubrik penilaian atau instrument yang dapat digunakan untuk mengevaluasi hasil pembelajaran pada model permainan sirkuit untuk siswa kelas III sekolah dasar. Beberapa langkah di atas dianggap cukup untuk melihat pengaruh produk yang dikembangkan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar. Tahap ini bertujuan menyusun dan membuat produk akhir atau produk final berupa buku panduan model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan siswa kelas III sekolah dasar dan berupa video aktivitas bermain dengan model permainan sirkuit.

## **C. Desain Uji Coba Produk**

### **1. Desain Uji Coba**

Untuk uji coba produk dalam penelitian ini menggunakan dua (2) tahap yang akan dilalui, yaitu uji skala kecil dan uji skala besar. Sebelum dilaksanakan uji coba lapangan. Terlebih dahulu produk ini dimintakan validasi kepada guru dan para ahli, dalam tahap ini para ahli akan memberikan penilaian terhadap draf model yang telah disusun, sehingga akan mengetahui apakah model yang disusun layak untuk diuji cobakan di lapangan.

Draf yang sudah divalidasi para ahli, direvisi sesuai dengan saran dari para ahli sehingga layak untuk diuji cobakan. Jika masih terdapat kelemahan dalam draf model ini maka akan dilakukan perbaikan desain. Kemudian dalam tahap uji coba di lapangan peran dari para ahli adalah untuk mengobservasi kelayakan draf model yang telah disusun dengan kenyataan dilapangan. Setelah uji coba skala luas maka akan diperoleh draf model yang benar-benar valid.

### **2. Subjek Uji Coba**

Subjek uji coba merupakan sasaran pemakai produk yaitu siswa kelas III SD Negeri Jigudan, SD Negeri Ciren, dan SD Negeri Salam.

### **3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil kuesioner yang berupa masukan dan saran dari para ahli (dosen) dan guru PJOK, untuk pembenahan atau revisi produk.

### **4. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif, ada dua macam teknik analisis data deskriptif yang dilakukan, yang pertama yaitu analisis data deskriptif kuantitatif, analisis ini dilakukan untuk menganalisis data hasil observasi para ahli terhadap kualitas draf model yang disusun dan dianalisis oleh para ahli sebelum pelaksanaan uji coba lapangan.

Yang kedua yaitu analisis data deskriptif kualitatif, analisis ini dilakukan terhadap data dari hasil observasi para ahli dalam memberikan saran ataupun masukan serta revisi terhadap model yang disusun terutama dalam tahap uji coba lapangan baik skala kecil maupun skala besar. Setelah melalui berbagai proses revisi, kemudian dilakukan penyusunan dari hasil pengembangan setelah melakukan uji lapangan skala kecil dan skala besar, yaitu pada pembuatan produk akhir atau produk final berupa buku panduan dan DVD pembelajaran model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar.

Draf permainan dianggap layak untuk diuji cobakan dalam skala kecil apabila ahli telah memberi validasi dan menyatakan bahwa semua item klasifikasi dalam skala nilai dinilai dengan memberi tanda centang (√) pada kolom (1,2,3,4). Penelitian ini bersifat pengembangan model, model dapat dikatakan diterima atau dapat digunakan harus melalui uji coba validasi dan reliabilitas. Validasi yang digunakan dalam uji validasi ahli adalah berdasarkan pada validasi isi. Pengujian reliabilitas model permainan sirkuit dan untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar bagi siswa kelas III sekolah dasar menggunakan reliabilitas pengamatan atau dengan mencari koefisien kesepakatan diantara pengamat. Pengujian reliabilitas

pengamatan menunjukkan pada pengertian bahwa menentukan reliabilitas instrumen dengan menggunakan kesepakatan antara beberapa pengamat atau juri. Untuk mencari indeks kesesuaian kasar (*Crude Index Agreement*), dengan rumus sebagai berikut:

$$IKK = n : N$$

Keterangan:

IKK : Indeks Kesesuaian Kasar

n : Jumlah kode yang sama

N : Banyaknya objek yang diamati

Sumber : Arikunto (1997: 202)

Indikator keberhasilan tindakan meliputi perubahan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa terlihat lebih aktif dan senang dalam mengikuti pembelajaran serta ditandai dengan peningkatan siswa pada pembelajaran. Minimal 75% dari jumlah siswa mencapai hasil belajar tuntas (KKM=75).

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN**

#### **A. Hasil Pengembangan Produk Awal**

##### **1. Konsep yang Mendasari Pengembangan Produk**

Dalam mengembangkan kemampuan gerak dasar merupakan tugas dari seorang guru Pendidikan Jasmani. Pengembangan keterampilan gerak dasar dapat dilakukan melalui bentuk-bentuk aktivitas jasmani yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Pengembangan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif di sekolah dasar kelas III, dapat dilakukan dalam bentuk bermain sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang senang bermain. Permainan sirkuit dikemas untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar dengan alat yang sederhana dan mudah didapat. Dengan hal tersebut, bentuk model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar sangat membantu dan dibutuhkan oleh guru. Oleh sebab itu, sangat diperlukan upaya nyata untuk mengembangkan model permainan sirkuit sebagai upaya untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar.

##### **2. Definisi Konseptual**

Berdasarkan konsep pengembangan model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif bagi siswa kelas III, maka definisi konseptual mengenai pengembangan model permainan sirkuit untuk mengembangkan gerak dasar dapat dirumuskan sebagai berikut: kesanggupan siswa dalam melakukan gerak untuk

mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif yang dikemas dalam bentuk permainan sirkuit.

### 3. Definisi Operasional

Berdasarkan konsep dan definisi konseptual yang mengenai model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, maka secara operasional yang dimaksudkan dengan pengembangan model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar adalah seperangkat permainan untuk mengembangkan keterampilan gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif yang disusun secara sistematis berdasarkan karakteristik siswa kelas III sekolah dasar dan tingkat kesulitan yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa sekolah kelas III.

Pengembangan produk awal mengenai model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar yang disusun berdasarkan definisi operasional. Dimensi atau unsur gerak dasar yang dikembangkan adalah sebagai berikut:

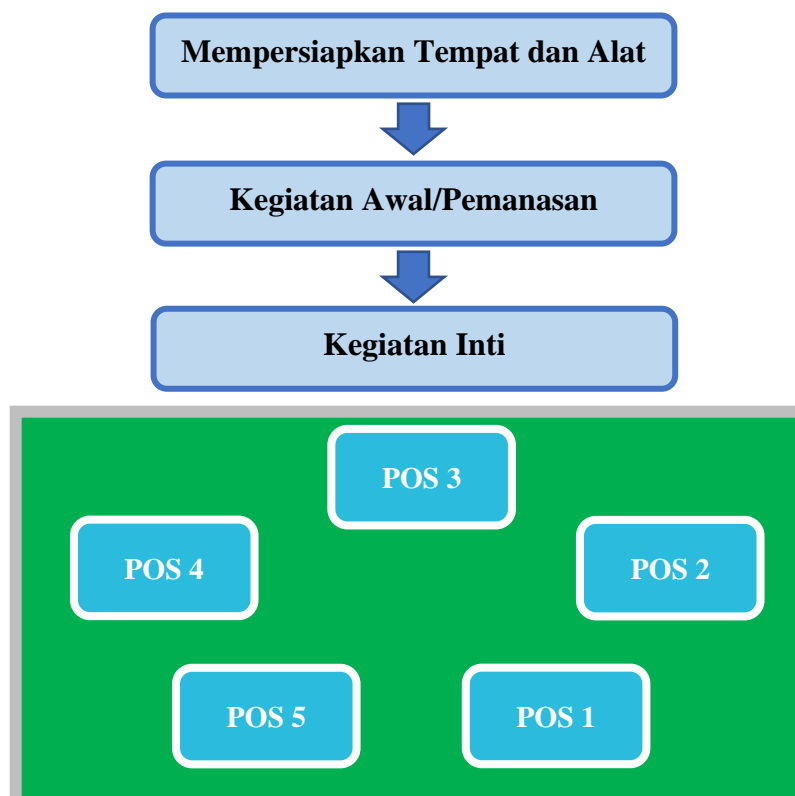
Tabel 1. Dimensi dan Unsur-unsur Gerak Dasar yang dikembangkan

No	Dimensi	Bentuk Aktivitas	Unsur Gerakan
1	Lokomotor	Keterampilan lokomotor untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas.	Jalan, lari, dan loncat
2	Non lokomotor	Keterampilan non lokomotor dilakukan ditempat tanpa ada ruang gerak yang memadai.	Membungkuk, meregang, keseimbangan.
3	Manipulatif	Keterampilan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai objek dan melibatkan koordinasi dengan ruang dan benda yang ada disekitar.	Melempar, menangkap, menggelindingkan

Berdasarkan dimensi dan unsur-unsur gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif yang akan dikembangkan di atas, maka disusunlah produk awal model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar. Adapun produk awal yang dikembangkan adalah sebagai berikut:

**MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN  
KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III  
SEKOLAH DASAR DRAF AWAL**

Pengembangan model pembelajaran melalui permainan sirkuit dapat dihasilkan sesuai kebutuhan yang ada. Hasil analisis berupa draf awal model pengembangan melalui permainan sirkuit adalah langkah-langkah pembelajaran. Gambaran desain awal pengembangan produk model pembelajaran melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar sebelum divalidasi oleh validator.





### **Kegiatan Penutup/Pendinginan**

Gambar 1. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Draf Awal

Desain produk dari desain awal model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar sebagai berikut:

Langkah-langkah pengembangan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit. Model pengembangan aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dilaksanakan secara bertahap mulai dari mempersiapkan halaman/lapangan, alat permainan, tahap selanjutnya pada kegiatan awal/pemanasan, dilanjutkan kegiatan dan yang terakhir tahap kegiatan penutup/pendinginan. Berikut penjelasannya.

#### **1. Mempersiapkan Halaman/Lapangan dan Alat Permainan**

Model aktivitas jasmani ini membutuhkan ruang gerak yang cukup luas. Karena permainan sirkuit terdiri dari beberapa pos yang mengemas berbagai model permainan. Jadi dapat memastikan tempat yang digunakan memungkinkan untuk dilakukan permainan sirkuit. Peralatan juga sangat diperhatikan dalam sebuah pembelajaran terutama yang digunakan dalam permainan sirkuit di data sesuai kebutuhan setiap posnya.

#### **2. Kegiatan Awal/Pemanasan**

Pada kegiatan awal pembelajaran siswa berdoa terlebih dahulu dan melakukan pemanasan lamanya 15 menit untuk mempersiapkan kondisi fisik siswa. Tujuan dari pemanasan untuk meningkatkan suhu tubuh dan melenturkan anggota tubuh siswa agar tidak kaku dan meminimalisir terjadinya cedera saat melakukan aktivitas gerak dasar.

### **3. Kegiatan Inti**

Kegiatan inti pada model pembelajaran melalui permainan sirkuit lamanya kegiatan 50 menit. Permainan sirkuit terdiri dari 5 pos setiap pos waktu kegiatannya 10 menit. Setiap pos memiliki tujuan perkembangan yang berbeda dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar mulai dari lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Sebelum permainan dimulai, siswa diberikan arahan mengenai aturan dan langkah-langkah cara bermain dalam permainan sirkuit setiap posnya. Siswa melakukan aktivitas permainan sirkuit dimulai dari pos 1 sampai pos 5 secara berurutan. Setiap pos mengandung unsur pengembangan keterampilan gerak dasar. Kegiatan inti dalam model pengembangan keterampilan gerak dasar melalui permainan sirkuit yaitu:

#### **1. Pos 1**

Nama : Bola Kereta

Jumlah pemain : Menyesuaikan

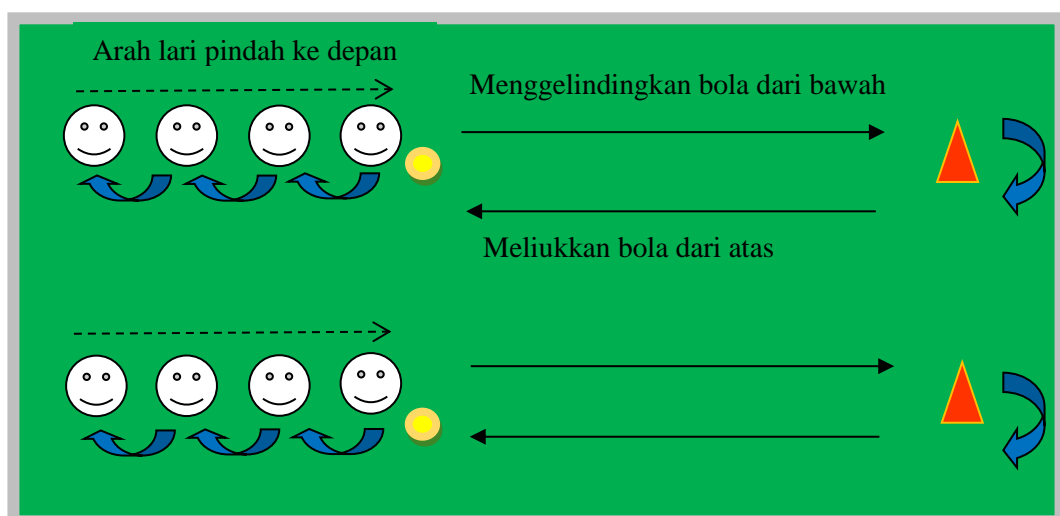
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak manipulatif, lokomotor, dan non lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang dengan posisi kaki membuka lebar dengan jarak siswa satu, dua dan seterusnya yaitu satu lengan.
- 2) Setiap kelompok mendapatkan satu bola tangan.

- 3) Siswa yang paling depan memberikan bola kepada temannya di belakang dengan menggelindingkan bola ke arah bawah dengan melewati kedua kaki yang dibuka lebar.
- 4) Siswa paling belakang menangkap bola kemudian lari ke depan menjadi siswa paling depan yang bertugas menggelindingkan bola ke teman belakangnya sampai melewati *cone*.
- 5) Setelah melewati *cone*, siswa yang paling depan bertugas memberikan bola ke temannya dengan meliukkan badan dan memberikan bola dari atas kepala.
- 6) Siswa yang dibelakang menerima bola dan memberikan kepada temannya dengan meliukkan badan melewati atas kepala.
- 7) Siswa paling belakang setelah menerima bola kemudian lari ke depan dan bertugas meliukkan bola ke belakangnya sampai semua siswa masuk digaris *finish*.
- 8) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah yaitu dengan lari keliling lapangan kecil.

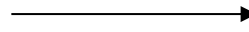


Gambar 2. Lapangan Permainan Bola Kereta Draf Awal

Keterangan:



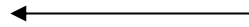
: Siswa



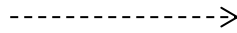
: Arah berjalan



: Bola



: Arah memberikan bola ke belakang



: Arah pindah



: Cone



: Arah melewati cone

## 2. Pos 2

Nama : Katak Mencari Makan

Jumlah pemain : Menyesuaikan

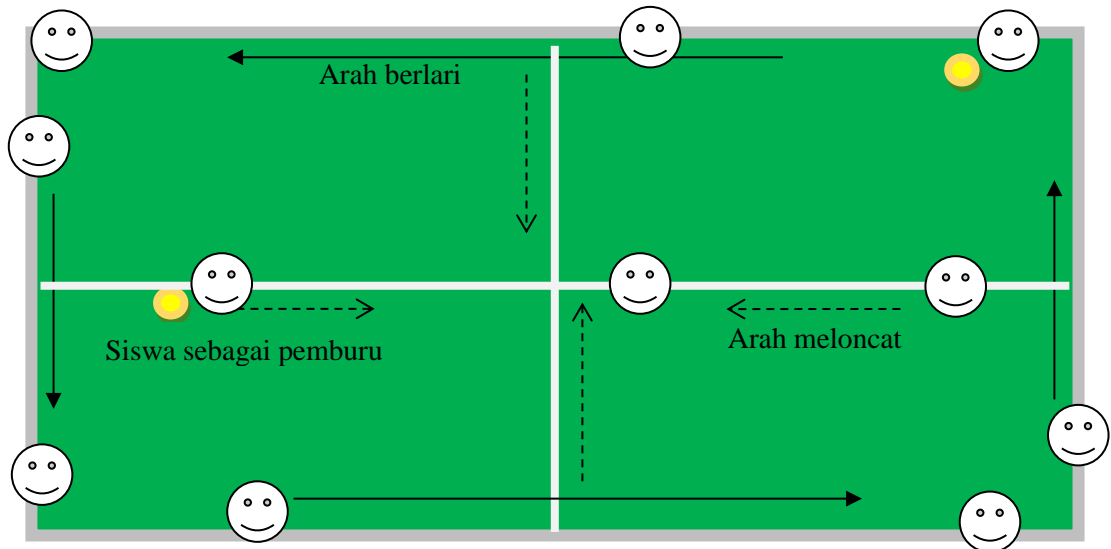
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar manipulatif dan lokomotor

Cara bermain :

- 1) Semua siswa berada didalam lapangan yang berbentuk persegi panjang dengan dua garis tengah.
- 2) Di dalam permainan ini siswa yang menjadi orang jaga atau sebagai katak yang bertugas memburu dengan menembak bola ke siswa lain yang menjadi makanan buruan katak yang ada di dalam lapangan.
- 3) Siswa lain harus menghindar dari siswa jaga atau katak agar tidak terkena lemparan bola.
- 4) Permainan ini harus berlari dengan melewati garis luar lapangan yang telah ditentukan dan meloncat pada saat melewati garis tengah lapangan.

- 5) Dalam permainan ini tidak diperbolehkan keluar garis saat berlari dan meloncat seperti kangguru.
- 6) Pemain yang terkena lemparan upan atau bola dari katak maka akan bergantian dan dia menjadi orang jaga atau katak yang memburu makan.



Gambar 3. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Draft Awal

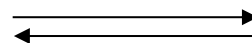
Keterangan:



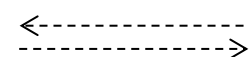
: Siswa



: Bola



: Arah berlari



: Arah meloncat

### 3. Pos 3

Nama : Kertas Melangkah

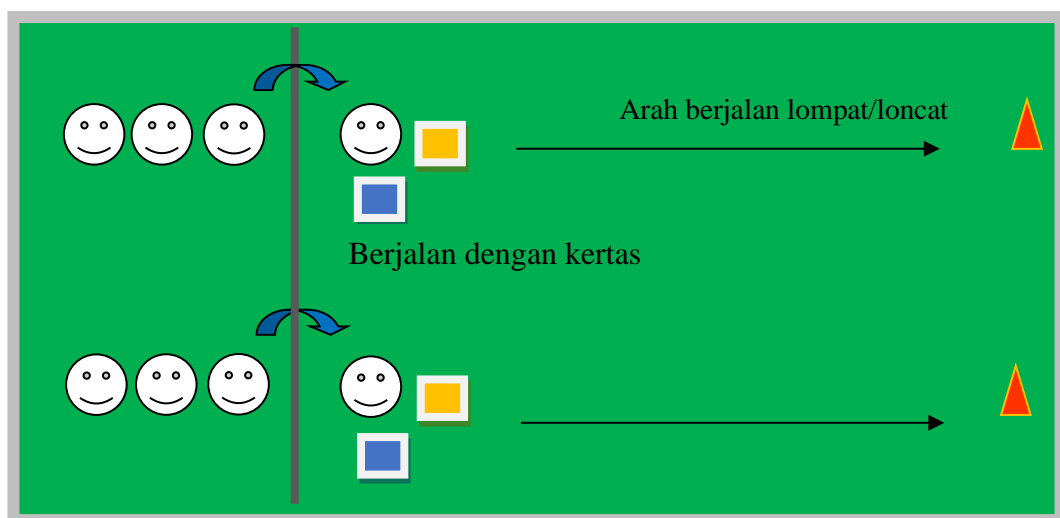
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang.
- 2) Setiap siswa mendapatkan dua kertas yang berbentuk persegi.
- 3) Kertas warna ini digunakan untuk alas siswa bergerak berjalan melangkah/ berjalan jongkok/ lompat dengan satu kaki/loncat.
- 4) Siswa yang paling depan mulai berjalan dengan menggunakan kertas untuk melangkah. secara bergantian.
- 5) Setelah 4 langkah siswa pertama berjalan, maka disusul oleh siswa berikutnya sampai *cone*.
- 6) Kelompok yang anggotanya lebih dulu sampai garis finish, maka dinyatakan sebagai pemenang.
- 7) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah dengan bernyanyi lagu daerah/nasional.



Gambar 4. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Draf Awal

Keterangan:



: Siswa



: Arah berjalan



: Siswa melewati garis



: Kertas warna



: Cone



: Garis start

#### 4. Pos 4

Nama : Bola Berpindah

Jumlah pemain : Menyesuaikan

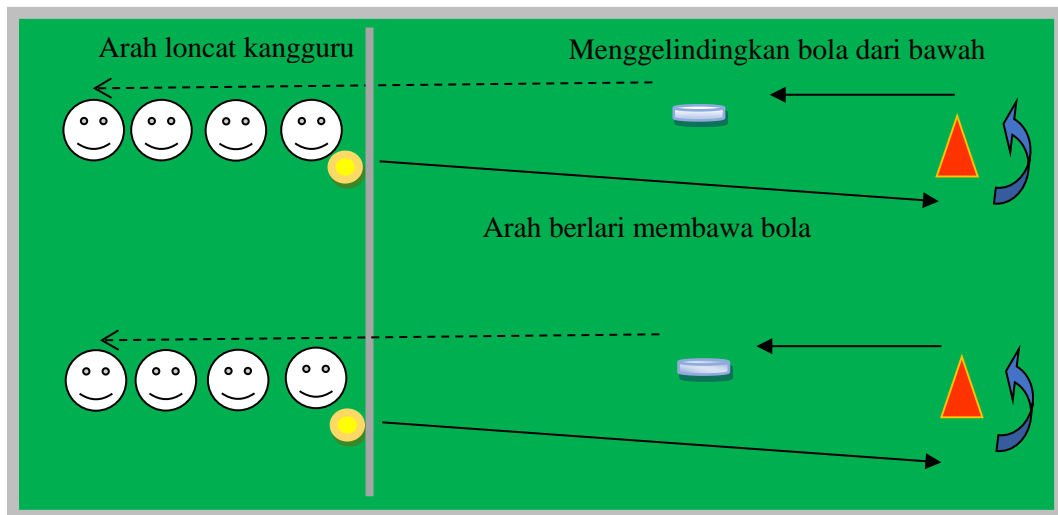
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang. Setiap kelompok mendapatkan satu bola tangan.
- 2) Setelah ada aba-aba dari guru siswa pada barisan pertama lari dengan membawa bola melewati *cone* yang diujung.
- 3) Kemudian setelah sampai di *cone* pendek siswa menggelindingkan bola kearah kelompoknya dan ditangkap oleh siswa di barisan kedua.
- 4) Setelah memberikan bola kepada temannya, siswa pertama dilanjutkan meloncat seperti kangguru dari *cone* pendek sampai barisan belakang kelompok. Permainan ini dilakukan sampai orang pertama tadi kembali pada barisan paling depan

- 5) Kelompok yang lebih dahulu menyelesaikan permainan ini sebagai pemenangnya. Kelompok yang kalah akan mendapat hadiah yaitu dengan meloncat banyak 5 kali.



Gambar 5. Lapangan Permainan Bola Berpindah Draft Awal

Keterangan:



: Siswa



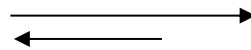
: Bola



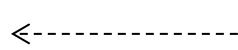
: Cone



: Cone pembatas



: Arah berlari



: Arah loncat kangguru



: Arah lari putari cone



: Garis start

## 5. Pos 5

Nama : Tembakan Bola Kelinci

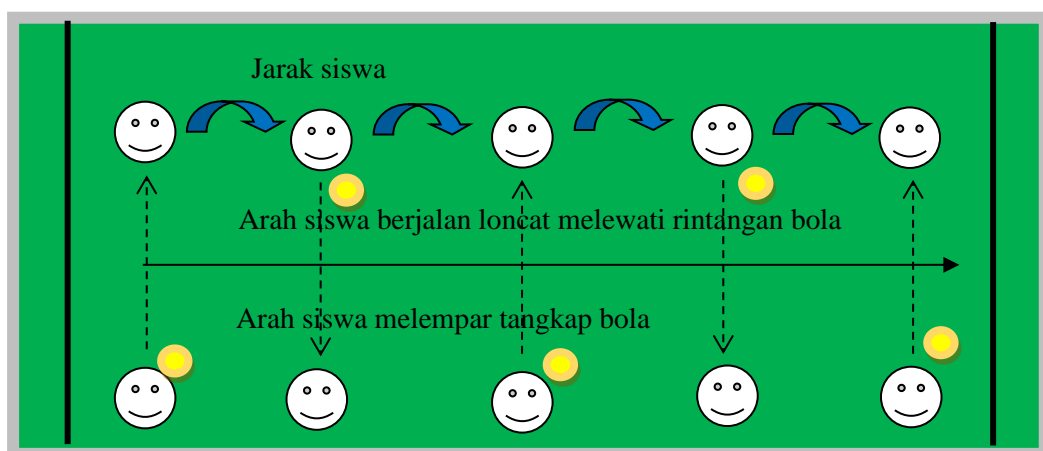
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, dan manipulatif

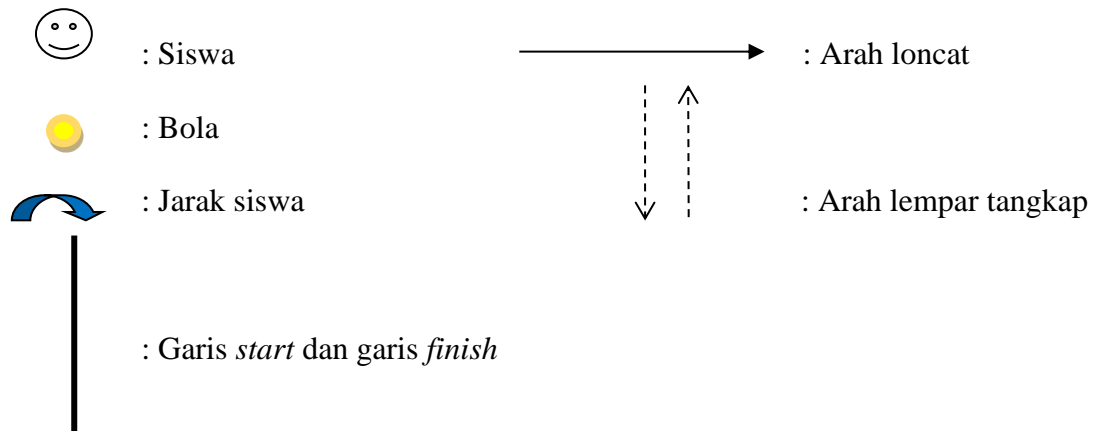
Cara bermain :

- 1) Siswa bermain Tembakan bola yaitu ada yang sebagai pelempar bola berpasangan dan meloncat seperti kelinci.
- 2) Siswa pelempar bola duduk jongkok berpasangan saling berhadapan dengan jarak 3 (tiga) meter bertugas melempar bola dengan cara menggulingkan/memantulkan dan menangkap bola dikembalikan lagi kepada pasangannya. Pasangan pelempar dan menangkap bola yang satu dengan lainnya ada jaraknya.
- 3) Siswa peloncat seperti kelinci harus melewati rintangan dari Tembakan bola yaitu berupa lemparan bola dari siswa pelempar dengan berjalan meloncat loncat seperti halnya kelinci. Siswa yang meloncat seperti halnya kelinci berusaha untuk tidak terkena bola dari Tembakan siswa pelempar. Sasaran Tembakan bola hanya boleh pada kaki saja.
- 4) Apabila ada siswa peloncat yang terkena bola Tembakan, maka bisa bergantian dengan siswa pelempar bola. Seperti ini dan seterusnya sampai semua siswa melakukan.



Gambar 6. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Draf Awal

Keterangan:



#### 4. Kegiatan Penutup/Pendinginan

Pada kegiatan penutup lama waktunya 5 menit yaitu berupa pendinginan yang dipandu oleh guru. Tujuan dari pendinginan ini yaitu merilekskan otot-otot setelah beraktivitas. Guru dapat mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan serta menutup pembelajaran dengan berdoa.

#### B. Hasil Uji Coba Produk

##### 1. Uji Validasi Ahli

Validasi yang digunakan dalam uji validasi ahli adalah berdasarkan pada validitas isi. Suharso (2012: 108) menjelaskan “validitas adalah pengukuran yang menunjukkan tingkat ketepatan ukuran suatu instrumen terhadap konsep yang diteliti”. Menurut Zaenal (2012: 83) “validitas adalah ketepatan/kelayakan instrumen yang dipakai untuk mengukur apa saja yang akan diukur”. Dalam uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu instrumen. Model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar telah disusun secara sistematis sesuai dengan langkah-langkah penyusunan dilakukan mulai dari pembelajaran. Konsep kemudian

dirumuskan menjadi definisi konseptual dan definisi operasional. Langkah selanjutnya merumuskan dimensi dan unsur-unsur gerak dasar yang akan dijadikan bentuk model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar. Langkah-langkah yang dilakukan tersebut, telah mengarah pada validitas isi.

Untuk mengetahui apakah isi dan substansi materi aktivitas jasmani yang digunakan telah mewakili muatan yang akan diukur atau dituju, maka dilakukan validasi oleh ahli (dosen) yang memiliki keahlian dalam bidang Pembelajaran Permainan dan Pendidikan Jasmani disamping itu, juga melibatkan masukan terkait dengan model yang akan dikembangkan. Tiga orang yang memvalidasi model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar adalah Dr. Drs. Suhadi, M.Pd. dan Marlimah Darmaji, S.Pd. serta Subandi, S.Pd. Jas. selaku guru Pendidikan Jasmani. Dengan demikian, secara isi dan substansi dari butir-butir model permainan sirkuit yang telah disusun dapat dikatakan telah memenuhi persyaratan sebagai suatu model yang valid.

## **2. Uji Reliabilitas Produk**

(Azwar, 2011: 102) reliabilitas adalah sejauh mana suatu hasil pengukuran yang mempunyai keterpercayaan, keterandalan, keajegan, konsistensi, kestabilan yang dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama. Dalam hal ini reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan alat ukur sama (Notoatmodjo, 2005: 44). Pengujian reliabilitas model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar menggunakan reliabilitas

pengamatan atau dengan mencari koefisien kesepakatan diantara para pengamat. Pengujian reliabilitas pengamatan menunjukkan pada pengertian bahwa menentukan reliabilitas instrumen dengan menggunakan kesepakatan diantara beberapa pengamat atau juri. Untuk mencari reliabilitas dengan cara mencari indeks kesesuaian kasar (*Crude Index Agreement*), dengan rumus sebagai berikut:

$$IKK = n : N$$

Keterangan:

IKK : Indeks Kesesuaian Kasar

n : Jumlah Kode yang sama

N : Banyaknya objek yang diamati

Hasil pengujian reliabilitas model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar didapatkan koefisien masing-masing permainan rentang 0,7-0,9 sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Reliabilitas Indeks Kesesuaian Kasar Setiap Permainan

No	Nama Permainan	Koefisien Korelasi
1	Permainan bola kereta	0,8
2	Permainan katak mencari makan	0,7
3	Permainan kertas melangkah	0,9
4	Permainan bola berpindah	0,8
5	Permainan tembakan bola kelinci	0,7

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dan validitas, dapat disimpulkan bahwa model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar telah memenuhi syarat valid dan reliabel untuk dapat digunakan pada sampel yang sesungguhnya.

## **C. Revisi Produk**

### **1. Revisi Produk Tahap I**

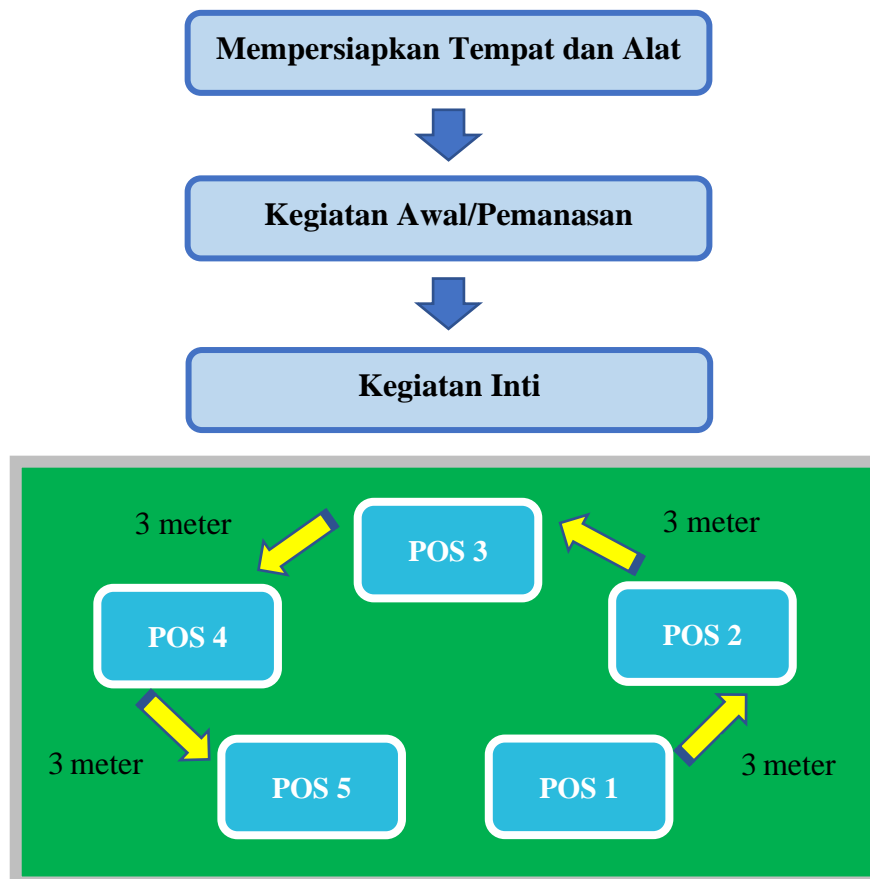
Model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, pada tahap uji validasi ahli terhadap beberapa masukan dan saran yang telah didapatkan dari ahli (dosen) dan guru Pendidikan Jasmani adalah sebagai berikut:

- a. Pada permainan bola kereta, sebaiknya alat yang digunakan diperjelas bola yang digunakan memiliki ukuran, berat, dan keliling sesuai karakteristik anak kelas III sekolah dasar.
- b. Pada permainan katak mencari makan, sebaiknya ukuran lapangan diperjelas pada tahapan permainan sesuai karakteristik anak sekolah dasar.
- c. Pada permainan bola berpindah, sebaiknya mengutamakan faktor keselamatan anak dengan memperjelas aturan dengan mempertegas jarak setiap kelompok dalam bermain.
- d. Pada permainan tembakan bola kelinci, sebaiknya memperjelas petunjuk pelaksanaan dan faktor keselamatan anak sesuai karakteristik anak dengan setiap pasangan memiliki jarak 2 meter dengan pasangan lainnya dan memperjelas pada tahap pelaksanaan butir nomor 3 dengan bunyi “setiap pasangan pelempar dan menangkap bola yang satu dengan lainnya memiliki jarak yaitu 2 (dua) meter untuk menjaga keselamatan pada anak.
- e. Saran secara umum sebaiknya setiap pos memiliki jarak 3 meter sesuai karakteristik anak kelas III sekolah dasar.

Berdasarkan masukan dan saran di atas, maka produk awal telah disusun direvisi sesuai dengan masukan dan saran di atas. Berikut ini adalah hasil revisi produk yang telah dilakukan.

**MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN  
KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III  
SEKOLAH DASAR**

Pengembangan model pembelajaran melalui permainan sirkuit dapat dihasilkan sesuai kebutuhan yang ada. Hasil analisis berupa revisi tahap I model pengembangan melalui permainan sirkuit adalah langkah-langkah pembelajaran. Gambaran desain awal pengembangan produk model pembelajaran melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar sebelum divalidasi oleh validator.





### **Kegiatan Penutup/Pendinginan**

Gambar 7. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Revisi Tahap I  
Desain produk dari revisi tahap I model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar sebagai berikut:

Langkah-langkah pengembangan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit. Model pengembangan aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dilaksanakan secara bertahap mulai dari mempersiapkan halaman/lapangan, alat permainan, tahap selanjutnya pada kegiatan awal/pemanasan, dilanjutkan kegiatan dan yang terakhir tahap kegiatan penutup/pendinginan. Berikut penjelasannya.

#### **1. Mempersiapkan Halaman/Lapangan dan Alat Permainan**

Model aktivitas jasmani ini membutuhkan ruang gerak yang cukup luas. Karena permainan sirkuit terdiri dari beberapa pos yang mengemas berbagai model permainan. Jadi dapat memastikan tempat yang digunakan memungkinkan untuk dilakukan permainan sirkuit. Jarak dari masing-masing pos yaitu 3 meter sesuai dengan karakteristik anak kelas III sekolah dasar dan tingkat kesulitan anak. Peralatan juga sangat diperhatikan dalam sebuah pembelajaran terutama yang digunakan dalam permainan sirkuit di data sesuai kebutuhan setiap posnya.

#### **2. Kegiatan Awal/Pemanasan**

Pada kegiatan awal pembelajaran siswa berdoa terlebih dahulu dan melakukan pemanasan lamanya 15 menit untuk mempersiapkan kondisi fisik siswa. Tujuan dari pemanasan untuk meningkatkan suhu tubuh dan melenturkan anggota

tubuh siswa agar tidak kaku dan meminimalisir terjadinya cedera saat melakukan aktivitas gerak dasar.

### **3. Kegiatan Inti**

Kegiatan inti pada model pembelajaran melalui permainan sirkuit lamanya kegiatan 50 menit. Permainan sirkuit terdiri dari 5 pos setiap pos waktu kegiatannya 10 menit. Jarak setiap pos 1 dengan yang lainnya memiliki yaitu 3 meter. Setiap pos memiliki tujuan perkembangan yang berbeda dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar mulai dari lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Sebelum permainan dimulai, siswa diberikan arahan mengenai aturan dan langkah-langkah cara bermain dalam permainan sirkuit setiap posnya. Siswa melakukan aktivitas permainan sirkuit dimulai dari pos 1 sampai pos 5 secara berurutan. Setiap pos mengandung unsur pengembangan keterampilan gerak dasar. Kegiatan inti dalam model pengembangan keterampilan gerak dasar melalui permainan sirkuit yaitu:

#### **1. Pos 1**

Nama : Bola Kereta

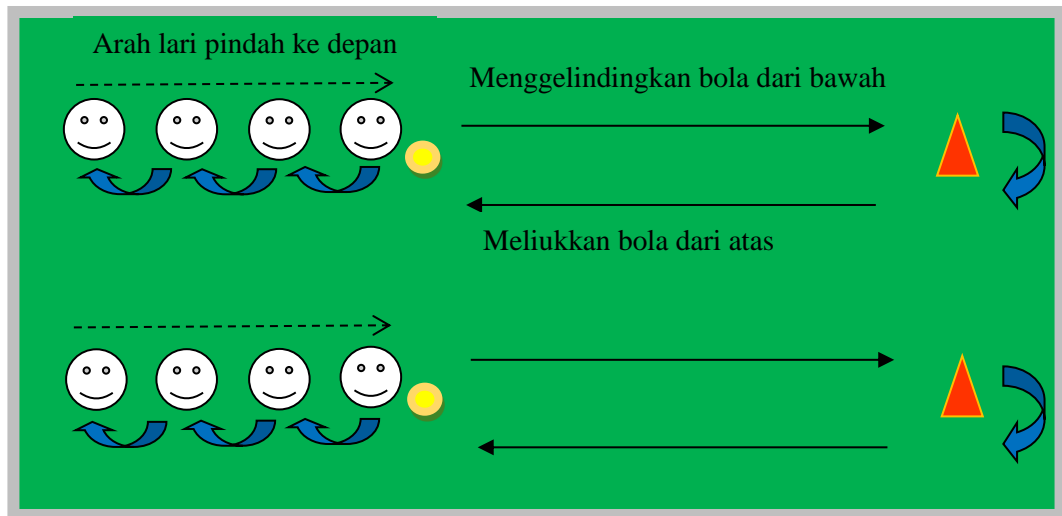
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak manipulatif, lokomotor, dan non lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang dengan posisi kaki membuka lebar dengan jarak siswa satu, dua dan seterusnya yaitu satu lengan.
- 2) Setiap kelompok mendapatkan satu bola tangan dengan ukuran 4 memiliki diameter 8-8,5 inci atau 20-21 cm dan memiliki berat 0,33-0,36 kg atau 12-13 ons.
- 3) Siswa yang paling depan memberikan bola kepada temannya dibelakang dengan menggelindingkan bola ke arah bawah dengan melewati kedua kaki yang dibuka lebar.
- 4) Siswa paling belakang menangkap bola kemudian lari ke depan menjadi siswa paling depan yang bertugas yang menggelindingkan bola ke teman belakangnya sampai melewati *cone*.
- 5) Setelah melewati *cone*, siswa yang paling depan bertugas memberikan bola ke temannya dengan meliukkan badan dan memberikan bola dari atas kepala.
- 6) Siswa yang dibelakang menerima bola dan memberikan kepada temannya dengan meliukkan badan melewati atas kepala.
- 7) Siswa paling belakang setelah menerima bola kemudian lari ke depan dan bertugas meliukkan bola ke belakangnya sampai semua siswa masuk digaris *finish*..
- 8) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah yaitu dengan lari keliling lapangan kecil.

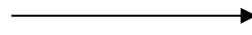


Gambar 8. Lapangan Permainan Bola Kereta Revisi Tahap I

Keterangan:



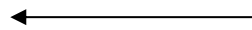
: Siswa



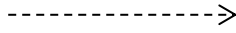
: Arah berjalan



: Bola



: Arah memberikan bola ke belakang



: Arah pindah



: Cone



: Arah melewati cone

## 2. Pos 2

Nama : Katak Mencari Makan

Jumlah pemain : Menyesuaikan

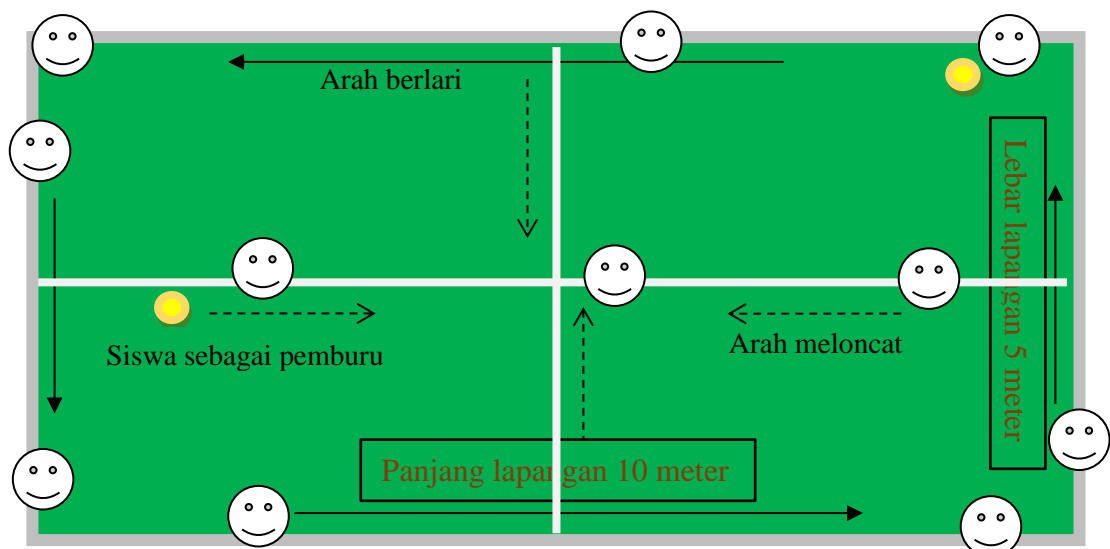
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar manipulatif dan

lokomotor

Cara bermain :

- 1) Semua siswa berada di dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang dengan dua garis tengah.
- 2) Didalam permainan ini siswa yang menjadi orang jaga atau sebagai katak yang bertugas memburu dengan menembak bola ke siswa lain yang menjadi makanan buruan katak yang ada di dalam lapangan.
- 3) Siswa lain harus menghindari dari siswa jaga atau katak agar tidak terkena lemparan bola.
- 4) Permainan ini harus berlari dengan melewati garis luar lapangan yang telah ditentukan dan meloncat pada saat melewati garis tengah lapangan.
- 5) Dalam permainan ini tidak diperbolehkan keluar garis saat berlari dan meloncat seperti kangguru.
- 6) Pemain yang terkena lemparan upan atau bola dari katak maka akan bergantian dan dia menjadi orang jaga atau katak yang memburu makan

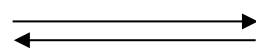


Gambar 9. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Revisi Tahap I

Keterangan:



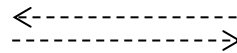
: Siswa



: Arah berlari



: Bola



: Arah meloncat

### 3. Pos 3

Nama : Kertas Melangkah

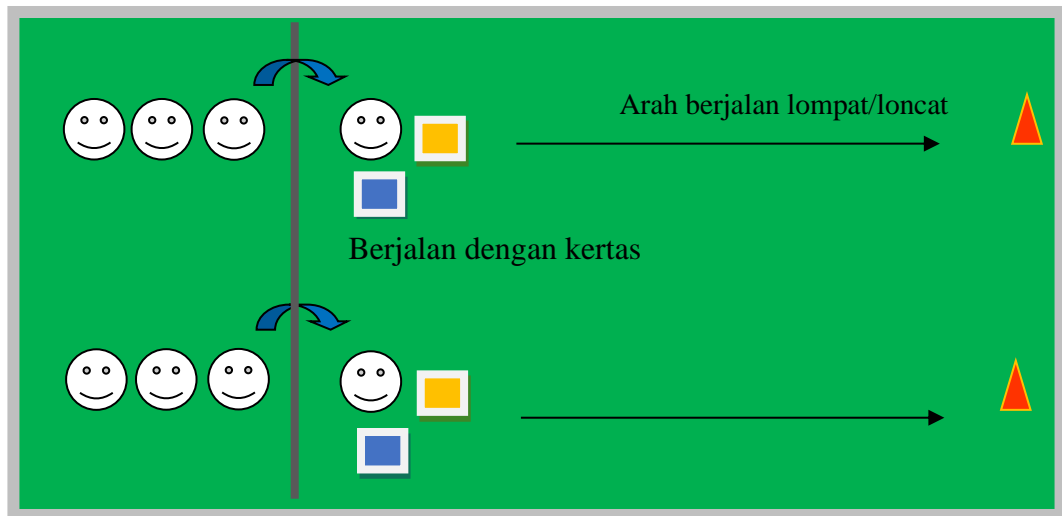
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang.
- 2) Setiap siswa mendapatkan dua kertas yang berbentuk persegi.
- 3) Kertas warna ini digunakan untuk alas siswa bergerak berjalan melangkah/ berjalan jongkok/ lompat dengan satu kaki/loncat.
- 4) Siswa yang paling depan mulai berjalan dengan menggunakan kertas untuk melangkah. secara bergantian.
- 5) Setelah 4 langkah siswa pertama berjalan, maka disusul oleh siswa berikutnya sampai *cone*.
- 6) Kelompok yang anggotanya lebih dulu sampai garis *finish*, maka dinyatakan sebagai pemenang.
- 7) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah dengan bernyanyi lagu daerah/nasional.

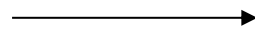


Gambar 10. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Revisi I

Keterangan:



: Siswa



: Arah berjalan



: Siswa melewati garis



: Kertas warna



: Garis start



: Cone

#### 4. Pos 4

Nama : Bola Berpindah

Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

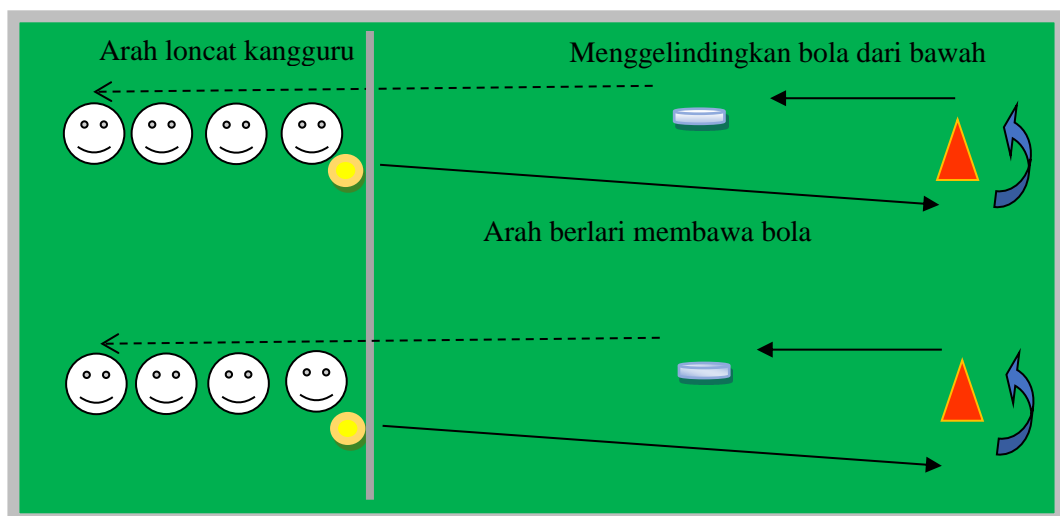
Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa kemudian dibariskan berbanjar ke belakang. Masing-masin kelompok

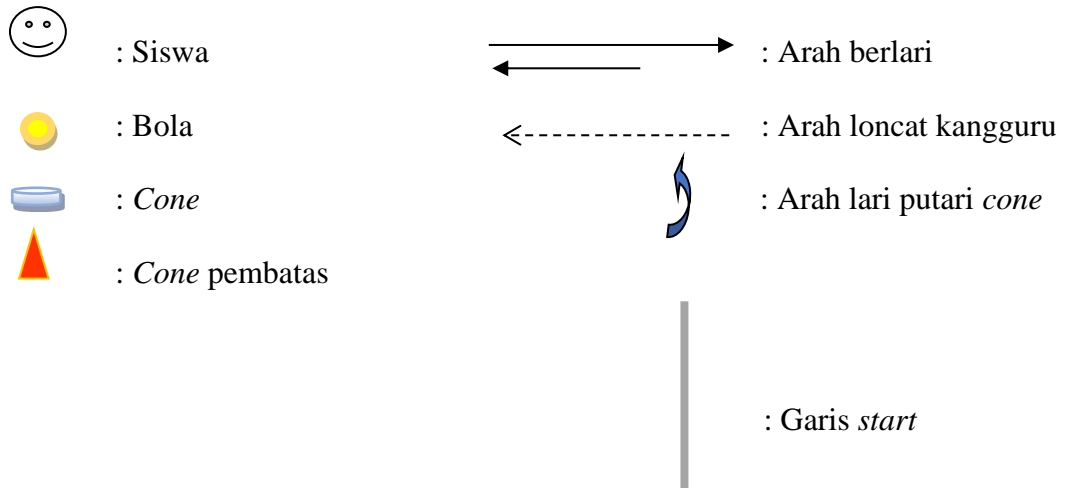
mendapatkan satu bola tangan yang berukuran 4 sesuai karakteristik pada anak kelas III.

- 2) Setiap kelompok memiliki jarak 3 meter antar kelompok satu dengan yang lainnya ini untuk keselamatan bermain anak.
- 3) Setelah ada aba-aba dari guru siswa yang berada pada barisan pertama lari dengan membawa bola melewati *cone* yang diujung. Kemudian setelah sampai di *cone* pendek siswa menggelindingkan bola kearah kelompoknya dan ditangkap oleh siswa di barisan kedua.
- 4) Setelah memberikan bola kepada temannya, siswa pertama dilanjutkan meloncat seperti kangguru dari *cone* pendek sampai barisan belakang kelompok. Permainan ini dilakukan sampai orang pertama tadi kembali pada barisan paling depan.
- 5) Kelompok yang lebih dahulu menyelesaikan permainan ini sebagai pemenangnya. Kelompok yang kalah akan mendapat hadiah yaitu dengan meloncat banyak 5 kali.



Gambar 11. Lapangan Permainan Bola Berpindah Revisi Tahap I

Keterangan:



### 5. Pos 5

Nama : Tembakan Bola Kelinci

Jumlah pemain : Menyesuaikan

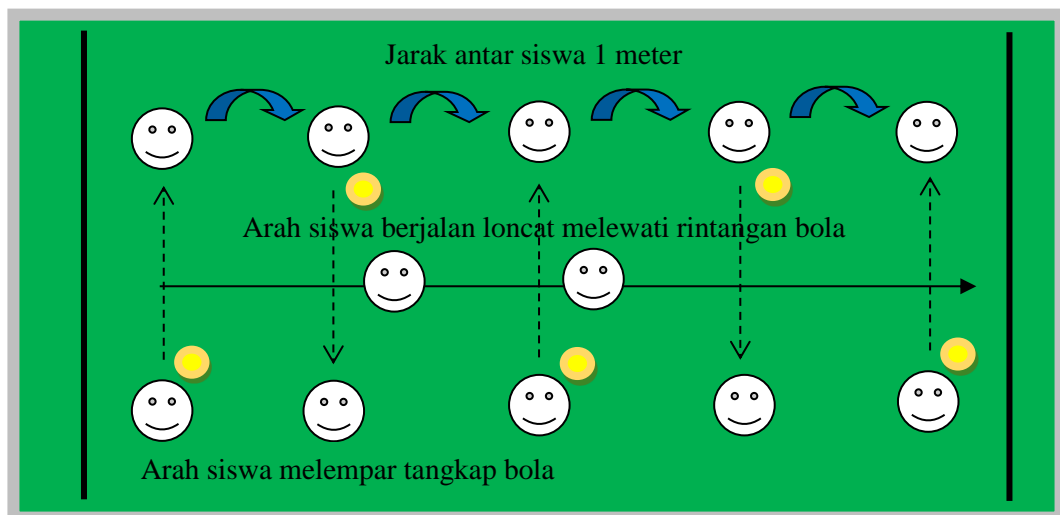
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa bermain tembakan bola yaitu ada yang sebagai pelempar bola berpasangan dan meloncat seperti kelinci.
- 2) Siswa pelempar bola duduk jongkok berpasangan saling berhadapan dengan jarak 3 (tiga) meter bertugas melempar bola dengan cara menggelindingkan/ memantulkan dan menangkap bola dikembalikan lagi kepada pasangannya.
- 3) Setiap pasangan pelempar dan menangkap bola yang satu dengan lainnya memiliki jarak yaitu 2 (dua) meter untuk menjaga keselamatan pada anak.

- 4) Siswa peloncat seperti kelinci harus melewati rintangan dari tembakan bola yaitu berupa lemparan bola dari siswa pelempar dengan berjalan meloncat loncat seperti halnya kelinci.
- 5) Siswa yang meloncat seperti halnya kelinci berusaha untuk tidak terkena bola dari tembakan siswa pelempar. Sasaran tembakan bola hanya boleh pada kaki saja.
- 6) Apabila ada siswa peloncat yang terkena bola tembakan, maka bisa bergantian dengan siswa pelempar bola. Seperti ini dan seterusnya sampai semua siswa melakukan.



Gambar 12. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Revisi Tahap I

Keterangan:



: Siswa

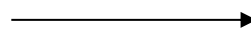


: Bola

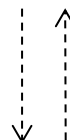


: Jarak siswa

: Garis *start* dan garis *finish*



: Arah loncat



: Arah lempar tangkap

## **6. Kegiatan Penutup/Pendinginan**

Pada kegiatan penutup lama waktunya 5 menit yaitu berupa pendinginan yang dipandu oleh guru. Tujuan dari pendinginan ini yaitu merilekskan otot-otot setelah beraktivitas. Guru dapat mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan serta menutup pembelajaran dengan berdoa.

## **2. Uji Coba Skala Kecil**

Uji coba skala kecil dilakukan setelah model permainan sirkuit dilakukan uji validasi dan diikuti dengan revisi dari para ahli dan guru Pendidikan Jasmani. Uji coba skala kecil dilakukan pada siswa kelas III SD Negeri Jigudan Triharjo Pandak Bantul. Uji coba skala kecil dilakukan untuk mendapatkan informasi apakah model tersebut dapat dilaksanakan serta dapat mengumpulkan informasi masukan-masukan mengenai model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar.

Berdasarkan uji coba skala kecil tersebut dapat disimpulkan bahwa produk model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar dapat diuji cobakan pada sampel sesungguhnya yaitu siswa kelas III SD Negeri Jigudan Triharjo Pandak Bantul.

## **3. Revisi Produk Tahap II**

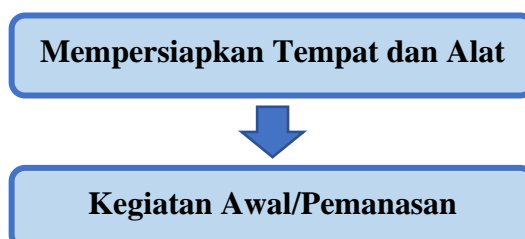
Revisi produk tahap II pada model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, setelah dilakukan uji coba skala kecil perlu dilakukan. Masukan dan saran yang didapatkan setelah melakukan uji coba skala kecil adalah:

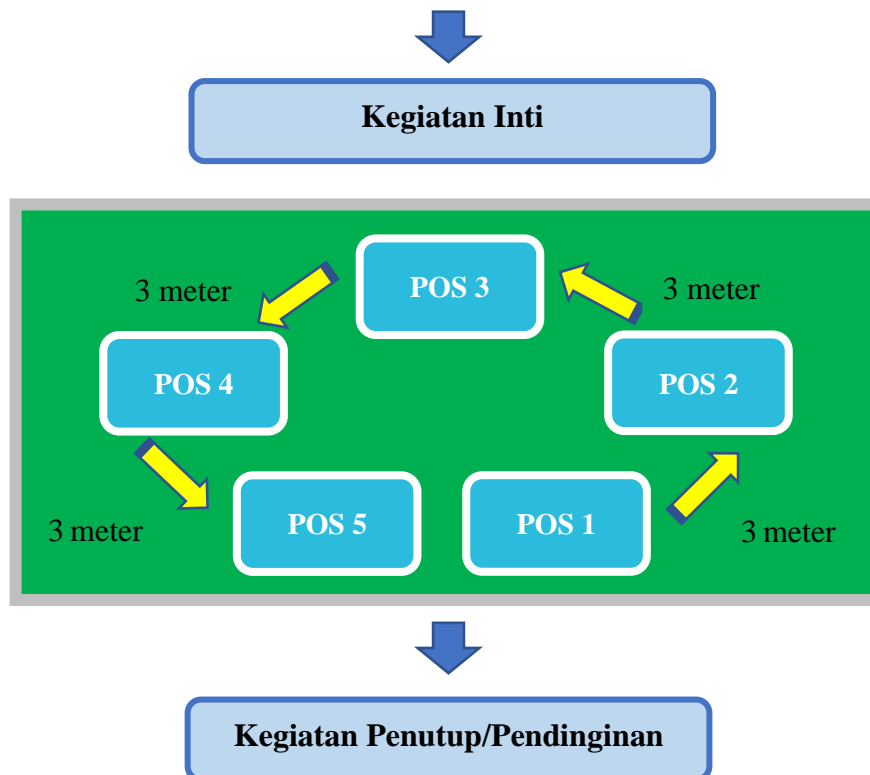
- a. Pada permainan katak mencari makan, sebaiknya peraturan dan tahap pelaksanaan yang menekankan pada gerak manipulatif seperti pemain yang menjadi katak harus berada di dalam garis tengah dengan melemparkan bola.
- b. Pada permainan kertas melangkah, sebaiknya ada aturan mengenai jarak meletakkan kertas supaya siswa tidak kesulitan dan mempunyai perkiraan untuk meletakkan kertas sesuai kemampuan siswa.
- c. Tebakan bola kelinci, sebaiknya peraturan diperjelas saat gerakan meloncat seperti kelinci siswa dipertegas untuk melakukan gerakan meloncat bukan berlari.

Berdasarkan masukan dan saran di atas, maka produk revisi I telah disusun sesuai dengan masukan dan saran diatas. Berikut ini adalah hasil revisi produk tahap II yang telah dilakukan.

**MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN  
KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III  
SEKOLAH DASAR**

Pengembangan model pembelajaran melalui permainan sirkuit dapat dihasilkan sesuai kebutuhan yang ada. Hasil analisis berupa Revisi Tahap II model pengembangan melalui permainan sirkuit adalah langkah-langkah pembelajaran. Gambaran desain pengembangan produk model pembelajaran melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar sebelum divalidasi oleh validator.





Gambar 13. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Revisi Tahap II

Desain produk dari revisi tahap II model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar sebagai berikut:

Langkah-langkah pengembangan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit. Model pengembangan aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dilaksanakan secara bertahap mulai dari mempersiapkan halaman/lapangan, alat permainan, tahap selanjutnya pada kegiatan awal/pemanasan, dilanjutkan kegiatan dan yang terakhir tahap kegiatan penutup/pendinginan. Berikut penjelasannya.

### 1. Mempersiapkan Halaman/Lapangan dan Alat Permainan

Model aktivitas jasmani ini membutuhkan ruang gerak yang cukup luas. Karena permainan sirkuit terdiri dari beberapa pos yang mengemas berbagai model permainan. Jadi dapat memastikan tempat yang digunakan memungkinkan untuk

dilakukan permainan sirkuit. Jarak dari masing-masing pos yaitu 3 meter sesuai dengan karakteristik anak kelas III sekolah dasar dan tingkat kesulitan anak. Peralatan juga sangat diperhatikan dalam sebuah pembelajaran terutama yang digunakan dalam permainan sirkuit di data sesuai kebutuhan setiap posnya.

## **2. Kegiatan Awal/Pemanasan**

Pada kegiatan awal pembelajaran siswa berdoa terlebih dahulu dan melakukan pemanasan lamanya 15 menit untuk mempersiapkan kondisi fisik siswa. Tujuan dari pemanasan untuk meningkatkan suhu tubuh dan melenturkan anggota tubuh siswa agar tidak kaku dan meminimalisir terjadinya cedera saat melakukan aktivitas gerak dasar.

## **3. Kegiatan Inti**

Kegiatan inti pada model pembelajaran melalui permainan sirkuit lamanya kegiatan 50 menit. Permainan sirkuit terdiri dari 5 pos setiap pos waktu kegiatannya 10 menit. Jarak setiap pos 1 dengan yang lainnya memiliki yaitu 3 meter. Setiap pos memiliki tujuan perkembangan yang berbeda dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar mulai dari lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Sebelum permainan dimulai, siswa diberikan arahan mengenai aturan dan langkah-langkah cara bermain dalam permainan sirkuit setiap posnya. Siswa melakukan aktivitas permainan sirkuit dimulai dari pos 1 sampai pos 5 secara berurutan. Setiap pos mengandung unsur pengembangan keterampilan gerak dasar. Kegiatan inti dalam model pengembangan keterampilan gerak dasar melalui permainan sirkuit yaitu:

## 1. Pos 1

Nama : Bola Kereta

Jumlah pemain : Menyesuaikan

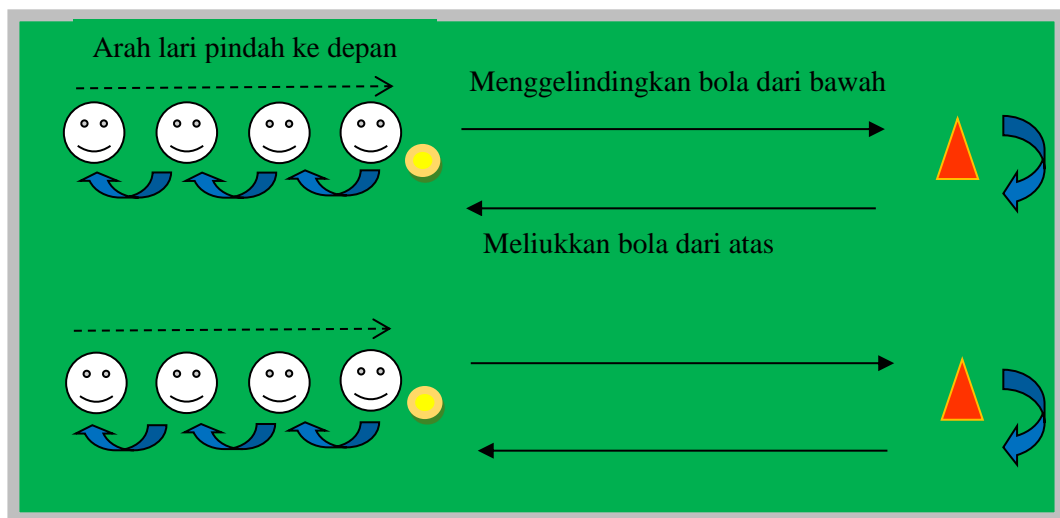
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak manipulatif, lokomotor, dan non lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang dengan posisi kaki membuka lebar dengan jarak siswa satu, dua dan seterusnya yaitu satu lengan.
- 2) Setiap kelompok mendapatkan satu bola tangan dengan ukuran 4 memiliki diameter 8-8,5 inci atau 20-21 cm dan memiliki berat 0,33-0,36 kg atau 12-13 ons.
- 3) Siswa yang paling depan memberikan bola kepada temannya dibelakang dengan menggelindingkan bola ke arah bawah dengan melewati kedua kaki yang dibuka lebar.
- 4) Siswa paling belakang menangkap bola kemudian lari ke depan menjadi siswa paling depan yang bertugas yang menggelindingkan bola ke teman belakangnya sampai melewati *cone*.
- 5) Setelah melewati *cone*, siswa yang paling depan bertugas memberikan bola ke temannya dengan meliukkan badan dan memberikan bola dari atas kepala.

- 6) Siswa yang di belakang menerima bola dan memberikan kepada temannya dengan meliukkan badan melewati atas kepala.
- 7) Siswa paling belakang setelah menerima bola kemudian lari ke depan dan bertugas meliukkan bola ke belakangnya sampai semua siswa masuk digaris *finish*.
- 8) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah yaitu dengan lari keliling lapangan kecil.



Gambar 14. Lapangan Permainan Bola Kereta Revisi Tahap II

Keterangan:



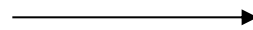
: Siswa



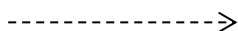
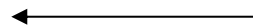
: Bola



: Arah memberikan bola ke belakang



: Arah berjalan



: Arah pindah



: Cone



: Arah melewati cone

## 2. Pos 2

Nama : Katak Mencari Makan

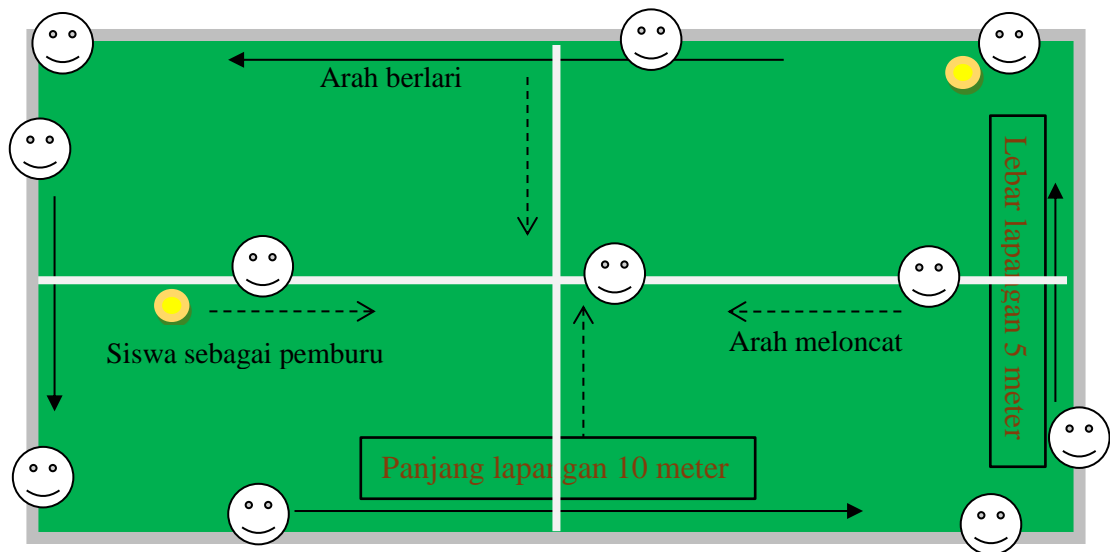
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar manipulatif dan lokomotor

Cara bermain :

- 1) Semua siswa berada didalam lapangan yang berbentuk persegi panjang dengan dua garis tengah.
- 2) Didalam permainan ini siswa yang menjadi orang jaga atau sebagai katak bertugas memburu dengan menembak bola ke siswa lain yang menjadi makanan buruan katak.
- 3) Siswa yang menjadi katak tidak boleh keluar dari garis lapangan tengah. Hanya diperbolehkan berpindah dari kotak/garis lapangan tengah.
- 4) Siswa lain harus menghindar dari siswa jaga atau katak agar tidak terkena lemparan bola dengan berpindah tempat dengan cara lari dan meloncat.
- 5) Permainan ini harus berlari dengan melewati garis luar lapangan yang telah ditentukan dan meloncat pada saat melewati garis tengah lapangan.
- 6) Dalam permainan ini tidak diperbolehkan keluar garis saat berlari dan meloncat seperti kangguru.
- 7) Pemain yang terkena lemparan upan atau bola dari katak maka akan bergantian dan dia menjadi orang jaga atau katak yang memburu makan.

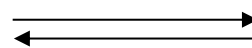


Gambar 15. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Revisi Tahap II

Keterangan:



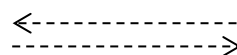
: Siswa



: Arah berlari



: Bola



: Arah meloncat

### 3. Pos 3

Nama : Kertas Melangkah

Jumlah pemain : Menyesuaikan

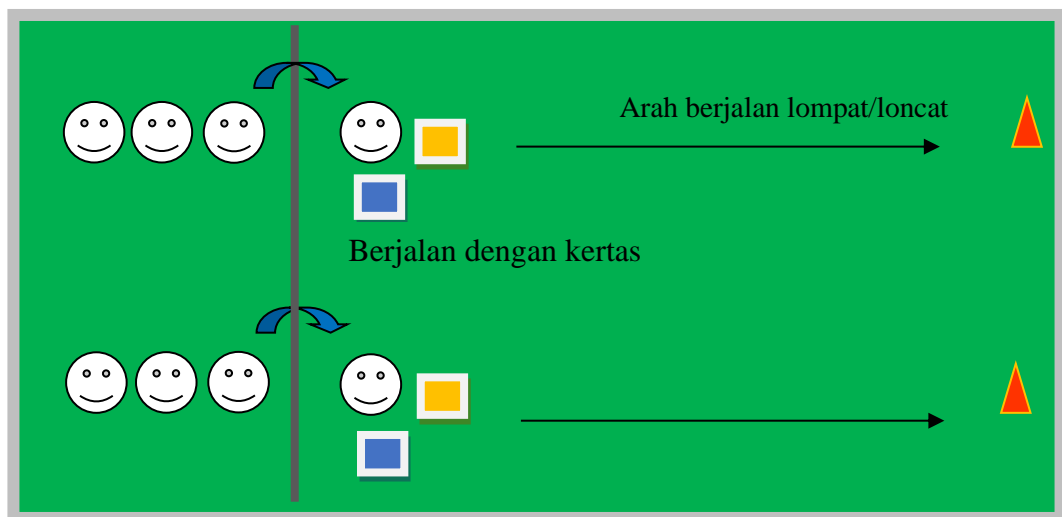
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian dibariskan berbanjar ke belakang. Setiap siswa mendapatkan dua kertas yang berbentuk persegi.
- 2) Kertas warna ini digunakan untuk alas siswa bergerak berjalan melangkah/ berjalan jongkok/ lompat dengan satu kaki/loncat.
- 3) Siswa yang paling depan mulai berjalan dengan menggunakan kertas untuk melangkah. secara bergantian.

- 4) Jarak siswa meletakkan kertas sesuai dengan langkah kaki siswa kurang lebih 50 cm supaya tidak kejauhan dan mengalami kesulitan saat mengambil kertasnya kembali.
- 5) Setelah 4 langkah siswa pertama berjalan, maka disusul oleh siswa berikutnya sampai *cone*.
- 6) Kelompok yang anggotanya lebih dulu sampai garis *finish*, maka dinyatakan sebagai pemenang. Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah dengan bernyanyi lagu daerah/nasional.

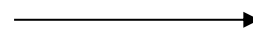


Gambar 16. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Revisi Tahap II

Keterangan:



: Siswa



: Arah berjalan



: Siswa melewati garis



: Kertas warna



: Garis start



: *Cone*

#### 4. Pos 4

Nama : Bola Berpindah

Jumlah pemain : Menyesuaikan

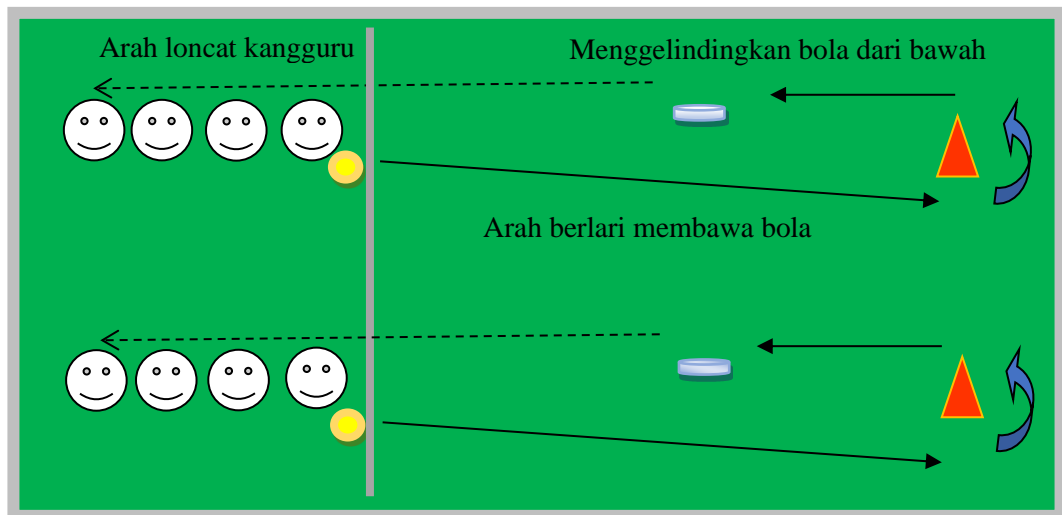
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan manipulatif

Cara bermain :

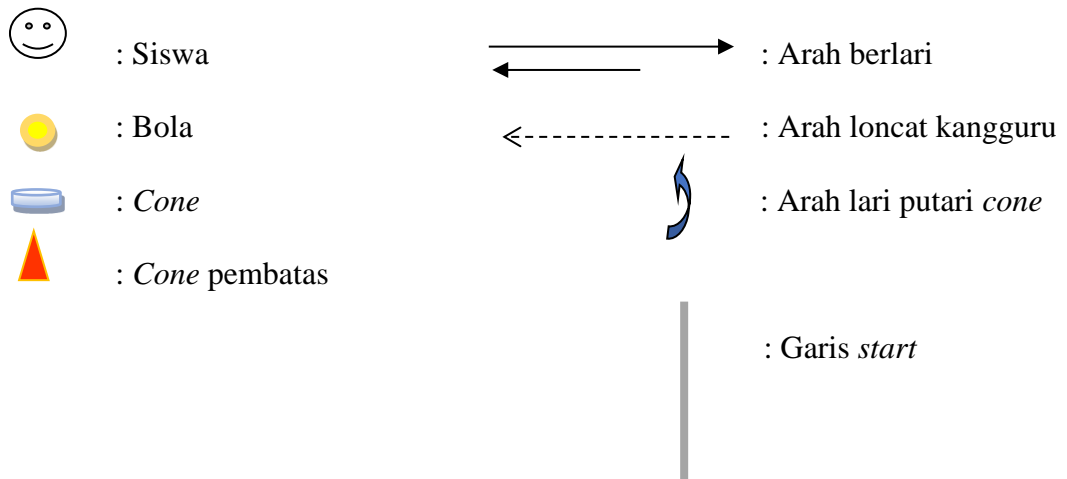
- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa kemudian dibariskan berbanjar ke belakang. Masing-masing kelompok mendapatkan satu bola tangan yang berukuran 4 sesuai karakteristik pada anak kelas III.
- 2) Setiap kelompok memiliki jarak 3 meter antar kelompok satu dengan yang lainnya ini untuk keselamatan bermain anak.
- 3) Setelah ada aba-aba dari guru siswa yang berada pada barisan pertama lari dengan membawa bola melewati *cone* yang diujung. Kemudian setelah sampai di *cone* pendek siswa menggelindingkan bola kearah kelompoknya dan ditangkap oleh siswa di barisan kedua.
- 4) Setelah memberikan bola kepada temannya, siswa pertama dilanjutkan melompat seperti kangguru dari *cone* pendek sampai barisan belakang kelompok. Permainan ini dilakukan sampai orang pertama tadi kembali pada barisan paling depan.

- 5) Kelompok yang lebih dahulu menyelesaikan permainan ini sebagai pemenangnya. Kelompok yang kalah akan mendapat hadiah yaitu dengan meloncat banyak 5 kali.



Gambar 17. Lapangan Permainan Bola Berpindah Revisi Tahap II

Keterangan:



### 5. Pos 5

Nama : Tembakan Bola Kelinci

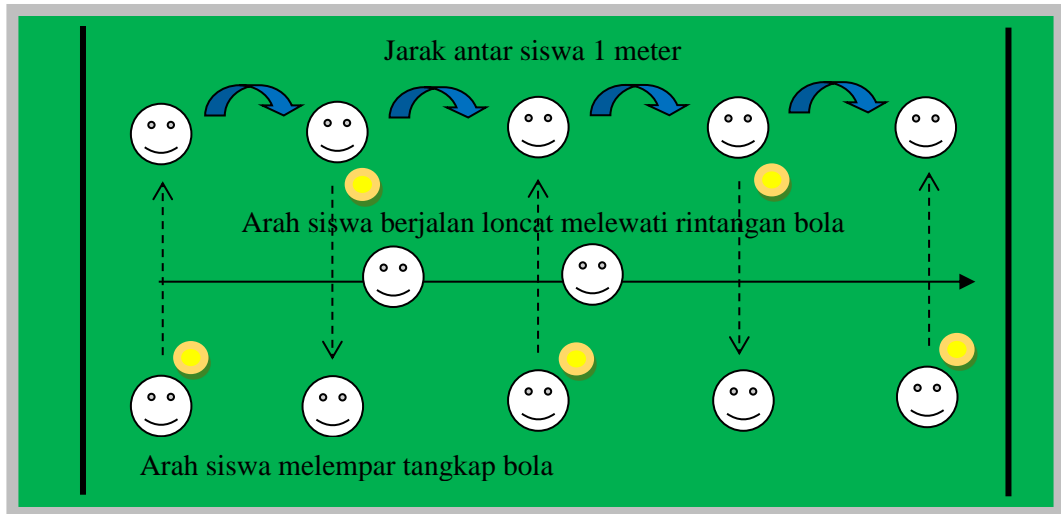
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa bermain tembakan bola yaitu ada yang sebagai pelempar bola berpasangan dan meloncat seperti kelinci.
- 2) Siswa pelempar bola duduk jongkok berpasangan saling berhadapan dengan jarak 3 (tiga) meter bertugas melempar bola dengan cara menggelindingkan/memantulkan dan menangkap bola dikembalikan lagi kepada pasangannya
- 3) Setiap pasangan pelempar dan menangkap bola yang satu dengan lainnya memiliki jarak yaitu 2 (dua) meter untuk menjaga keselamatan pada anak.
- 4) Siswa peloncat seperti kelinci harus melewati rintangan dari tembakan bola yaitu berupa lemparan bola dari siswa pelempar dengan berjalan meloncat loncat seperti halnya kelinci.
- 5) Siswa yang meloncat seperti halnya kelinci berusaha untuk tidak terkena bola dari tembakan siswa pelempar. Sasaran tembakan bola hanya boleh pada kaki saja.
- 6) Siswa yang meloncat harus meloncat dengan sungguh-sungguh seperti gerakan kelinci meloncat untuk menekankan gerak dasar lokomotor.
- 7) Apabila ada siswa peloncat yang terkena bola tembakan, maka bisa bergantian dengan siswa pelempar bola. Seperti ini dan seterusnya sampai semua siswa melakukan.



Gambar 18. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Revisi Tahap II

Keterangan:



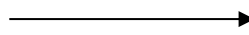
: Siswa



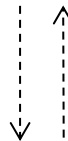
: Bola



: Jarak siswa



: Arah loncat



: Arah lempar tangkap



: Garis *start* dan garis *finish*

## 6. Kegiatan Penutup/Pendinginan

Pada kegiatan penutup lama waktunya 5 menit yaitu berupa pendinginan yang dipandu oleh guru. Tujuan dari pendinginan ini yaitu merilekskan otot-otot setelah beraktivitas. Guru dapat mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan serta menutup pembelajaran dengan berdoa.

#### **4. Uji Coba Skala Besar**

Uji coba skala besar merupakan uji coba akhir sebelum model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar benar-benar dapat digunakan. Dalam uji coba skala besar ini dilaksanakan pada siswa kelas III SD Negeri Salam, dan SD Negeri Ciren.

#### **5. Revisi Produk Tahap III**

Revisi produk tahap III pada model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, setelah dilakukan uji coba skala besar perlu dilakukan. Masukan dan saran yang didapatkan setelah melakukan uji coba skala kecil adalah:

- a. Pada permainan bola kereta, sebaiknya setiap kelompok memiliki jarak dengan kelompok lain supaya ada ruang untuk bergerak, dengan ketentuan jarak 2 meter.
- b. Pada permainan katak mencari makan, sebaiknya gerakan lokomotifnya divariasikan supaya siswa lebih aktif, dengan siswa yang sebagai katak bergerak di tengah lapangan dan dibuat variasi siswa berada di luar lapangan serta bisa dengan mengikuti garis. Diusahakan guru berada di luar supaya bisa memantau aktivitas siswa.
- c. Pada permainan kertas melangkah, sebaiknya ada pembatas atau tanda berupa *cone* digunakan untuk memulai gerakan orang kedua setelah orang pertama melakukan sudah melewati tanda tersebut.
- d. Pada permainan bola berpindah, sebaiknya peraturannya dipertegas lagi setelah siswa melakukan gerakan melempar bola dan diterima orang kedua kelompok

baru melakukan gerakan meloncat seperti kangguru supaya tidak tabrakan. Dan ada batas jalur siswa lari pertama dan siswa melempar bola.

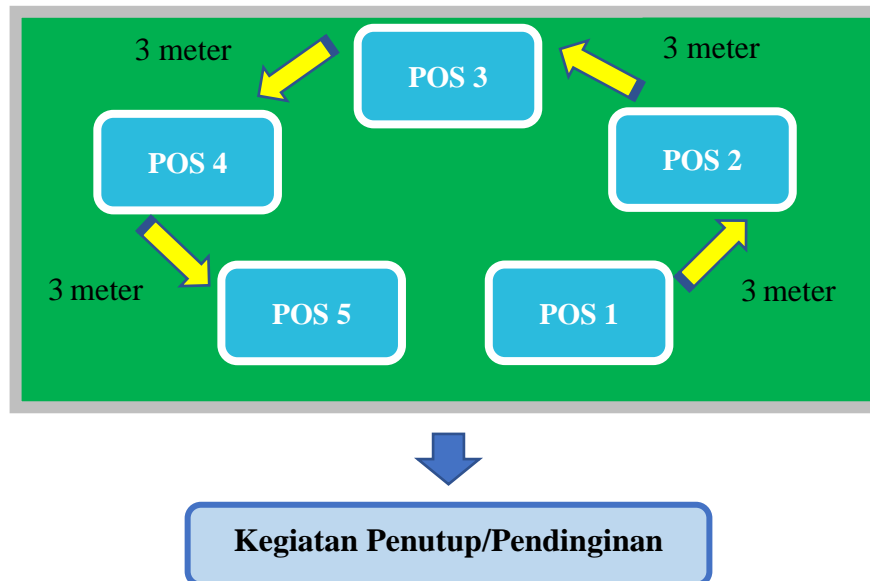
- e. Pada permainan tembakan bola kelinci, sebaiknya gerakan meloncat seperti kelinci dilakukan dua siswa terlebih dahulu kemudian dilanjutkan berikutnya supaya tidak bergerombol dan lebih ada ruang gerak untuk siswa meloncat.

Berdasarkan masukan dan saran diatas, maka produk revisi tahap II telah disusun direvisi sesuai dengan masukan dan saran diatas. Berikut ini hasil revisi tahap III produk yang telah dilakukan.

**MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN  
KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III  
SEKOLAH DASAR**

Pengembangan model pembelajaran melalui permainan sirkuit dapat dihasilkan sesuai kebutuhan yang ada. Hasil analisis berupa Revisi Tahap III model pengembangan melalui permainan sirkuit adalah langkah-langkah pembelajaran. Gambaran desain pengembangan produk model pembelajaran melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar sebelum divalidasi oleh validator.





Gambar 19. Langkah Pembelajaran Permainan Sirkuit Revisi Tahap III

Desain produk dari revisi tahap III model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar sebagai berikut:

Langkah-langkah pengembangan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit. Model pengembangan aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dilaksanakan secara bertahap mulai dari mempersiapkan halaman/lapangan, alat permainan, tahap selanjutnya pada kegiatan awal/pemanasan, dilanjutkan kegiatan dan yang terakhir tahap kegiatan penutup/pendinginan. Berikut penjelasannya.

### **1. Mempersiapkan Halaman/Lapangan dan Alat Permainan**

Model aktivitas jasmani ini membutuhkan ruang gerak yang cukup luas. Karena permainan sirkuit terdiri dari beberapa pos yang mengemas berbagai model permainan. Jadi dapat memastikan tempat yang digunakan memungkinkan untuk dilakukan permainan sirkuit. Jarak dari masing-masing pos yaitu 3 meter sesuai dengan karakteristik anak kelas III sekolah dasar dan tingkat kesulitan anak.

Peralatan juga sangat diperhatikan dalam sebuah pembelajaran terutama yang digunakan dalam permainan sirkuit di data sesuai kebutuhan setiap posnya.

## **2. Kegiatan Awal/Pemanasan**

Pada kegiatan awal pembelajaran siswa berdoa terlebih dahulu dan melakukan pemanasan lamanya 15 menit untuk mempersiapkan kondisi fisik siswa. Tujuan dari pemanasan untuk meningkatkan suhu tubuh dan melenturkan anggota tubuh siswa agar tidak kaku dan meminimalisir terjadinya cedera saat melakukan aktivitas gerak dasar.

## **3. Kegiatan Inti**

Kegiatan inti pada model pembelajaran melalui permainan sirkuit lamanya kegiatan 50 menit. Permainan sirkuit terdiri dari 5 pos setiap pos waktu kegiatannya 10 menit. Jarak setiap pos 1 dengan yang lainnya memiliki yaitu 3 meter. Setiap pos memiliki tujuan perkembangan yang berbeda dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar mulai dari lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Sebelum permainan dimulai, siswa diberikan arahan mengenai aturan dan langkah-langkah cara bermain dalam permainan sirkuit setiap posnya. Siswa melakukan aktivitas permainan sirkuit dimulai dari pos 1 sampai pos 5 secara berurutan. Setiap pos mengandung unsur pengembangan keterampilan gerak dasar. Kegiatan inti dalam model pengembangan keterampilan gerak dasar melalui permainan sirkuit yaitu:

### **1. Pos 1**

Nama : Bola Kereta

Jumlah pemain : Menyesuaikan

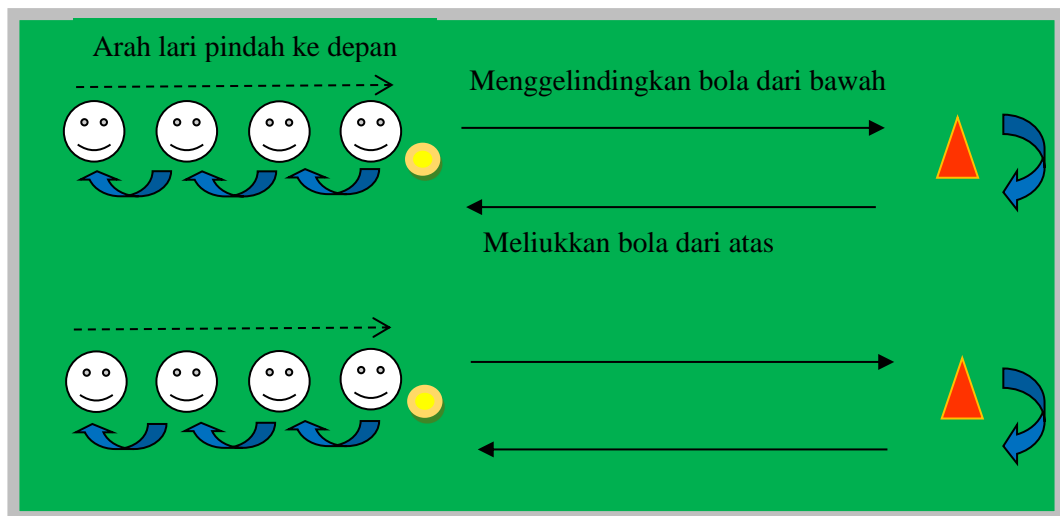
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak manipulatif, lokomotor, dan non lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa dalam kelas kemudian dibariskan berbanjar ke belakang dengan posisi kaki membuka lebar dengan jarak siswa satu, dua dan seterusnya yaitu satu lengan.
- 2) Jarak antara kelompok satu dengan yang lain 2 meter untuk memberikan ruang gerak berlari berpindah tempat.
- 3) Setiap kelompok mendapatkan satu bola tangan dengan ukuran 4 memiliki diameter 8-8,5 inci atau 20-21 cm dan memiliki berat 0,33-0,36 kg atau 12-13 ons.
- 4) Siswa yang paling depan memberikan bola kepada temannya dibelakang dengan menggelindingkan bola ke arah bawah dengan melewati kedua kaki yang dibuka lebar.
- 5) Siswa paling belakang menangkap bola kemudian lari ke depan menjadi siswa paling depan yang bertugas yang menggelindingkan bola ke teman belakangnya sampai melewati *cone*.
- 6) Setelah melewati *cone*, siswa yang paling depan bertugas memberikan bola ke temannya dengan meliukkan badan dan memberikan bola dari atas kepala.
- 7) Siswa yang dibelakang menerima bola dan memberikan kepada temannya dengan meliukkan badan melewati atas kepala.

- 8) Siswa paling belakang setelah menerima bola kemudian lari ke depan dan bertugas meliukkan bola ke belakangnya sampai semua siswa masuk digaris *finish*.
- 9) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah yaitu dengan lari keliling lapangan kecil.



Gambar 20. Lapangan Permainan Bola Kereta Revisi Tahap III

Keterangan:

- ☺ : Siswa
- : Bola
- ↩ : Arah memberikan bola ke belakang
- ▲ : Cone
- ↪ : Arah melewati cone
- : Arah berjalan
- ← : Arah pindah

## 2. Pos 2

Nama : Katak Mencari Makan

Jumlah pemain : Menyesuaikan

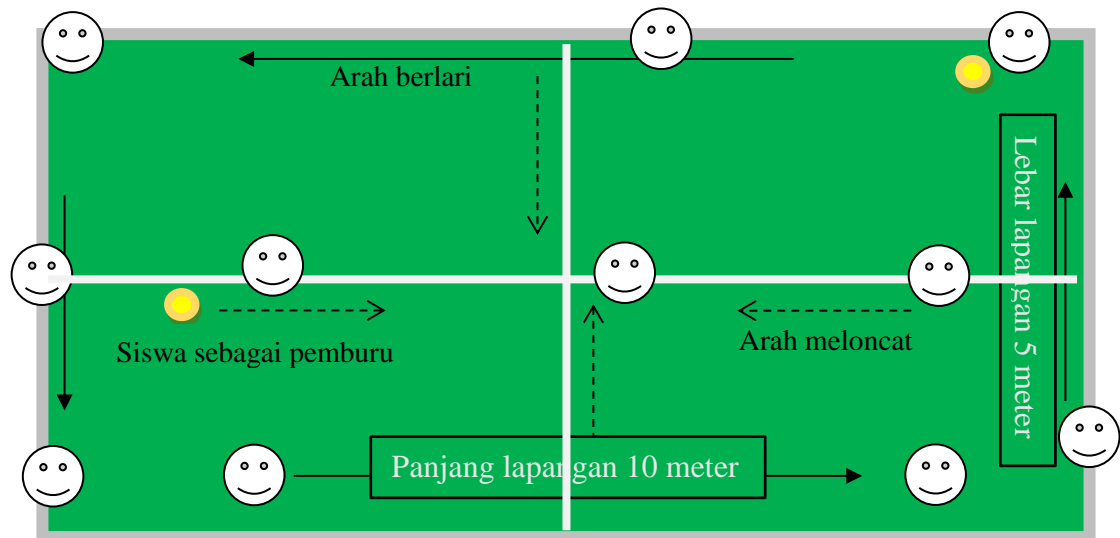
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar manipulatif dan lokomotor

Cara bermain :

- 1) Semua siswa berada di dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang dengan dua garis tengah.
- 2) Didalam permainan ini siswa yang menjadi orang jaga atau sebagai katak bertugas memburu dengan menembak bola ke siswa lain yang menjadi makanan buruan katak.
- 3) Siswa yang menjadi katak tidak boleh keluar dari garis lapangan tengah. Hanya diperbolehkan berpindah dari kotak/garis lapangan tengah.
- 4) Siswa lain harus menghindari dari siswa jaga atau katak agar tidak terkena lemparan bola dengan berpindah tempat dengan cara lari dan meloncat.
- 5) Permainan ini harus berlari dengan melewati garis luar lapangan yang telah ditentukan dan meloncat pada saat melewati garis tengah lapangan.
- 6) Dalam permainan ini tidak diperbolehkan keluar garis saat berlari dan meloncat seperti kangguru.
- 7) Pemain yang terkena lemparan upan atau bola dari katak maka akan bergantian dan dia menjadi orang jaga atau katak yang memburu makan.
- 8) Dalam permainan ini bisa divariasikan dengan orang yang menjadi katak melempar bola dari luar lapangan supaya bola tidak jauh terlempar dan siswa lebih aktif bergerak lokomotor.

- 9) Kemudian bisa divariasikan dengan siswa yang menjadi makanan katak apabila terkena bola dapat keluar lapangan jadi makanan katak menjadi berkurang dan membuat permainan semakin menantang.
- 10) Guru dalam mendampingi siswa berada diluar lapangan supaya dapat memantau aktivitas siswa saat bermain.



Gambar 21. Lapangan Permainan Katak Mencari Makan Revisi Tahap III

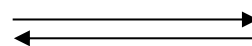
Keterangan:



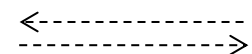
: Siswa



: Bola



: Arah berlari



: Arah meloncat

### 3. Pos 3

Nama : Kertas Melangkah

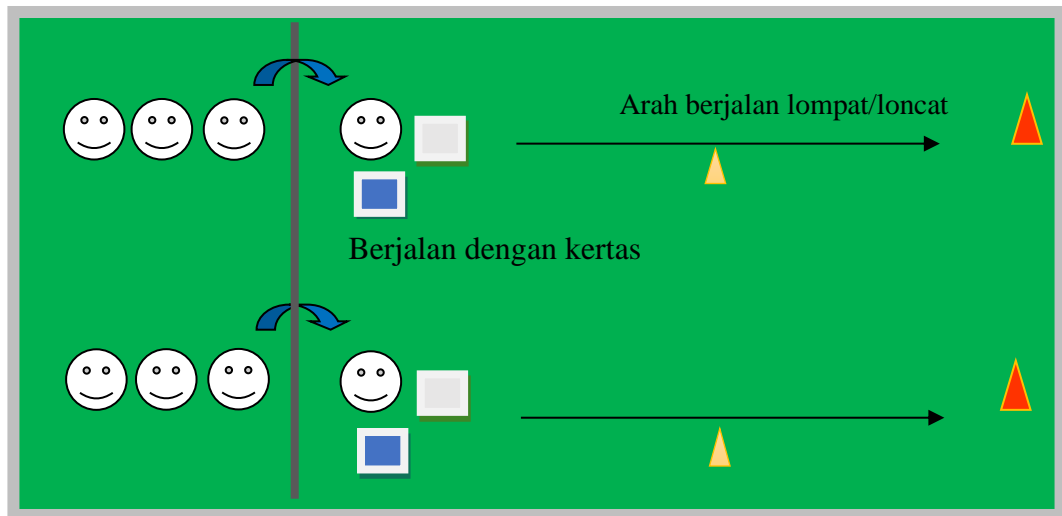
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa dalam kelas kemudian dibariskan berbanjar ke belakang.
- 2) Setiap siswa mendapatkan satu pasang kertas yang berbentuk persegi yang berwarna putih dan biru.
- 3) Kertas warna ini digunakan untuk alas siswa bergerak berjalan melangkah/ berjalan jongkok/ lompat dengan satu kaki/loncat.
- 4) Siswa yang paling depan mulai berjalan dengan menggunakan kertas sebagai alas atau tumpuan kaki kemudian kertas satunya diambil untuk melangkah secara bergantian.
- 5) Jarak siswa meletakkan kertas sesuai dengan langkah kaki siswa kurang lebih 50 cm supaya tidak kejauhan dan mengalami kesulitan saat mengambil kertasnya kembali.
- 6) *Cone* pertama sebagai tanda pada saat siswa melangkah sudah melewati *cone* pertama boleh disusul siswa berikutnya untuk memulai bergerak melangkahkan kertas supaya ada ruang untuk bergerak aktif.
- 7) Siswa harus berjalan lurus sesuai *cone* yang berada di ujung.
- 8) Kelompok yang anggotanya lebih dulu sampai garis *finish*, maka dinyatakan sebagai pemenang.
- 9) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah dengan bernyanyi lagu daerah/nasional.

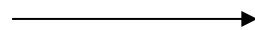


Gambar 22. Lapangan Permainan Kertas Melangkah Revisi Tahap III

Keterangan:



: Siswa



: Arah berjalan



: Siswa melewati garis



: Kertas warna



: Cone



: Cone pembatas



: Garis start

#### 4. Pos 4

Nama : Bola Berpindah

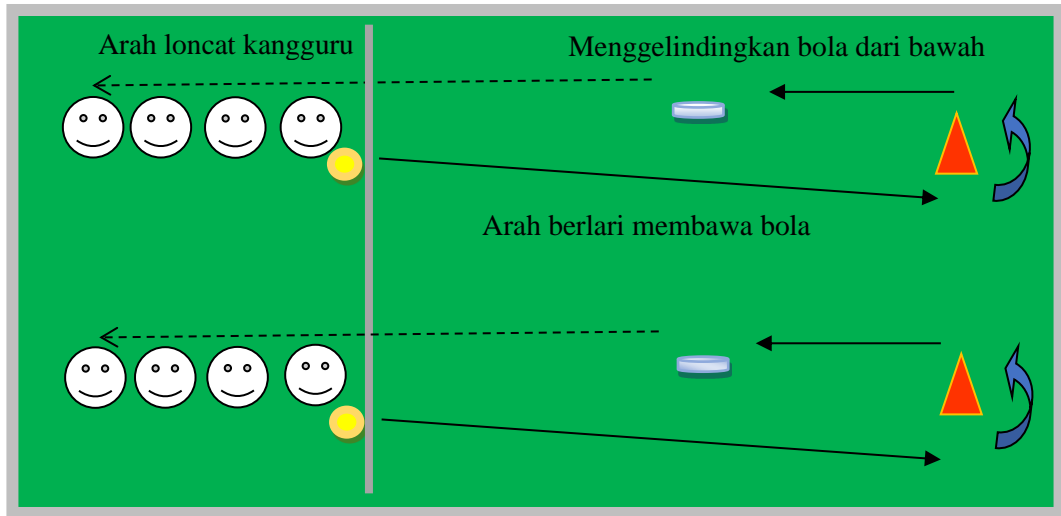
Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa kemudian dibariskan berbanjar ke belakang.
- 2) Masing-masing kelompok mendapatkan satu bola tangan yang berukuran 4 sesuai karakteristik pada anak kelas III.
- 3) Setiap kelompok memiliki jarak 3 meter antar kelompok satu dengan yang lainnya ini untuk keselamatan bermain anak.
- 4) Setelah ada aba-aba dari guru siswa yang berada pada barisan pertama lari dengan membawa bola melewati jalur dari sisi kanan kemudian melewati *cone* yang diujung.
- 5) Setelah sampai di *cone* kecil siswa menggelindingkan bola kearah kelompoknya dan ditangkap oleh siswa di barisan kedua.
- 6) Setelah memberikan bola kepada temannya dan ditangkap, siswa pertama dilanjutkan meloncat seperti kangguru dari *cone* kecil sampai barisan.
- 7) Siswa yang menangkap bola menunggu temannya selesai meloncat seperti kangguru melewati jalur kiri *cone* supaya tidak tabrakan dengan teman yang lain. Setelah itu baru memulai berlari membawa bola dan seterusnya.
- 8) Permainan ini dilakukan sampai orang pertama tadi kembali pada barisan paling depan.
- 9) Kelompok yang lebih dahulu menyelesaikan permainan ini sebagai pemenangnya.
- 10) Kelompok yang kalah akan mendapat hadiah yaitu dengan meloncat banyak 5 kali.



Gambar 23. Lapangan Permainan Bola Berpindah Revisi Tahap III

Keterangan:



: Siswa



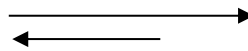
: Bola



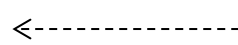
: Cone



: Cone pembatas



: Arah berlari



: Arah loncat kangguru



: Arah lari putari cone



: Garis start

### 5. Pos 5

Nama : Tembakan Bola Kelinci

Jumlah pemain : Menyesuaikan

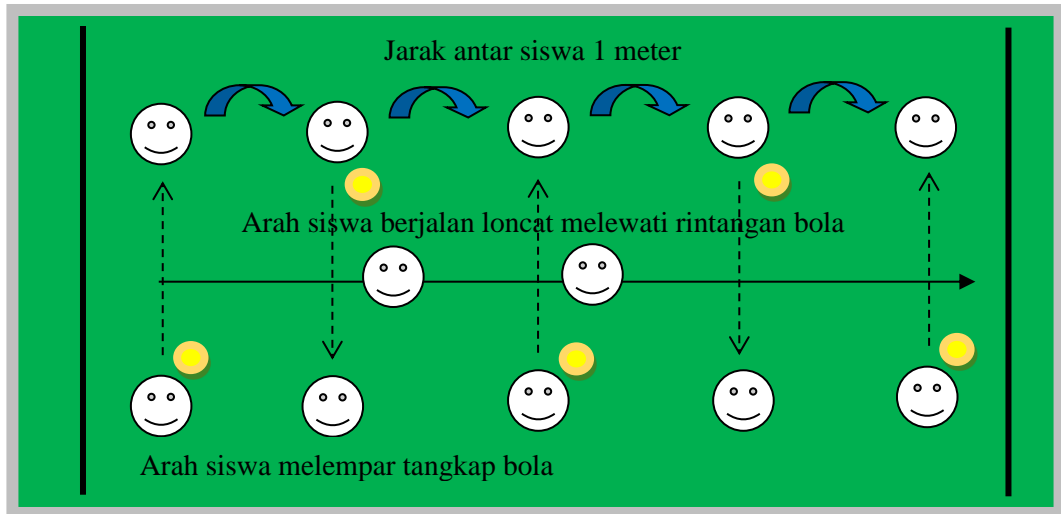
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa bermain tembakan bola yaitu ada yang sebagai pelempar bola berpasangan dan meloncat seperti kelinci.

- 2) Siswa melempar bola duduk jongkok berpasangan saling berhadapan dengan jarak 3 (tiga) meter bertugas melempar bola dengan cara menggelindingkan/memantulkan dan menangkap bola dikembalikan lagi kepada pasangannya.
- 3) Setiap pasangan melempar dan menangkap bola yang satu dengan lainnya memiliki jarak yaitu 2 (dua) meter untuk menjaga keselamatan pada anak.
- 4) Siswa peloncat seperti kelinci harus melewati rintangan dari tembakan bola yaitu berupa lemparan bola dari siswa pelempar dengan berjalan meloncat loncat seperti halnya kelinci.
- 5) Siswa yang meloncat seperti halnya kelinci berusaha untuk tidak terkena bola dari tembakan siswa pelempar. Sasaran tembakan bola hanya boleh pada kaki saja.
- 6) Siswa yang meloncat harus meloncat dengan sungguh-sungguh seperti gerakan kelinci meloncat untuk menekankan gerak dasar lokomotor.
- 7) Siswa yang meloncat seperti kelinci dimulai melewati rintangan dua siswa terlebih dahulu baris dengan rapi supaya ada ruang untuk bergerak meloncat apabila dilakukan secara bersamaan.
- 8) Apabila siswa sebagai kelinci bisa lolos dari tembakan dan sambal diujung, maka harus berjalan keluar, dan memulai dari garis start lagi supaya tidak terjadi tabrakan dengan siswa yang meloncat lainnya.
- 9) Apabila ada siswa peloncat yang terkena bola tembakan, maka bisa bergantian dengan siswa pelempar bola. Seperti ini dan seterusnya sampai semua siswa melakukan.



Gambar 24. Lapangan Permainan Tembakan Bola Kelinci Revisi Tahap III

Keterangan:



: Siswa



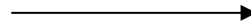
: Bola



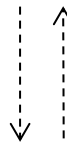
: Jarak siswa



: Garis *start* dan garis *finish*



: Arah loncat



: Arah lempar tangkap:

## 6. Kegiatan Penutup/Pendinginan

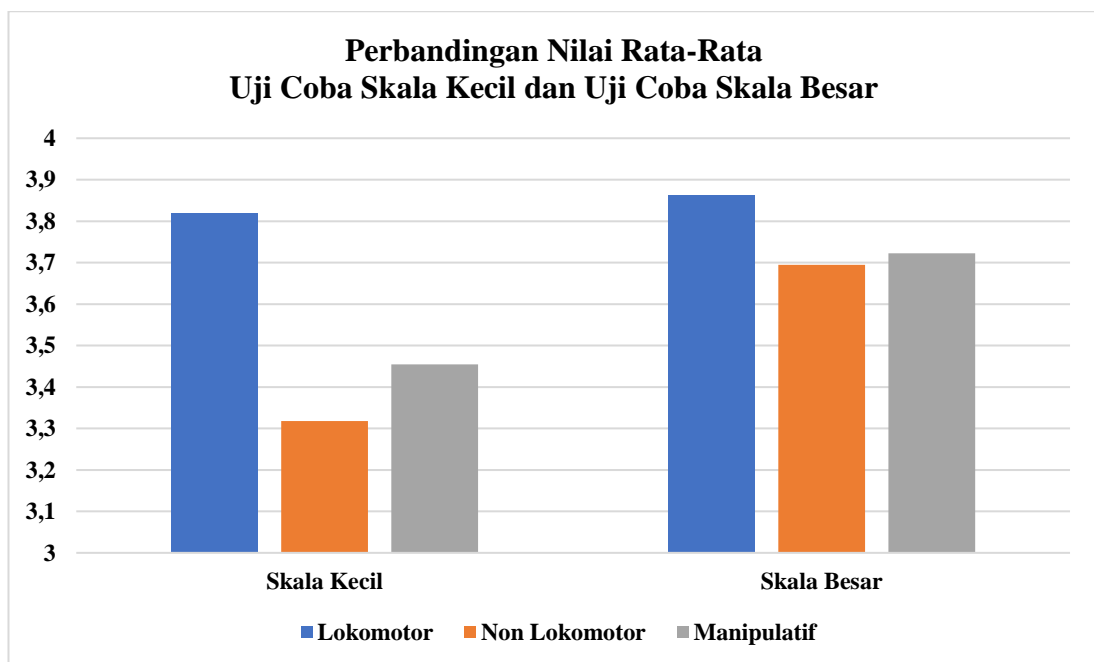
Pada kegiatan penutup lama waktunya 5 menit yaitu berupa pendinginan yang dipandu oleh guru. Tujuan dari pendinginan ini yaitu merilekskan otot-otot setelah beraktivitas. Guru dapat mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan serta menutup pembelajaran dengan berdoa.

### D. Kajian Produk Akhir

#### 1. Uji Efektivitas

Uji efektivitas model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar ini menggunakan perhitungan statistik

melalui SPSS dengan hasil perbandingan rata-rata uji coba skala kecil dengan rata-rata uji coba skala besar yang dilakukan di tiga (3) sekolah dasar yaitu SD Negeri Jigudan, SD Negeri Ciren, dan SD Negeri Salam dengan banyaknya subjek 58 siswa. Hasil perbandingan nilai rata-rata uji coba skala kecil dan uji coba skala besar model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, sebagai berikut:



Gambar 25. Grafik Perbandingan Nilai Rata-Rata Uji Coba Skala Kecil dan Uji Coba Skala Besar

Berdasarkan hasil grafik tersebut, dapat disimpulkan bahwa uji efektivitas produk model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar diketahui bahwa, uji efektivitas model dengan nilai rata-rata perbandingan uji coba skala kecil nilai lokomotor 3,81, non lokomotor 3,31, manipulatif 3,45 sedangkan uji coba skala besar nilai lokomotor 3,86, non lokomotor 3,69, manipulatif 3,72 terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa

model permainan sirkuit memiliki efektivitas yang sangat baik. Hasil perhitungan statistik data penelitian ini terlampir pada halaman 128.

## **2. Pembahasan**

Hasil penelitian terkait dengan mengembangkan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, telah dihasilkan permainan sirkuit ada lima (5) permainan. Dari lima (5) pos permainan masing-masing mengandung unsur gerak dasar yaitu lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif yang dibuat sederhana sesuai karakteristik siswa kelas III. Dalam pengembangan permainan sirkuit ini untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa yang merupakan upaya dalam memenuhi Kompetensi Dasar 4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, 4.2 Mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dan 4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional. Dalam permainan sirkuit ini dikemas sesuai tingkat kesulitan dimulai dari pos 1 sampai pos 5, bentuk permainannya dibuat bervariasi dalam setiap posnya sehingga siswa tidak merasa bosan dalam bermain. Selain itu, permainan sirkuit ini dibuat menarik dan mudah dilaksanakan pada pembelajaran PJOK, karena pada permainan setiap pos dibuat kompetisi yang sederhana.

Bentuk dari permainan sirkuit ini disusun melalui beberapa tahapan pengembangan, diantaranya: pengembangan produk awal, validasi ahli, uji reliabilitas, uji coba skala kecil, uji coba skala besar, uji efektivitas, dan produk final. Produk akhir pada pengembangan ini berupa produk final yang sudah bisa terlaksananya di sekolah dan sudah melalui uji reliabilitas dengan mendapatkan koefisien masing-masing permainan rentang 0,7-0,9 yang sudah tinggi. Dalam kegiatan pembelajaran siswa mengalami perubahan, terlihat siswa lebih aktif serta senang dalam mengikuti pembelajaran, dan ditandai dengan peningkatan nilai siswa yaitu semua mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) dengan mendapat kriteria tuntas semua. Dalam perhitungan uji efektivitas model melalui hasil perhitungan statistik data penelitian diketahui bahwa, nilai rata-rata perbandingan uji coba skala kecil nilai lokomotor 3,81, non lokomotor 3,31, manipulatif 3,45 sedangkan uji coba skala besar nilai lokomotor 3,86, non lokomotor 3,69, manipulasi 3,72 terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa model permainan sirkuit memiliki efektivitas yang sangat baik. Pada pembelajaran membuktikan bahwa permainan sirkuit ini efektif untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Penilaian permainan sirkuit dilakukan dari pengamatan guru secara keseluruhan. Penilaian dari permainan sirkuit yaitu aspek gerak dasar yang dikembangkan ada: lokomotor (jalan, lari, loncat, dan lompat), non lokomotor (peregangan, meliukkan tubuh, jongkok), dan manipulatif (melempar bola, menangkap bola). Hasil dari rubrik penilaian menunjukkan tuntasnya keterampilan siswa pada tiap aspek. Penilaian ini

dilakukan saat uji coba skala besar yang dilakukan di SD Negeri Ciren dan SD Negeri Salam.

Bentuk permainan sirkuit ini terdiri dari 5 pos permainan, nama-nama model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar, sebagai berikut: (1) Pos 1 Bola kereta, (2) Pos 1 Katak mencari makan, (3) Kertas melangkah, (4) Bola berpindah, (5) Tembakan bola kelinci, dari permainan ini dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulative pada siswa. Hal ini dapat ditandai dengan tuntasnya keterampilan siswa dalam tiap aspek gerak dasar pada setiap permainan sirkuit. Meskipun model ini sudah tersusun, bukan berarti model tersebut telah sempurna. Pemanfaatan model permainan sirkuit yang telah dikembangkan, harus sesuai dengan kondisi sekolah. Beberapa perbaikan dengan penyesuaian harus dilakukan supaya model yang telah tersusun ini lebih sesuai dan dapat bermanfaat bagi guru PJOK dan siswa sekolah dasar.

#### **E. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis telah berusaha dengan mengerahkan kemampuan yang dimiliki, supaya hasil penelitian ini maksimal dan berhasil dengan baik serta memuaskan. Penelitian ini direncanakan dengan sebaik-baiknya dan berusaha dengan maksimal, tetapi penulis tentunya tidak luput dari kesalahan dan khilaf karena banyak faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini, diantaranya: keterbatasan waktu, pembatasan pembelajaran luring di beberapa sekolah dasar serta keterbatasan dari kemampuan penulis.

Peneliti telah berhasil membuat model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan. Beberapa kelemahan yang dapat dikemukakan antara lain:

1. Terbatasnya lapangan untuk pembelajaran model permainan sirkuit ini, karena kondisi sekolah yang mempunyai lapangan tidak terlalu luas sehingga model pembelajaran ini dilaksanakan sesuai kondisi lapangan yang ada dengan ukuran setiap pos permainan di buat skala lebih kecil
2. Model permainan sirkuit ini dibuat agar siswa bergerak aktif dan semua bisa mengikuti bergerak, akan tetapi ada permainan yang membuat siswa menunggu/gantian (permainan kertas melangkah).

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan tentang Produk**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa: 1) telah disusun model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar. Model permainan sirkuit, terdiri dari mempersiapkan halaman/lapangan dan alat permainan, kegiatan awal/pemanasan, kegiatan inti dan kegiatan penutup/pendinginan. Kegiatan utama yaitu kegiatan inti permainan sirkuit dalam aktivitas ini terdapat lima (5) pos permainan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Adapun nama-nama model permainan sirkuit tersebut adalah: Pos 1 Permainan Bola Kereta, Pos 2 Permainan Katak Mencari Makan, Pos 3 Permainan Kertas Melangkah, Pos 4 Permainan Bola Berpindah, dan Pos 5 Permainan Tembakan Bola Kelinci. Model tersebut disusun dengan menyesuaikan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa serta karakteristik siswa kelas III sekolah dasar.

1) Dapat disimpulkan bahwa hasil uji efektivitas produk model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar dengan nilai rata-rata perbandingan uji coba skala kecil nilai lokomotor 3,81, non lokomotor 3,31, manipulatif 3,45 sedangkan uji coba skala besar nilai lokomotor 3,86, non lokomotor 3,69, manipulasi 3,72 terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa model permainan sirkuit memiliki efektivitas yang sangat baik.

## **B. Saran Pemanfaatan Produk**

Saran yang dapat disampaikan berkaitan dengan keperluan pemanfaatan produk adalah:

### **1. Bagi Siswa**

Model pembelajaran melalui permainan sirkuit ini dapat digunakan siswa untuk lebih meningkatkan keterampilan gerak dasar dan juga dapat digunakan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan sesuai karakteristik siswa kelas III sekolah dasar.

### **2. Bagi Guru**

Model pembelajaran melalui permainan sirkuit ini dapat digunakan guru dalam pembelajaran PJOK gerak dasar / atletik di sekolah sebagai upaya mengembangkan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar. Model ini juga dapat menjadi pemantik guru PJOK agar berinovasi mengenai model pembelajaran PJOK.

### **3. Bagi Peneliti lain**

Model pembelajaran melalui permainan sirkuit ini diharapkan dapat mengembangkan keterampilan gerak dasar bagi siswa kelas III sekolah dasar yang lebih menarik ataupun memodifikasi peralatannya.

## **C. Diseminasi dan Pengembangan Produk Lebih Lanjut**

Deseminasi dan pengembangan produk lanjut terhadap penerapan model aktivitas jasmani adalah sebagai berikut:

1. Hasil pengembangan produk model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dapat dilaksanakan oleh sekolah-sekolah lain yang ingin melaksanakannya.

2. Produk aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dapat dikembangkan ke dalam aspek perkembangan lain dengan permainan yang berbeda.
3. Model permainan sirkuit ini hanya diberikan pada sekolah tempat melakukan penelitian belum sampai kepada cakupan yang lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2010). *Landasan ilmiah intelektual dalam pendidikan jasmani*. Bandung: Rizky.
- Adang Suherman. (2000). *Dasar-dasar penjaskes*. Jakarta: Depdiknas.
- Aip Syarifuddin dan Muhadi. (1992/1993). "*Pendidikan jasmani dan kesehatan*". Jakarta: Depdikbud.
- Amirzan. (2017). Pengembangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor pada siswa SD kelas V. *Journal Physical Education, Health and Recreation*; Vol. 2, No. 1.
- Anwar, M.Hamid. (2005). Pendidikan jasmani sekolah dasar sebagai wahana kompetensi gerak anak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 3. No. 1.
- Arifin, Zainal. (2012). *Penelitian pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Arikunto, Suharsimi. (1997). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Edisi IV. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Standar Nasional Pendidikan/BSNP. (2006). *Panduan kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) SD/MI*. Jakarta: Dharma Bhakti.
- Bloom. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives*. New York: Mckey. Dalam Sadirman. AM. 2011. *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Borg, Walter R & Meredith Damien Gall. (1983). *Educational research: an introduction*. Universitas Michigan: Longman.
- Bucher, C. A. (1983). *Foundations of physical education & sport*. St louis: The C.V. Mosby Company.
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004 standar kompetensi mata pelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar dan madrasah ibtidaiyah*. Jakarta: Departemen Ilmu Pendidikan Nasional.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY
- Dwiyogo, Wasis D. (2004). *Konsep penelitian dan pengembangan*. Malang: Pusat Kajian Kebijakan Olahraga LEMLIT UM.

- Hidayat, Arif. (2017). Peningkatan aktivitas gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Volume 9 Nomor 2, hal 21-29.
- Huizinga, Johan. (1990). *Homo ludens: fungsi dan hakikat permainan dalam budaya*. Jakarta: LP3ES.
- Husdarto, J.S. (2015). *Manajemen pendidikan jasmani*. Bandung: ALFABETA.
- Kabul, L. (2013). Peningkatan keterampilan gerak dasar melalui modifikasi permainan sirkuit. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(11).
- Kemdikbud. (2021). Pelaksanaan pembelajaran tahun ajaran baru 2021/2022 mengacu pada kebijakan PPKM dan SKB 4 menteri. Web Kemdikbud. Diambil pada tanggal 30 Desember 2021, dari <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2021/08/pelaksanaan-pembelajaran-tahun-ajaran-baru-20212022-mengacu-pada-kebijakan-ppkm-dan-skb-4-menteri>
- Kurniasih, Berlin Sani. (2017). *Pendidikan karakter internalisasi dan metode pembelajaran di sekolah*. Kata Pena.
- M. Furqon H. (2007). *Pengembangan kurikulum tingkat satuan pendidikan (ktsp) mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Surakarta: jpk uns.
- Muh. Hafiz Nurdiyati. (2014). *Peranan pembelajaran PJOK sekolah dasar pjok*. Universitas Negeri Malang. Hal.229.
- Mulyanto, Respaty. (2014). *Belajar dan pembelajaran penjas*. Bandung: UPI.
- Notoatmodjo. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyanto. (1993). *Belajar gerak*. Jakarta: KONI Pusat.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media
- Sujiono, B. (2010). *Metode pengembangan fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Susanto, Ahmad. (2011). *Perkembangan anak usia dini pengantar dalam berbagai aspeknya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup
- Susanto, Ermawan. (2006). *Dasar-dasar penjas (Pertemuan ke-II Landasan Falsafah Penjas)*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Suyantini, Iis. (2013). Peningkatan gerak manipulatif melalui permainan bola beranting pada anak usia 5-6 tahun. *Artikel Penelitian*. PG PAUD, FKIP Universitas Tanjung Pura, Pontianak.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Keterangan Pembimbing Proposal TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.  
Laman : <http://www.fik.unv.ac.id>. Surel : [humas\\_fik@unv.ac.id](mailto:humas_fik@unv.ac.id)

Nomor : 4/PJSD /I/2022  
Lamp : 1 Bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Bapak Dr. Suhadi, M.Pd.**  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Widiastuti  
NIM : 18604221030  
Judul Skripsi : Model Permainan Sirkuit Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Bagi Siswa Kelas III SD Negeri Jigudan Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 14 Januari 2022  
Koord. Prodi PGSD Penjas.



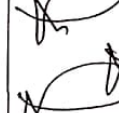





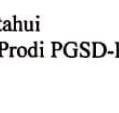
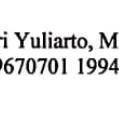
Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

Tembuan :  
1. Prodi  
2. Ybs

## Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS

KARTU BIMBINGAN  
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Widiastuti  
NIM : 18604221030  
Program Studi : PGSD PENJAS  
Jurusan : PJSD  
Pembimbing : Dr. Suhadi, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	17 Januari 2022	Konsultasi proposal	
2	20 Januari 2022	Revisi Bab I-III	
3	24 Januari 2022	Membuat draf model dan instrumen	
4	31 Januari 2022	Koreksi instrumen dan persetujuan	
5	05 Februari 2022	validasi draf model dan instrumen	
6	14 Februari 22	Konsultasi ambil data skala besar	
7	28 Februari 22	Konsultasi bab IV-V	
8	04 Maret 2022	Mencari data statistika	
9	07 Maret 2022	Buat rap lengkap	
10	10 Maret 2022	rap nisan	

Mengetahui  
Koord.Prodi PGSD-Penjas

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

**Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian**  
**1. SD Negeri Jigudan**



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 799/UN34.16/PT.01.04/2022  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

8 Februari 2022

Yth . **Kepala SD Negeri Jigudan**  
**Jln. Srandakan KM 5, Triharjo, Pandak, Bantul, Yogyakarta**

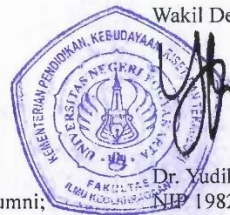
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Widiastuti  
NIM : 18604221030  
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Model Permainan Sirkuit Untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar  
Waktu Penelitian : 7 - 28 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002

## 2. SD Negeri Ciren



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 800/UN34.16/PT.01.04/2022  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

8 Februari 2022

Yth . **Kepala SD Negeri Ciren**  
**Ciren, Triharjo, Pandak, Bantul, Yogyakarta**

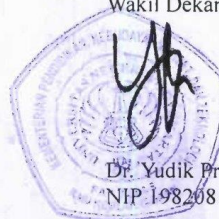
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Widiastuti  
NIM : 18604221030  
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Model Permainan Sirkuit Untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar  
Waktu Penelitian : 7 - 28 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP.19820815 200501 1 002

Tembusan :  
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

### 3. SD Negeri Salam



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 801/UN34.16/PT.01.04/2022  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

8 Februari 2022

Yth . Kepala SD Negeri Salam  
Salam, Triharjo, Pandak, Bantul, Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Widiastuti  
NIM : 18604221030  
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Model Permainan Sirkuit Untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar  
Waktu Penelitian : 7 - 28 Februari 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002



## 2. SD Negeri Ciren



**PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAH RAGA  
SEKOLAH DASAR CIREN**

ꦏꦧꦸꦥꦠꦺꦤ꧀ꦧꦤ꧀ꦠꦸꦭꦠꦤ꧀ꦥꦺꦝꦶꦏꦤ꧀ꦏꦺꦥꦺꦩꦸꦢꦂꦤ꧀ꦠꦤ꧀ꦲꦭꦲꦫꦒꦂ

Alamat : Ciren, Triharjo, Pandak, Bantul 55761  
Email : [sd\\_ciren@yahoo.co.id](mailto:sd_ciren@yahoo.co.id), [sdciren@gmail.com](mailto:sdciren@gmail.com)

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 422.13/653

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **SRI NURYANI SAMSIATUN MUNAWAROH, M.Pd**  
NIP : 19711221 199606 2 001  
Pangkat, Gol/Ruang : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Ciren  
Alamat : Ciren, Triharjo, Pandak, Bantul

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : **WIDIASTUTI**  
NIM : 18604221030  
Program Studi : S1 – PGSD Pendidikan Jasmani

Adalah mahasiswa dari Universitas Negeri Yogyakarta yang benar-benar telah melakukan penelitian di SD Ciren Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul pada tanggal 17 Februari 2022 pukul 07.00 sampai selesai untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul penelitian **“MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR”**.

Demikian surat pernyataan ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pandak, 17 Februari 2022  
Kepala Sekolah

SRI NURYANI SAMSIATUN M, M.Pd  
NIP. 19711221 199606 2 001

### 3. SD Negeri Salam



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA  
SEKOLAH DASAR SALAM  
ꦱꦺꦏꦺꦒꦺꦝꦱꦫꦱꦱꦭꦩ

Alamat: Salam, Triharjo, Pandak, Bantul, D.I.Y Kode Pos 55761 No Telp ( 0274) 1085426  
Email: [sdsalamPandak@gmail.com](mailto:sdsalamPandak@gmail.com)

**SURAT KETERANGAN**  
NO : 422/807/PND.D.17

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : BASUKI, M.Pd  
NIP : 19691214 199506 1 001  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Salam, Pandak, Bantul

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : WIDIASTUTI  
NIM : 18604221030  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani – S1  
Lembaga : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian di SD Salam pada hari Kamis, 24 Februari 2022 pukul 07.00 – selesai untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul Model Permainan Sirkuit Untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya..

Salam, 24 Februari 2022  
Kepala Sekolah  
  
BASUKI, M.Pd  
NIP. 19691214 199506 1 001

## Lampiran 5. Surat *Expert Judgement*

Hal : Surat permohonan menjadi *Expert Judgement*

Lamp : Lembar penilaian produk

Kepada,

Yth, Marlimah Darmaji, S.Pd.

Di tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang akan saya lakukan dengan judul “Model Permainan Sirkuit untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar”, maka dengan ini saya memohon kepada bapak/ibu untuk berkenan menjadi *expert judgement* dan memberikan masukan terhadap produk dalam penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu tingkat kepercayaan hasil penelitian yang akan saya lakukan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya agar bapak/ibu berkenan dengan permohonan ini. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 07 Februari 2022

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing,



Dr. Drs. Suhadi, M.Pd.

NIP. 196005051988031006

Peneliti,



Widiastuti

NIM.18604221030

Hal : Surat permohonan menjadi *Expert Judgement*

Lamp : Lembar penilaian produk

Kepada,

Yth, Subandi, S.Pd. Jas.

Di tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang akan saya lakukan dengan judul “Model Permainan Sirkuit untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar”, maka dengan ini saya memohon kepada bapak/ibu untuk berkenan menjadi *expert judgement* dan memberikan masukan terhadap produk dalam penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu tingkat kepercayaan hasil penelitian yang akan saya lakukan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya agar bapak/ibu berkenan dengan permohonan ini. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 07 Februari 2022

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing,



Dr. Drs. Suhadi, M.Pd.  
NIP. 196005051988031006

Peneliti,



Widiastuti  
NIM.18604221030

## Lampiran 6. Lembar Evaluasi Produk

### INSTRUMEN VALIDASI RANCANGAN MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR

Dalam rangka penelitian Tugas Akhir Skripsi saya yang berjudul “**Model Permainan Sirkuit Untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas III Sekolah Dasar**”. Model ini terdapat 5 aktivitas jasmani dalam bentuk permainan sirkuit ber-pos, yang terdiri dari:

1. Permainan Bola Kereta
2. Permainan Katak Mencari Makan
3. Permainan Kertas Melangkah
4. Permainan Bola Berpindah
5. Permainan Tembakan Bola Kelinci

Sehubungan dengan hal tersebut, saya berharap kesediaan Bapak/Ibu memberikan tanggapan terhadap model yang telah dirancang dan dikembangkan (terlampir). Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas model permainan yang telah dikembangkan. Demikian permohonan dari saya atas bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

#### **Petunjuk:**

1. Lembar evaluasi ini diisi oleh ahli. Evaluasi mencakup aspek bentuk/isi model permainan, komentas, dan saran umum, serta kesimpulan.
2. Rentangan evaluasi mulai dari “sangat baik” sampai dengan “sangat kurang” dengan cara memberikan tanda “√” pada kolom yang tersedia.

Keterangan:

- 1 : sangat kurang baik/ sangat kurang tepat/ sangat kurang jelas.
  - 2 : kurang baik/ kurang tepat/ kurang jelas.
  - 3 : baik/ tepat/ jelas.
  - 4 : sangat baik/ sangat tepat/ sangat jelas.
3. Komentar, kritik, dan saran mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan.

## A. Kualitas Model Aktivitas Jasmani Melalui Permainan Sirkuit

### 1. Penilaian Kualitas Model Aktivitas Jasmani Permainan Bola Kereta

No	Aspek yang dinilai	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.				
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.				
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.				
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.				
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,				
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.				
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat				
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.				
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.				
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.				

**2. Penilaian Kualitas Model Aktivitas Jasmani Permainan Katak Mencari Makan**

No	Aspek yang dinilai	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.				
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.				
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.				
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.				
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,				
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.				
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat				
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.				
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.				
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.				

### 3. Penilaian Kualitas Model Aktivitas Jasmani Permainan Kertas Melangkah

No	Aspek yang dinilai	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.				
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.				
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.				
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.				
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,				
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.				
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat				
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.				
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.				
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.				

#### 4. Penilaian Kualitas Model Aktivitas Jasmani Permainan Bola Berpindah

No	Aspek yang dinilai	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.				
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.				
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.				
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.				
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,				
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.				
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat				
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.				
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.				
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.				

**5. Penilaian Kualitas Model Aktivitas Jasmani Permainan Tembakan Bola Kelinci**

No	Aspek yang dinilai	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.				
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.				
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.				
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.				
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,				
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.				
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat				
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.				
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.				
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.				

**B. Saran Untuk Perbaikan Model Aktivitas Jasmani**

**Petunjuk:**

1. Apabila diperlukan revisi pada model aktivitas jasmani ini, mohon dituliskan pada kolom 3.
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 4.
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat & jelas pada kolom 5.

**6. Kolom Pengisian Untuk Model Aktivitas Jasmani Berbasis Permainan Sirkuit**

No	Nama Permainan	Bagian Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1	2	3	4	5

**C. Komentar dan Saran Umum**

**D. Kesimpulan**

Model aktivitas jasmani ini dinyatakan:

1. Layak untuk digunakan atau diujicobakan tanpa revisi.
2. Layak untuk digunakan atau diujicobakan dengan revisi sesuai saran.
3. Tidak layak untuk digunakan atau diujicobakan.

(Mohon diberi tanda silang/lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan Anda).

....., .....

Evaluator

.....

## Lampiran 7. Hasil Evaluasi dari Ahli

### A. Penilaian Kualitas Model Produk Final

#### 1. Permainan Bola Kereta

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian		
		A1	A2	A3
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.	4	4	4
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.	3	3	3
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.	4	4	4
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.	4	4	4
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,	4	4	4
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.	3	4	3
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat	4	4	4
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.	4	3	3
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.	4	4	4
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.	4	4	4

## 2. Permainan Katak Mencari Makan

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian		
		A1	A2	A3
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.	4	4	4
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.	4	4	4
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.	4	4	4
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.	3	4	4
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,	4	3	4
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.	4	4	4
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat	4	3	4
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.	4	4	4
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.	4	4	4
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.	4	4	4

### 3. Permainan Kertas Melangkah

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian		
		A1	A2	A3
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.	4	4	4
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.	4	4	4
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.	4	4	4
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.	4	4	4
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,	4	4	4
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.	4	4	4
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat	3	3	4
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.	4	4	4
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.	4	4	4
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.	4	4	4

#### 4. Permainan Bola Berpindah

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian		
		A1	A2	A3
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.	4	4	4
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.	4	4	4
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.	4	4	4
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.	3	4	4
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,	4	3	4
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.	4	4	4
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat	4	4	4
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.	4	4	4
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.	4	4	4
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.	4	4	4

## 5. Permainan Tembakan Bola Kelinci

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian		
		A1	A2	A3
1	Model aktivitas jasmani mengandung tujuan pembelajaran yang jelas.	4	4	4
2	Kesesuaian model aktivitas jasmani dengan karakteristik siswa kelas bawah khususnya kelas III sekolah dasar.	4	4	4
3	Model aktivitas jasmani mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.	4	3	4
4	Nama aktivitas jasmani/ permainan menarik bagi siswa.	4	4	4
5	Materi yang disampaikan mengandung tahapan pelaksanaan,	4	3	4
6	Model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan mudah dipahami.	4	4	4
7	Peralatan yang dibutuhkan dalam model permainan aman bagi siswa dan mudah didapat	4	4	3
8	Waktu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan model aktivitas jasmani/permainan yang dikembangkan sesuai.	4	4	4
9	Model aktivitas jasmani/permainan dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.	4	4	4
10	Model aktivitas jasmani/permainan dapat meningkatkan perkembangan siswa untuk bergerak aktif.	4	4	4

### Keterangan:

A1 : Validator 1 Dr. Drs Suhadi, M.Pd.

A2 : Validator 2 Marlimah Darmaji, S.Pd.

A3 : Validator 3 Subandi, S.Pd. Jas.

## B. Saran dan Komentar Perbaikan

### 1. Validator 1

#### B. Saran Untuk Perbaikan Model Aktivitas Jasmani

##### Petunjuk:

1. Apabila diperlukan revisi pada model aktivitas jasmani ini, mohon dituliskan pada kolom 3.
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 4.
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat & jelas pada kolom 5.

**Tabel 6. Kolom Pengisian Untuk Model Aktivitas Jasmani Berbasis Permainan Sirkuit**

No	Nama Permainan	Bagian Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1	2	3	4	5
1.	Bola kereta	Berat dan keliling bola	Diseruaikan dengan karakteristik anak kelas II SD	Menggunakan bola ukuran 4.
2.	Katak Mencari Makan	Ukuran lapangan permainan	Diseruaikan dengan karakteristik anak kelas II SD	ukuran lap. yaitu panjang 10 meter dan lebar 5 meter
3.	Bola berpindah	faktor keselamatan anak	Diseruaikan dengan karakteristik anak kelas II SD	setiap kelompok memiliki jarak 3 meter
4.	Tembakan Bola Melinci	Faktor keselamatan dan petunjuk pelaksanaan	Diseruaikan dengan karakteristik anak kelas II SD	- Dengan jarak 2 meter - pada butir pernyataan nomor 3.

### C. Komentar dan Saran Umum

1. Jarak masing-masing pos disesuaikan dengan karakteristik anak sekolah dasar kelas II).

### D. Kesimpulan

Model aktivitas jasmani ini dinyatakan:

1. Layak untuk digunakan atau diujicobakan tanpa revisi.
- ② Layak untuk digunakan atau diujicobakan dengan revisi sesuai saran.
3. Tidak layak untuk digunakan atau diujicobakan.

(Mohon diberi tanda silang/lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan Anda).

YOGYAKARTA, 05 FEBRUARI 2022

Evaluator

  
Suhadi

## 2. Validator 2

### B. Saran Untuk Perbaikan Model Aktivitas Jasmani

#### Petunjuk:

1. Apabila diperlukan revisi pada model aktivitas jasmani ini, mohon dituliskan pada kolom 3.
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 4.
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat & jelas pada kolom 5.

**Tabel 6. Kolom Pengisian Untuk Model Aktivitas Jasmani Berbasis Permainan Sirkuit**

No	Nama Permainan	Bagian Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1	2	3	4	5

### C. Komentar dan Saran Umum

### D. Kesimpulan

Model aktivitas jasmani ini dinyatakan:

- ① Layak untuk digunakan atau diujicobakan tanpa revisi.
2. Layak untuk digunakan atau diujicobakan dengan revisi sesuai saran.
3. Tidak layak untuk digunakan atau diujicobakan.

(Mohon diberi tanda silang/lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan Anda).

Pandak ..... 05 Februari 2022

Evaluator



Marlindah S.Pd.

### 3. Validator 3

#### B. Saran Untuk Perbaikan Model Aktivitas Jasmani

**Petunjuk:**

1. Apabila diperlukan revisi pada model aktivitas jasmani ini, mohon dituliskan pada kolom 3.
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 4.
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat & jelas pada kolom 5.

**Tabel 6. Kolom Pengisian Untuk Model Aktivitas Jasmani Berbasis Permainan Sirkuit**

No	Nama Permainan	Bagian Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1	2	3	4	5

### C. Komentar dan Saran Umum

### D. Kesimpulan

Model aktivitas jasmani ini dinyatakan:

- ① Layak untuk digunakan atau diujicobakan tanpa revisi.
2. Layak untuk digunakan atau diujicobakan dengan revisi sesuai saran.
3. Tidak layak untuk digunakan atau diujicobakan.

(Mohon diberi tanda silang/lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan Anda).

BANTUL ..... 07 FEBRUARI 2022

Evaluator



SUBARDI, S-Pd. J2J

## Lampiran 8. Uji Reliabilitas Produk

Untuk mencapai reliabilitas suatu produk dengan cara mencari indeks kesesuaian kasar (*Crude Index Agreement*), dengan rumus sebagai berikut:

$$IKK = n : N$$

Keterangan:

IKK : Indeks Kesesuaian Kasar

n : Jumlah Kode yang sama

N : Banyaknya Objek yang diamati

Sumber : Suharsimi Arikunto, (1997: 202)

### 1. Permainan Bola Kereta

Diketahui :

n : 8

N : 10

Jawab:

$$IKK = n : N$$

$$IKK = 8 : 10 = 0,8$$

### 2. Permainan Katak Mencari Makan

Diketahui :

n : 7

N : 10

Jawab:

$$IKK = n : N$$

$$IKK = 7 : 10 = 0,7$$

### 3. Permainan Kertas Melangkah

Diketahui :

n : 9

N : 10

Jawab:

$$IKK = n : N$$

$$IKK = 9 : 10 = 0,9$$

### 4. Permainan Bola Berpindah

Diketahui :

n : 8

N : 10

Jawab:

$$IKK = n : N$$

$$IKK = 8 : 10 = 0,8$$

### 5. Permainan Tembakan Bola Kelinci

Diketahui :

n : 7

N : 10

Jawab:

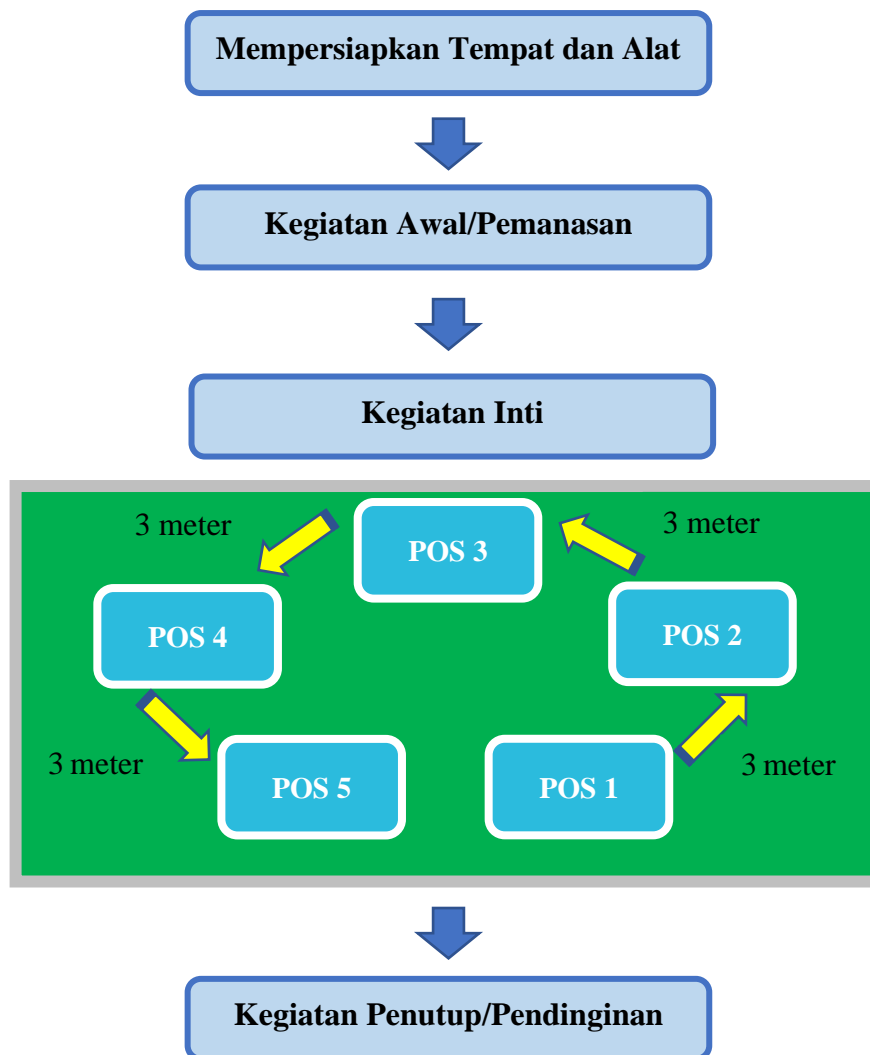
$$IKK = n : N$$

$$IKK = 7 : 10 = 0,7$$

## Lampiran 9. Hasil Model Permainan Sirkuit

### MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR

Pengembangan model pembelajaran melalui permainan sirkuit dapat dihasilkan sesuai kebutuhan yang ada. Hasil analisis berupa model pengembangan melalui permainan sirkuit adalah langkah-langkah pembelajaran. Gambaran desain pengembangan produk model pembelajaran melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa kelas III sekolah dasar sebelum divalidasi oleh validator.



Deskripsi produk desain final model permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar sebagai berikut:

Langkah-langkah pengembangan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit. Model pengembangan aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit dilaksanakan secara bertahap mulai dari mempersiapkan halaman/lapangan, alat permainan, tahap selanjutnya pada kegiatan awal/pemanasan, dilanjutkan kegiatan dan yang terakhir tahap kegiatan penutup/pendinginan. Berikut penjelasannya.

### **1. Mempersiapkan Halaman/Lapangan dan Alat Permainan**

Model aktivitas jasmani ini membutuhkan ruang gerak yang cukup luas. Karena permainan sirkuit terdiri dari beberapa pos yang mengemas berbagai model permainan. Jadi dapat memastikan tempat yang digunakan memungkinkan untuk dilakukan permainan sirkuit. Jarak dari masing-masing pos yaitu 3 meter sesuai dengan karakteristik anak kelas III sekolah dasar dan tingkat kesulitan anak. Peralatan juga sangat diperhatikan dalam sebuah pembelajaran terutama yang digunakan dalam permainan sirkuit di data sesuai kebutuhan setiap posnya.

### **2. Kegiatan Awal/Pemanasan**

Pada kegiatan awal pembelajaran siswa berdoa terlebih dahulu dan melakukan pemanasan lamanya 15 menit untuk mempersiapkan kondisi fisik siswa. Tujuan dari pemanasan untuk meningkatkan suhu tubuh dan melenturkan anggota tubuh siswa agar tidak kaku dan meminimalisir terjadinya cedera saat melakukan aktivitas gerak dasar.

### **3. Kegiatan Inti**

Kegiatan inti pada model pembelajaran melalui permainan sirkuit lamanya kegiatan 50 menit. Permainan sirkuit terdiri dari 5 pos setiap pos waktu kegiatannya 10 menit. Jarak setiap pos 1 dengan yang lainnya memiliki yaitu 3 meter. Setiap pos memiliki tujuan perkembangan yang berbeda dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar mulai dari lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Sebelum permainan dimulai, siswa diberikan arahan mengenai aturan dan langkah-langkah cara bermain dalam permainan sirkuit setiap posnya. Siswa melakukan aktivitas permainan sirkuit dimulai dari pos 1 sampai pos 5 secara berurutan. Setiap pos mengandung unsur pengembangan keterampilan gerak dasar. Kegiatan inti dalam model pengembangan keterampilan gerak dasar melalui permainan sirkuit yaitu:

#### **1. Pos 1**

Nama : Bola Kereta

Jumlah pemain : Menyesuaikan

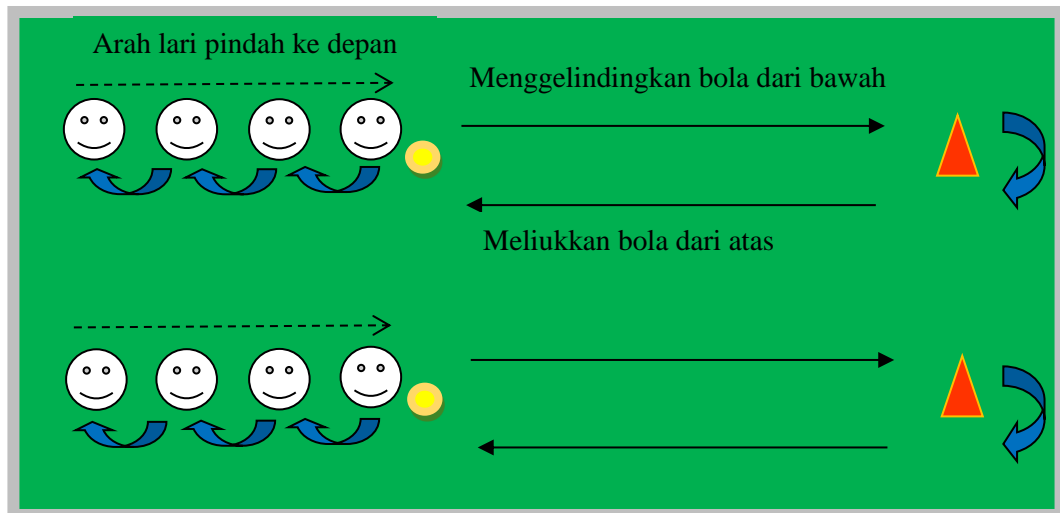
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan :Mengembangkan keterampilan gerak manipulatif, lokomotor, dan non lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa dalam kelas kemudian dibariskan berbanjar ke belakang dengan posisi kaki membuka lebar dengan jarak siswa satu, dua dan seterusnya yaitu satu lengan.

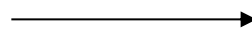
- 2) Jarak antara kelompok satu dengan yang lain 2 meter untuk memberikan ruang gerak berlari berpindah tempat.
- 3) Setiap kelompok mendapatkan satu bola tangan dengan ukuran 4 memiliki diameter 8-8,5 inci atau 20-21 cm dan memiliki berat 0,33-0,36 kg atau 12-13 ons.
- 4) Siswa yang paling depan memberikan bola kepada temannya dibelakang dengan menggelindingkan bola kearah bawah dengan melewati kedua kaki yang dibuka lebar.
- 5) Siswa paling belakang menangkap bola kemudian lari ke depan menjadi siswa paling depan yang bertugas yang menggelindingkan bola ke teman belakangnya sampai melewati *cone*.
- 6) Setelah melewati *cone*, siswa yang paling depan bertugas memberikan bola ke temannya dengan meliukkan badan dan memberikan bola dari atas kepala.
- 7) Siswa yang dibelakang menerima bola dan memberikan kepada temannya dengan meliukkan badan melewati atas kepala.
- 8) Siswa paling belakang setelah menerima bola kemudian lari ke depan dan bertugas meliukkan bola ke belakangnya sampai semua siswa masuk digaris *finish*.
- 9) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah yaitu dengan lari keliling lapangan kecil.



Keterangan:



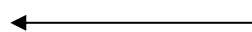
: Siswa



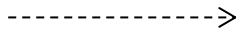
: Arah berjalan



: Bola



: Arah memberikan bola ke belakang



: Arah pindah



: Cone



: Arah melewati cone

## 2. Pos 2

Nama : Katak Mencari Makan

Jumlah pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau lapangan

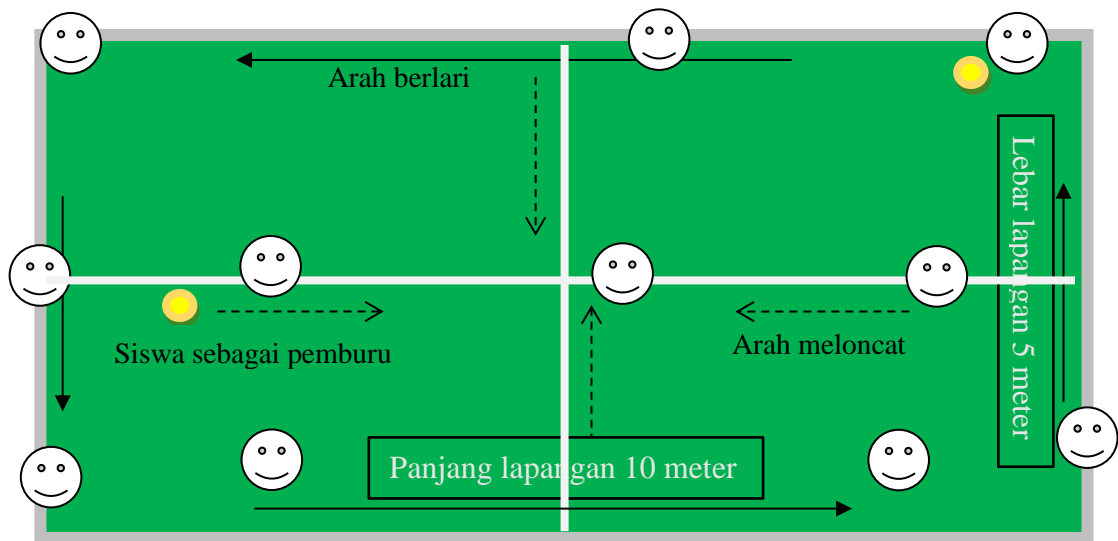
Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar manipulatif dan lokomotor

Cara bermain :

- 1) Semua siswa berada didalam lapangan yang berbentuk persegi panjang dengan dua garis tengah. Didalam permainan ini siswa yang menjadi orang jaga atau

sebagai katak bertugas memburu dengan menembak bola ke siswa lain yang menjadi makanan buruan katak.

- 2) Siswa yang menjadi katak tidak boleh keluar dari garis lapangan tengah. Hanya diperbolehkan berpindah dari kotak/garis lapangan tengah.
- 3) Siswa lain harus menghindar dari siswa jaga atau katak agar tidak terkena lemparan bola dengan berpindah tempat dengan cara lari dan meloncat.
- 4) Permainan ini harus berlari dengan melewati garis luar lapangan yang telah ditentukan dan meloncat pada saat melewati garis tengah lapangan.
- 5) Dalam permainan ini tidak diperbolehkan keluar garis saat berlari dan meloncat seperti kangguru.
- 6) Pemain yang terkena lemparan upan atau bola dari katak maka akan bergantian dan dia menjadi orang jaga atau katak yang memburu makan.
- 7) Dalam permainan ini bisa divariasikan dengan orang yang menjadi katak melempar bola dari luar lapangan supaya bola tidak jauh terlempar dan siswa lebih aktif bergerak lokomotor.
- 8) Kemudian bisa divariasikan dengan siswa yang menjadi makanan katak apabila terkena bola dapat keluar lapangan jadi makanan katak menjadi berkurang dan membuat permainan semakin menantang.
- 9) Guru dalam mendampingi siswa berada diluar lapangan supaya dapat memantau aktivitas siswa saat bermain.



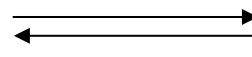
Keterangan:



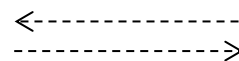
: Siswa



: Bola



: Arah berlari



: Arah meloncat

### 3. Pos 3

Nama : Kertas Melangkah

Jumlah pemain : Menyesuaikan

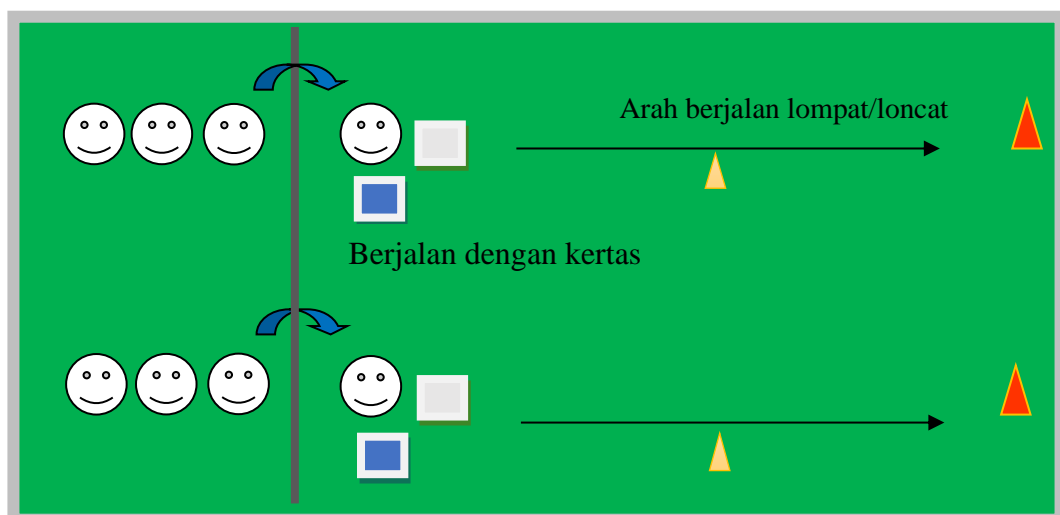
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa dalam kelas kemudian dibariskan berbanjar ke belakang.
- 2) Setiap siswa mendapatkan satu pasang kertas yang berbentuk persegi yang berwarna putih dan biru.
- 3) Kertas warna ini digunakan untuk alas siswa bergerak berjalan melangkah/ berjalan jongkok/ lompat dengan satu kaki/loncat.

- 4) Siswa yang paling depan mulai berjalan dengan menggunakan kertas sebagai alas atau tumpuan kaki kemudian kertas satunya diambil untuk melangkah secara bergantian.
- 5) Jarak siswa meletakkan kertas sesuai dengan langkah kaki siswa kurang lebih 50 cm supaya tidak kejauhan dan mengalami kesulitan saat mengambil kertasnya kembali.
- 6) *Cone* pertama sebagai tanda pada saat siswa melangkah sudah melewati *cone* pertama boleh disusul siswa berikutnya untuk memulai bergerak melangkahkan kertas supaya ada ruang untuk bergerak aktif.
- 7) Siswa harus berjalan lurus sesuai *cone* yang berada diujung.
- 8) Kelompok yang anggotanya lebih dulu sampai garis finish, maka dinyatakan sebagai pemenang.
- 9) Kelompok yang kalah akan mendapatkan hadiah dengan bernyanyi lagu daerah/nasional.



Keterangan:



: Siswa



: Siswa melewati garis



: Kertas warna



: Cone



: Cone pembatas



: Arah berjalan



: Garis start

#### 4. Pos 4

Nama : Bola Berpindah

Jumlah pemain : Menyesuaikan

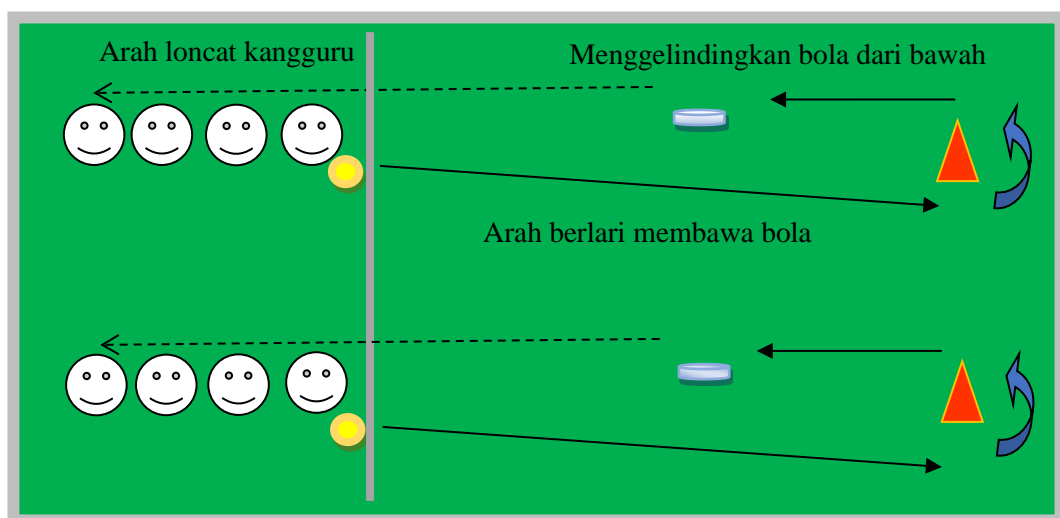
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan manipulatif

Cara bermain :

- 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau menyesuaikan jumlah siswa kemudian dibariskan berbanjar ke belakang.
- 2) Masing-masing kelompok mendapatkan satu bola tangan yang berukuran 4 sesuai karakteristik pada anak kelas III.
- 3) Setiap kelompok memiliki jarak 3 meter antar kelompok satu dengan yang lainnya ini untuk keselamatan bermain anak.
- 4) Setelah ada aba-aba dari guru siswa yang berada pada barisan pertama lari dengan membawa bola melewati jalur dari sisi kanan kemudian melewati cone yang diujung.

- 5) Setelah sampai di *cone* kecil siswa menggelindingkan bola kearah kelompoknya dan ditangkap oleh siswa dibarisan kedua.
- 6) Setelah memberikan bola kepada temannya dan ditangkap, siswa pertama dilanjutkan meloncat seperti kangguru dari *cone* kecil sampai barisan.
- 7) Siswa yang menangkap bola menunggu temannya selesai meloncat seperti kangguru melewati jalur kiri *cone* supaya tidak tabrakan dengan teman yang lain. Setelah itu baru memulai berlari membawa bola dan seterusnya.
- 8) Permainan ini dilakukan sampai orang pertama tadi kembali pada barisan paling depan.
- 9) Kelompok yang lebih dahulu menyelesaikan permainan ini sebagai pemenangnya. Kelompok yang kalah akan mendapat hadiah yaitu dengan meloncat banyak 5 kali.



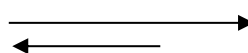
Keterangan:



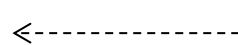
: Siswa



: Bola



: Arah berlari



: Arah loncat kangguru



: *Cone*



: *Cone* pembatas



: Arah lari putari *cone*



: *Garis start*

### 5. Pos 5

Nama : Tembakan Bola Kelinci

Jumlah pemain : Menyesuaikan

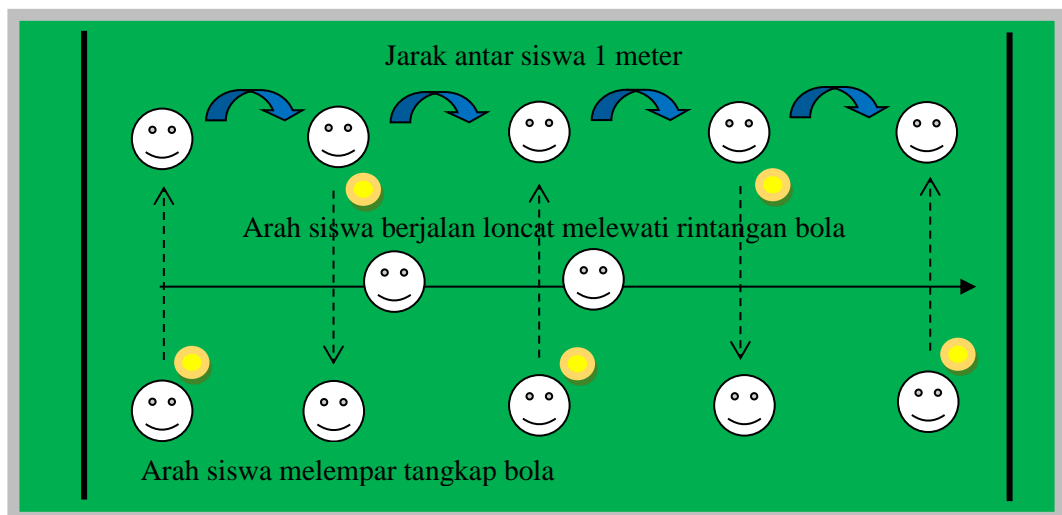
Tempat : Halaman atau lapangan

Tujuan : Mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor, dan manipulatif




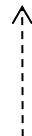

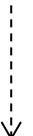
Cara bermain :


- 1) Siswa bermain tembakan bola yaitu ada yang sebagai pelempar bola berpasangan dan meloncat seperti kelinci.
- 2) Siswa pelempar bola duduk jongkok berpasangan saling berhadapan dengan jarak 3 (tiga) meter bertugas melempar bola dengan cara menggelindingkan/memantulkan dan menangkap bola dikembalikan lagi kepada pasangannya
- 3) Setiap pasangan pelempar dan menangkap bola yang satu dengan lainnya memiliki jarak yaitu 2 (dua) meter untuk menjaga keselamatan pada anak.
- 4) Siswa peloncat seperti kelinci harus melewati rintangan dari tembakan bola yaitu berupa lemparan bola dari siswa pelempar dengan berjalan meloncat loncat seperti halnya kelinci.
- 5) Siswa yang meloncat seperti halnya kelinci berusaha untuk tidak terkena bola dari tembakan siswa pelempar. Sasaran tembakan bola hanya boleh pada kaki saja.

- 6) Siswa yang meloncat harus meloncat dengan sungguh-sungguh seperti gerakan kelinci meloncat untuk menekankan gerak dasar lokomotor.
- 7) Siswa yang meloncat seperti kelinci dimulai melewati rintangan dua siswa terlebih dahulu baris dengan rapi supaya ada ruang untuk bergerak meloncat apabila dilakukan secara bersamaan.
- 8) Apabila siswa sebagai kelinci bisa lolos dari tembakan dan sambal diujung, maka harus berjalan keluar, dan memulai dari garis start lagi supaya tidak terjadi tabrakan dengan siswa yang meloncat lainnya.
- 9) Apabila ada siswa peloncat yang terkena bola tembakan, maka bisa bergantian dengan siswa pelempar bola. Seperti ini dan seterusnya sampai semua siswa melakukan.



Keterangan:

-  : Siswa
 
 : Arah loncat
-  : Bola
 

-  : Jarak siswa
 

 : Arah lempar tangkap:



: Garis *start* dan garis *finish*

## **6. Kegiatan Penutup/Pendinginan**

Pada kegiatan penutup lama waktunya 5 menit yaitu berupa pendinginan yang dipandu oleh guru. Tujuan dari pendinginan ini yaitu merileksasikan otot-otot setelah beraktivitas. Guru dapat mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan serta menutup pembelajaran dengan berdoa.

## Lampiran 10. Rubrik Penilaian Siswa

### RUBRIK PENILAIAN MODEL PERMAINAN SIRKUIT UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR

#### 1. Rubrik Penilaian Aspek Lokomotor

Skor			
1	2	3	4
Anak tidak melakukan gerakan lokomotor/ hanya diam di permainan bola kereta, katak mencari makan, kertas melangkah, bola berpindah, tembakan bola kelinci.	Anak mampu melakukan gerakan jalan, lari, lompat, dan loncat tetapi gagal mempertahankan keseimbangan dan koordinasi pada permainan bola kereta, katak mencari makan, kertas melangkah, bola berpindah, tembakan bola kelinci.	Anak mampu melakukan gerakan jalan, lari, lompat, dan loncat mempertahankan keseimbangan dan koordinasi tubuh tetapi masih lambat pada permainan bola kereta, katak mencari makan, kertas melangkah, bola berpindah, tembakan bola kelinci.	Anak mampu melakukan gerakan jalan, lari, lompat, dan loncat serta dapat mempertahankan keseimbangan dan koordinasi tubuh dengan cepat.

#### 2. Rubrik Penilaian Aspek Non Lokomotor

Skor			
1	2	3	4
Anak tidak melakukan gerakan non lokomotor/ hanya diam di permainan bola kereta.	Anak melakukan gerakan meliukkan tubuh dengan mengoperkan bola masih gagal dan sering terjatuh pada permainan bola kereta.	Anak melakukan gerakan meliukkan tubuh dengan mengoperkan bola tetapi lambat di permainan bola kereta.	Anak melakukan gerakan meliukkan tubuh dan lengan secara cepat di permainan bola kereta.

### 3. Rubrik Penilaian Aspek Manipulatif

Skor			
1	2	3	4
Anak tidak melakukan gerakan manipulatif/ hanya diam di permainan bola kereta, katak mencari makan, kertas melangkah, bola berpindah, tembakan bola kelinci.	Anak mampu melakukan gerakan melempar dan menangkap bola tetapi gagal menyelamatkan bola yang datang pada permainan bola kereta, katak mencari makan, bola berpindah, tembakan bola kelinci.	Anak mampu melakukan gerakan melempar dan menangkap bola, menyelamatkan bola yang datang pada permainan bola kereta, katak mencari makan, bola berpindah, tembakan bola kelinci tetapi masih lambat.	Anak mampu melakukan gerakan melempar dan menangkap bola dengan cepat di permainan bola kereta, katak mencari makan, bola berpindah, tembakan bola kelinci

## Lampiran 11. Hasil Rubrik Penilaian Siswa

### 1. SD Negeri Jigudan

#### HASIL RUBRIK PENILAIAN MODEL PERMAINAN SIRKUIT UJI COBA SKALA KECIL SD NEGERI JIGUDAN

No	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah	Nilai	Ket.
		Lokomotor	Non Lokomotor	Manipulatif			
1	ARFP	4	4	3	11	91,6	T
2	AG	3	3	3	9	75	T
3	ANA	4	3	3	10	83,3	T
4	ARS	3	3	3	9	75	T
5	ACS	4	3	3	10	83,3	T
6	ALA	4	4	4	12	100	T
7	AKN	4	4	3	11	91,6	T
8	ANHS	4	4	4	12	100	T
9	ALZ	4	4	3	11	91,6	T
10	CZM	4	3	4	11	91,6	T
11	FCA	4	3	3	10	83,3	T
12	FRA	4	4	4	12	100	T
13	FGP	4	4	4	12	100	T
14	FDA	4	3	4	11	91,6	T
15	HFP	4	4	4	12	100	T
16	JAL	4	3	3	10	83,3	T
17	KAP	3	3	4	10	83,3	T
18	MZM	4	3	4	11	91,6	T
19	MRM	3	3	3	9	75	T
20	MAAP	4	3	3	10	83,3	T
21	NR	4	3	4	11	91,6	T
22	YPM	4	2	3	9	75	T

Pandak, 09 februari 2022

Evaluator



Marlindah, S.Pd.

## 2. SD Negeri Ciren

### HASIL RUBRIK PENILAIAN MODEL PERMAINAN SIRKUIT UJI COBA SKALA BESAR SD NEGERI CIREN

No	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah	Nilai	Ket.
		Lokomotor	Non Lokomotor	Manipulatif			
1	ADM	4	4	4	12	100	T
2	AK	4	4	4	12	100	T
3	ED	4	3	4	11	91,6	T
4	EWS	4	4	4	12	100	T
5	ELT	4	4	4	12	100	T
6	FAZ	4	3	3	10	83,3	T
7	GAF	4	4	4	12	100	T
8	IYP	4	4	4	12	100	T
9	OSS	3	3	3	9	75	T
10	RFA	4	4	4	12	100	T
11	SCG	3	3	3	9	75	T
12	SAM	4	4	4	12	100	T

*Pandak* ..... 17 Feb 2022

Evaluator



*(Sudarti, S.Pd)*

### 3. SD Negeri Salam

#### HASIL RUBRIK PENILAIAN MODEL PERMAINAN SIRKUIT UJI COBA SKALA BESAR SD NEGERI SALAM

No	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah	Nilai	Ket.
		Lokomotor	Non Lokomotor	Manipulatif			
1	ADR	3	3	3	9	75	T
2	BP	4	4	4	12	100	T
3	CSPW	4	4	4	12	100	T
4	DDNC	4	4	3	11	91,6	T
5	DPK	4	4	4	12	100	T
6	DNA	4	4	4	12	1000	T
7	DRNA	4	4	3	11	91,6	T
8	EAP	4	4	4	12	100	T
9	FAA	4	4	4	12	100	T
10	FN	4	4	4	12	100	T
11	HARP	3	3	3	9	75	T
12	KS	4	4	4	12	100	T
13	MRS	4	3	4	11	91,6	T
14	NSA	4	3	3	10	83,3	T
15	NAZ	4	4	4	12	100	T
16	NA	4	4	4	12	100	T
17	NNL	4	4	4	12	100	T
18	NCP	4	4	4	12	100	T
19	PV	4	4	3	11	91,6	T
20	RFN	4	4	4	12	100	T
21	R FDP	4	3	3	10	83,3	T
22	SNA	4	4	4	12	100	T
23	SGR	4	3	4	11	91,6	T
24	WZR	3	3	4	10	83,3	T

BANDAR ..... 24 FEB 2022 .....

Evaluator



SUBANDI, S.Pd, I.A.C.

## Lampiran 12. Hasil Perhitungan Statistik

### 1. Uji Coba Produk Skala Kecil

#### a. Statistics

		Lokomotor	Non Lokomotor	Manipulatif
N	Valid	22	22	22
	Missing	0	0	0
Mean		3.8182	3.3182	3.4545
Median		4.0000	3.0000	3.0000
Mode		4.00	3.00	3.00
Std. Deviation		.39477	.56790	.50965
Minimum		3.00	2.00	3.00
Maximum		4.00	4.00	4.00
Sum		84.00	73.00	76.00

#### b. Frequency Table

		Lokomotor			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	3.00	4	18.2	18.2	18.2
	4.00	18	81.8	81.8	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

		Non Lokomotor			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	2.00	1	4.5	4.5	4.5
	3.00	13	59.1	59.1	63.6
	4.00	8	36.4	36.4	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**Manipulatif**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3.00	12	54.5	54.5	54.5
	4.00	10	45.5	45.5	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

**2. Uji Coba Produk Skala Besar**

**a. Statistics**

		Lokomotor	Non Lokomotor	Manipulatif
N	Valid	36	36	36
	Missing	0	0	0
Mean		3.8611	3.6944	3.7222
Median		4.0000	4.0000	4.0000
Mode		4.00	4.00	4.00
Std. Deviation		.35074	.46718	.45426
Minimum		3.00	3.00	3.00
Maximum		4.00	4.00	4.00
Sum		139.00	133.00	134.00

**b. Frequency Table**

		<b>Lokomotor</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3.00	5	13.9	13.9	13.9
	4.00	31	86.1	86.1	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

### Non Lokomotor

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3.00	11	30.6	30.6	30.6
	4.00	25	69.4	69.4	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

### Manipulatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3.00	10	27.8	27.8	27.8
	4.00	26	72.2	72.2	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

### Lampiran 13. Dokumentasi



**Gambar 1: Pengkondisian Siswa Sebelum Pembelajaran**



**Gambar 2: Guru Melakukan Presensi, Berdoa dan Apersepsi**



**Gambar 3: Siswa Melakukan Pemanasan**



**Gambar 4: Permainan Bola Kereta**



**Gambar 5: Permainan Katak Mencari Makan**



**Gambar 6: Permainan kertas melangkah**



**Gambar 7: Permainan Bola Berpindah**



**Gambar 8: Permainan Tembakan Bola Kelinci**



**Gambar 9: Pendinginan**



**Gambar 10: SD Negeri Jigudan**



**Gambar 11: SD Negeri Ciren**



**Gambar 12: SD Negeri Salam**

