

## **MODEL PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN KELINCAHAN BERBASIS PERMAINAN PADA SISWA KELAS ATAS SEKOLAH DASAR**

**Fasfakhis Shafkhal Jamil<sup>1</sup>, Sujarwo<sup>2</sup>, Slamet Sukriadi<sup>3</sup>**  
**Universitas Negeri Jakarta**  
*Email : [fasfakhis3@gmail.com](mailto:fasfakhis3@gmail.com)<sup>1</sup>*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan bagi siswa kelas atas sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan adalah ADDIE, yang terdiri dari lima tahap: analisis, desain, pengembangan model, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil penelitian ini menghasilkan produk berupa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan, yang telah direvisi oleh ahli kebugaran jasmani, ahli permainan, dan ahli pembelajaran. Sebanyak 18 model telah diuji coba di SDN Cilandak Timur 03 Pagi dan divalidasi oleh dosen ahli kebugaran jasmani, dosen ahli permainan, dan ahli pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan ini dapat menjadi alternatif model pembelajaran yang memberikan kontribusi positif terhadap proses belajar, sehingga hasil pembelajaran menjadi lebih optimal. Berdasarkan temuan penelitian, model pembelajaran kelincahan berbasis permainan ini dapat dikembangkan lebih lanjut dan diterapkan pada siswa kelas atas sekolah dasar.

**Kata kunci:** Kebugaran Jasmani, Kelincahan, Permainan, Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.

### **ABSTRACT**

*This study aims to develop a game-based agility learning model for upper grade elementary school students. The research method used is ADDIE, which consists of five stages: analysis, design, model development, implementation, and evaluation. The results of this study produced a product in the form of a game-based agility learning model, which has been revised by physical fitness experts, game experts, and learning experts. A total of 18 models were tested at SDN Cilandak Timur 03 Pagi and validated by physical fitness expert lecturers, game expert lecturers, and learning experts. The results showed that this game-based agility learning model can be an alternative learning model that makes a positive contribution to the learning process, so that learning outcomes become more optimal. Based on the research findings, this game-based agility learning model can be further developed and applied to upper grade elementary school students.*

**Keywords:** Physical Fitness, Agility, Games, Upper Grade Elementary School Students.

### **PENDAHULUAN**

Olahraga pendidikan adalah bagian dari pendidikan jasmani dan olahraga yang dipraktikkan sebagai bagian dari proses pendidikan secara terencana dan bertahap. Di Indonesia, konsep ini sering disebut sebagai pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan atau lebih dikenal dengan istilah Penjasorkes. Pendidikan jasmani adalah bagian yang tak terpisahkan dari keseluruhan sistem pendidikan, yang memanfaatkan kegiatan fisik sebagai sarana untuk mencapai berbagai tujuan. Tujuan dari pendidikan jasmani tidak hanya terfokus pada pengembangan aspek fisik semata, tetapi juga pada pengembangan aspek mental, sosial, emosional, intelektual, menyusun sifat-sifat yang kokoh, mengasah kemahiran motorik individu, merangsang kemampuan berpikir yang kritis, memupuk semangat sportivitas, dan meningkatkan gaya hidup yang sehat.

Untuk mencapai tujuan tersebut, diperlukan pendekatan khusus yang sesuai dengan

karakteristik bidang studi tersebut. Salah satu bentuk pendekatan yang digunakan adalah sistematika pembelajaran, yang dalam konteks pendidikan jasmani, terdiri dari tahap pendahuluan, tahap inti pembelajaran, dan tahap penutup. Efektivitas pembelajaran dalam pendidikan jasmani dapat diukur melalui tingginya rata-rata waktu aktif belajar yang diikuti dengan rendahnya waktu menunggu. (Winarno & Pd, 2006) Sesuai dengan fokus pada keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani, tujuannya adalah untuk memperkaya pengetahuan dasar gerak anak-anak melalui aktivitas fisik yang sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya.

Pada konteks pendidikan jasmani di sekolah, salah satu materinya adalah kebugaran fisik. Kebugaran fisik merujuk pada kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas fisik tanpa merasa lelah. Materi ini memiliki peran yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan peserta didik karena mencakup berbagai aspek fisik seperti daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, dan kecepatan reaksi. Kebugaran fisik memainkan peran krusial dalam pencapaian prestasi belajar anak di sekolah. Oleh karena itu, ketika kebugaran fisik anak di sekolah kurang, hal ini dapat mengganggu aktivitas pembelajaran mereka. Pada komponen yang menjadi titik utama peneliti adalah pada komponen kelincahan, kelincahan merupakan kemampuan seseorang dalam mengubah arah dengan cepat dan kemampuan reaksi yang kaitannya sangat penting didalamnya, sehingga peneliti akan membahas lebih dalam tentang kelincahan siswa sekolah dasar khususnya kelas atas.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti di SDN Cilandak Timur 03 Pagi, terungkap bahwa dalam pembelajaran materi kebugaran jasmani di kelas atas pada komponen kelincahan, sebagian besar siswa menunjukkan kurang antusiasnya dalam mengikuti pelajaran. Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan kurangnya minat siswa dalam pembelajaran kebugaran jasmani ini. Di antaranya adalah kurangnya kelengkapan sarana dan prasarana, terutama dalam hal ketersediaan alat yang dibutuhkan untuk pembelajaran. Metode pengajaran yang diterapkan oleh guru penjasorkes juga kurang bervariasi, sehingga siswa mudah merasa jenuh dan pembelajaran menjadi kurang efektif. Selain itu, kurangnya pemanfaatan media pembelajaran yang dapat dimodifikasi juga menjadi salah satu faktor penyebab.

Kurangnya antusiasme siswa dalam pembelajaran kebugaran jasmani ini berpotensi menurunkan tingkat kebugaran jasmani mereka. Lebih lanjut, masalah ini juga dapat memengaruhi perkembangan motorik siswa. Oleh karena itu, perhatian khusus dari guru pendidikan jasmani perlu dilakukan untuk mengatasi masalah ini demi mencapai hasil pembelajaran yang optimal. Oleh karena itu, pentingnya untuk menginvestigasi pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani guna mendukung peran guru pendidikan jasmani dalam membimbing siswa menuju kebugaran fisik.

Menanggapi permasalahan yang telah diuraikan di atas, peneliti bermaksud untuk membangun sebuah model pembelajaran kebugaran jasmani yang menitikberatkan pada aspek kelincahan dan menggunakan pendekatan berbasis permainan. Melalui pendekatan bermain ini, diharapkan anak akan lebih bersemangat dan antusias dalam mengikuti pembelajaran kebugaran jasmani karena dunia anak secara alamiah berhubungan dengan konsep bermain. Dengan adanya variasi model pembelajaran yang ditawarkan, diharapkan dapat meningkatkan semangat dan motivasi anak dalam proses pembelajaran. Komponen kelincahan juga diintegrasikan dalam model ini untuk menarik minat anak-anak melalui permainan kompetitif baik secara individu maupun dalam kelompok. Implementasi model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis permainan ini diharapkan akan merangsang respons positif dari indra permainan, seperti penglihatan, pendengaran,

dan peraba. Keseimbangan indra ini diharapkan dapat memengaruhi berbagai aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif pada anak-anak yang terlibat dalam pembelajaran tersebut.

Dari tinjauan masalah yang telah diuraikan, peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian yang berjudul “Model Pengembangan Pembelajaran Kelincahan Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar.”

## **METODE**

Secara keseluruhan, penelitian ini bertujuan untuk menciptakan suatu model pembelajaran yang menggunakan permainan untuk meningkatkan kelincahan siswa di sekolah dasar tingkat atas, dengan tujuan meningkatkan tingkat kebugaran mereka. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah menciptakan suatu produk berupa model pembelajaran yang diharapkan dapat meningkatkan antusiasme, keaktifan, dan pemahaman siswa terhadap proses pembelajaran yang mereka jalani di sekolah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Pengembangan Model**

Secara keseluruhan, penelitian ini menghasilkan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas di sekolah dasar. Selain itu, tersedia buku pedoman yang menjadi panduan dalam menerapkan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas di sekolah dasar, yang mencakup 18 model pembelajaran tersebut. Pelaksanaan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan ini dilakukan di SDN Cilandak Timur 03 Pagi dengan menggunakan pengembangan model ADDIE. (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation).

### **Hasil Analisis Kebutuhan**

Penyusunan materi dalam penelitian ini didasarkan pada evaluasi kebutuhan yang ditemukan oleh peneliti selama pengamatan di lapangan. Analisis ini menjadi landasan dalam merancang model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas di sekolah dasar.

Model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas di sekolah dasar dapat dilaksanakan dan dikembangkan.

Model pembelajaran kelincahan berbasis permainan ini dirancang dengan memperhatikan karakteristik pertumbuhan serta perkembangan siswa kelas atas di sekolah dasar.

Sehingga terdapat variasi dalam model pembelajaran kelincahan yang berbasis permainan untuk siswa kelas atas di sekolah dasar. Model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas di sekolah dasar merupakan hasil dari penelitian lapangan yang melibatkan observasi dan wawancara dengan guru penjas di sekolah dasar.

No.	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah siswa mengetahui apa itu kelincahan dalam kebugaran jasmani?	Semua siswa mengetahui apa itu kelincahan dalam kebugaran fisik jasmani.
2	Apakah sudah pernah dilakukan permainan untuk materi kelincahan dalam kebugaran jasmani ?	Sudah pernah, setiap materi kelincahan diajarkan cara-cara melatih kemampuan kelincahan dengan aktivitas bermain namun tidak semua model latihan kelincahan digunakan.
3	Bagaimana model permainan yang sudah pernah diterapkandikelas?	Siswa melakukan permainan galahsin dengan beberapa modifikasi cara bermain dan penggunaan media tambahan.
4	Bagaimana antusias siswa saat melakukan permainan kelincahan tersebut?	Siswa kurang antusias, mereka lebih antusias dengan permainan yang berlari atau mengandalkan kerjasama tim.
5	Apa yang menjadi kendala bapak selama mengajar materi kelincahan?	Kendala yang dihadapi ialah kurangnya antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran, juga kurangnya pemanfaatan media pembelajaran.
6	Apakah bapak setuju jika siswa diberikan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan?	Sangat setuju, agar menjadi referensi dan inovasi baru bagi guru dalam mengajarkan materi kelincahan.

Tabel 1 Wawancara dengan Guru PJOK

Berdasarkan evaluasi lapangan dan hasil wawancara, peneliti menyimpulkan bahwa pembelajaran penjas, terutama dalam aspek kebugaran jasmani dan kelincahan, sering kali monoton dan kurang memanfaatkan media pembelajaran. Oleh karena itu, penting untuk mengimplementasikan model pembelajaran kelincahan yang berbasis permainan bagi siswa kelas atas di sekolah dasar ini, dengan tujuan untuk meningkatkan keceriaan dan efektivitas pembelajaran.

#### **Model Draft Awal**

Setelah menyelesaikan tahap pengumpulan data dan penyusunan draft model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar, langkah selanjutnya adalah melakukan uji coba kepada sejumlah ahli untuk mengevaluasi kevalidan model tersebut dengan melakukan penilaian langsung kepada mereka. Peneliti menguji model ini kepada tiga ahli yang memiliki keahlian dalam bidangnya masing-masing, yakni ahli kebugaran jasmani, ahli permainan, dan ahli pembelajaran. Hasil dari validasi model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar dapat diuraikan sebagai berikut:

No	Nama Model	Aspek Yang Dinilai	Kelayakan		Kesimpulan
			Layak	Tidak Layak	
1	Permainan Fakhis 1	A. Tujuan Pembelajaran		✓	Cari Yang Merubah Arah
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
2	Permainan Fakhis 2	A. Tujuan Pembelajaran		✓	Cari Yang Merubah Arah
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
3	Permainan Fakhis 3	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
4	Permainan Fakhis 4	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

5	Permainan Fakhis 5	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
6	Permainan Fakhis 6	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
7	Permainan Fakhis 7	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
8	Permainan Fakhis 8	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
9	Permainan Fakhis 9	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
		A. Tujuan Pembelajaran			

10	Permainan Fakhis 10	B. Media Pembelajaran	✓		
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
11	Permainan Fakhis 11	A. Tujuan Pembelajaran		✓	Cari Yang Merubah Arah
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
12	Permainan Fakhis 12	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
13	Permainan Fakhis 13	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

14	Permainan Fakhis 14	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
15	Permainan Fakhis 15	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
16	Permainan Fakhis 16	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
17	Permainan Fakhis 17	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
18	Permainan Fakhis 18	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

Tabel.2 Saran dan Masukan dari Dosen Ahli Kebugaran Jasmani

No	Nama Model	Aspek Yang Dinilai	Kelayakan		Kesimpulan
			Layak	Tidak Layak	
		A. Tujuan Pembelajaran			

1	Permainan Fakhis 1	B. Media Pembelajaran	✓		
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
2	Permainan Fakhis 2	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
3	Permainan Fakhis 3	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

4	Permainan Fakhis 4	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
5	Permainan Fakhis 5	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
6	Permainan Fakhis 6	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
7	Permainan Fakhis 7	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
8	Permainan Fakhis 8	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
9	Permainan Fakhis 9	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
10	Permainan Fakhis 10	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
		A. Tujuan Pembelajaran			
		B. Media Pembelajaran			

11	Permainan Fakhis 11	C. Keterangan Gambar	✓		
		D. Cara Bermain			
12	Permainan Fakhis 12	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

13	Permainan Fakhis 13	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
14	Permainan Fakhis 14	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
15	Permainan Fakhis 15	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
16	Permainan Fakhis 16	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
17	Permainan Fakhis 17	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
18	Permainan Fakhis 18	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

Tabel 3 Saran dan Masukan dari Dosen Ahli Permainan

No	Nama Model	Aspek Yang Dinilai	Kelayakan		Kesimpulan
			Layak	Tidak Layak	
1	Permainan Fakhis 1	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			
2	Permainan Fakhis 2	A. Tujuan Pembelajaran	✓		
		B. Media Pembelajaran			
		C. Keterangan Gambar			
		D. Cara Bermain			

Tabel.4 Saran dan Masukan dari Dosen Ahli Pembelajaran



### Model Draft Final

Setelah model tersebut disetujui, terdapat 18 model pembelajaran kelincihan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar. Model- model ini mencakup berbagai elemen seperti tujuan pembelajaran, alat dan media yang digunakan, serta implementasi dalam proses pembelajaran.

No.	Model	Saran dan Masukan
1.	Permainan Fakhis 1	Sudah dapat diterapkan
2.	Permainan Fakhis 2	Sudah dapat diterapkan
3.	Permainan Fakhis 3	Sudah dapat diterapkan
4.	Permainan Fakhis 4	Sudah dapat diterapkan
5.	Permainan Fakhis 5	Sudah dapat diterapkan
6.	Permainan Fakhis 6	Sudah dapat diterapkan
7.	Permainan Fakhis 7	Sudah dapat diterapkan
8.	Permainan Fakhis 8	Sudah dapat diterapkan
9.	Permainan Fakhis 9	Sudah dapat diterapkan
10.	Permainan Fakhis 10	Sudah dapat diterapkan
11.	Permainan Fakhis 11	Sudah dapat diterapkan
12.	Permainan Fakhis 12	Sudah dapat diterapkan
13.	Permainan Fakhis 13	Sudah dapat diterapkan
14.	Permainan Fakhis 14	Sudah dapat diterapkan
15.	Permainan Fakhis 15	Sudah dapat diterapkan
16.	Permainan Fakhis 16	Sudah dapat diterapkan
17.	Permainan Fakhis 17	Sudah dapat diterapkan
18.	Permainan Fakhis 18	Sudah dapat diterapkan

Tabel 5 Model draft final

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa 18 model pembelajaran kelincihan berbasis permainan yang dapat diterapkan pada siswa kelas atas sekolah dasar.

No.	Model Permainan	Tingkat Kesulitan			Total Responden
		Low	Medium	High	
1	Permainan Fakhis 1	12	1	2	15
2	Permainan Fakhis 2	13	2	0	15
3	Permainan Fakhis 3	13	1	1	15
4	Permainan Fakhis 4	10	3	2	15
5	Permainan Fakhis 5	10	4	1	15
6	Permainan Fakhis 6	14	1	0	15
7	Permainan Fakhis 7	13	2	0	15
8	Permainan Fakhis 8	5	9	1	15
9	Permainan Fakhis 9	6	9	0	15
10	Permainan Fakhis 10	3	10	2	15
11	Permainan Fakhis 11	6	8	1	15
12	Permainan Fakhis 12	3	10	2	15
13	Permainan Fakhis 13	2	8	5	15
14	Permainan Fakhis 14	1	5	9	15

15	Permainan Fakhis 15	1	4	10	15
16	Permainan Fakhis 16	3	3	9	15
17	Permainan Fakhis 17	1	3	11	15
18	Permainan Fakhis 18	0	5	10	15

Tabel 6 Angket penilaian siswa terhadap tingkat kesulitan model permainan

Di samping itu, terdapat juga angket evaluasi dari siswa mengenai tingkat kesulitan dari setiap model permainan yang telah dirancang dan diimplementasikan. Hasil dari angket ini digunakan oleh peneliti sebagai faktor pertimbangan dalam menilai tingkat kesulitan dari model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar.

### **Kelayakan Model**

Dalam penelitian ini, beberapa ahli terlibat untuk menguji kevalidan model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar. Expert judgement digunakan untuk memperoleh masukan tentang rancangan model tersebut. Setelah melalui proses validasi, evaluasi, dan revisi oleh para ahli, diperoleh hasil berupa 18 model yang terbukti valid.

#### 1. Data Hasil Validasi Ahli Kebugaran Jasmani

Rancangan produk yang telah disusun divalidasi oleh Ahli kebugaran jasmani Bapak Dwi Indra Kurniawan, M.Pd yang memiliki jabatan sebagai Dosen Pendidikan Jasmani di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.

#### 2. Data Hasil Validasi Ahli Permainan

Rancangan produk yang telah disusun divalidasi oleh Ahli Permainan Dr. Eka Fitri Novitasari, M.Pd yang memiliki jabatan sebagai Dosen Pendidikan Jasmani di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.

#### 3. Data Hasil Validasi Guru Pendidikan Jasmani

Rancangan produk yang telah disusun divalidasi oleh Ahli Pembelajaran Dr. Iwan Setiawan, M.Pd yang memiliki jabatan sebagai Dosen Pendidikan Jasmani di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.

No	Nama Model	Kelayakan Model			Keterangan
		P1	P2	P3	
1	Permainan Fakhis 1	YA	YA	YA	LAYAK
2	Permainan Fakhis 2	YA	YA	YA	LAYAK
3	Permainan Fakhis 3	YA	YA	YA	LAYAK
4	Permainan Fakhis 4	YA	YA	YA	LAYAK
5	Permainan Fakhis 5	YA	YA	YA	LAYAK
6	Permainan Fakhis 6	YA	YA	YA	LAYAK
7	Permainan Fakhis 7	YA	YA	YA	LAYAK
8	Permainan Fakhis 8	YA	YA	YA	LAYAK
9	Permainan Fakhis 9	YA	YA	YA	LAYAK

10	Permainan Fakhis 10	YA	YA	YA	LAYAK
11	Permainan Fakhis 11	YA	YA	YA	LAYAK
12	Permainan Fakhis 12	YA	YA	YA	LAYAK
13	Permainan Fakhis 13	YA	YA	YA	LAYAK
14	Permainan Fakhis 14	YA	YA	YA	LAYAK
15	Permainan Fakhis 15	YA	YA	YA	LAYAK
16	Permainan Fakhis 16	YA	YA	YA	LAYAK
17	Permainan Fakhis 17	YA	YA	YA	LAYAK
18	Permainan Fakhis 18	YA	YA	YA	LAYAK
<p>Keterangan :</p> <p>P1: Dosen Ahli Kebugaran Jasmani</p> <p>P2: Dosen Ahli Permainan</p> <p>P3: Dosen Ahli Pembelajaran</p>					

Tabel 7 Kelayakan Model

#### Efektivitas Model

Model yang telah divalidasi oleh tiga ahli mendapatkan beberapa masukan mengenai kelemahan dari beberapa model pembelajaran yang ada, serta beberapa saran yang konstruktif untuk memperbaiki model pembelajaran kelincahan berbasis permainan bagi siswa kelas atas di sekolah dasar. Tanggapan dan saran tersebut mencakup:

1. Saran Dosen Ahli Kebugaran Jasmani
  - a) Model bisa lebih dikembangkan lagi agar model banyak dilakukan dengan banyak gerakan sesuai pengertian dari kelincahan
2. Saran Dosen Ahli Permainan
  - a) Sebaiknya model permainan diklasifikasikan sesuai kompetensi dasar dan fasenya yaitu fase C
  - b) Setiap model permainan harus menggunakan media yang bervariasi dalam pembelajaran
3. Saran Dosen Ahli Pembelajaran
  - a) Format dalam lembar kelayakan model harus diperbarui

#### Pembahasan

Setelah model pembelajaran ini dinyatakan layak oleh validator dan diterapkan di lapangan dengan partisipasi 15 siswa, hasil analisis lapangan dan uji coba ahli yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar yang dikembangkan dalam penelitian ini efektif dan dapat diterapkan dalam pembelajaran kebugaran jasmani. Dengan menerapkan metode permainan, siswa menunjukkan semangat yang lebih tinggi dalam mengikuti materi kebugaran jasmani, sementara model ini juga berhasil meningkatkan antusiasme dan partisipasi aktif dari semua siswa, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih

optimal.

Berdasarkan data yang dipaparkan oleh peneliti, terdapat beberapa aspek dari model pembelajaran yang perlu direvisi untuk memaksimalkan manfaat pengembangan model kelincahan berbasis permainan ini pada siswa kelas atas sekolah dasar.

Meskipun penelitian ini telah dilakukan dengan upaya maksimal oleh peneliti, tetap diakui bahwa ada keterbatasan yang perlu dievaluasi untuk meningkatkan kualitas penelitian ke depannya. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermakna dalam pembelajaran, terutama dalam konteks pendidikan jasmani, khususnya dalam pembelajaran kebugaran jasmani bagi siswa kelas atas sekolah dasar.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan data yang diperoleh dari uji ahli dan beberapa tahapan validasi, peneliti menyimpulkan bahwa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar, yang terdiri dari 18 model, layak digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan demikian, model ini bisa dijadikan referensi dan solusi untuk masalah pembelajaran kebugaran jasmani pada siswa kelas atas sekolah dasar.

### **Saran**

Terdapat beberapa saran yang telah dikemukakan oleh peneliti terkait dengan produk yang dikembangkan. Saran-saran itu meliputi saran pemanfaatan, diseminasi, dan saran pengembangan lebih lanjut.

#### **1. Saran Pemanfaatan**

Produk pengembangan ini berupa model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar, yang bisa digunakan sebagai rujukan atau referensi oleh guru pendidikan jasmani. Penggunaan model pembelajaran ini harus mempertimbangkan situasi, kondisi, serta sarana dan prasarana yang tersedia, yang ada di lapangan.

#### **2. Saran Diseminasi**

Penyebarluasan dan pengembangan produk untuk menyebarkan dan mengembangkan produk ini ke sasaran yang lebih luas, peneliti memberikan beberapa saran berikut:

- a) Sebelum produk disebarluaskan, sebaiknya model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar dirancang ulang agar lebih baik dan lebih menarik, termasuk pada bagian sampul maupun isi dari model pembelajaran tersebut.
- b) Jumlah buku yang dicetak harus ditingkatkan agar dapat didistribusikan lebih luas ke guru pendidikan jasmani. Dengan demikian, guru pendidikan jasmani dapat memahami dan menerapkan model ini secara efektif dan efisien.

#### **3. Saran Pengembangan Lebih Lanjut**

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memperluas perspektif dan memperbarui pengetahuan. Dalam mengembangkan penelitian ini lebih lanjut, peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut:

- a) Subyek penelitian sebaiknya diperluas.
- b) Model yang dikembangkan sebaiknya lebih variatif dan lebih banyak agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara optimal.
- c) Model pembelajaran yang dihasilkan ini sebaiknya disebarluaskan ke tingkat yang lebih luas untuk memudahkan guru pendidikan jasmani mendapatkan referensi variasi model pembelajaran kelincahan berbasis permainan untuk siswa kelas atas sekolah dasar.

## Saran

Meskipun sistem perlindungan hukum pasien dalam kebidanan di Indonesia telah menyediakan landasan untuk melindungi pasien dari malpraktik kebidanan, penegakan hukum dalam beberapa kasus malpraktik kebidanan masih terdapat tantangan signifikan dalam implementasinya. Pengawasan dan regulasi yang ada perlu diperkuat dan diperjelas agar lebih efektif. Seiring meningkatnya jumlah kasus dan pelanggaran yang melibatkan bidan, diharapkan bahwa organisasi profesi kebidanan dan institusi pendidikan kebidanan segera merumuskan standar kualifikasi yang dapat digunakan sebagai pedoman dalam pelaksanaan pendidikan kebidanan, sehingga regulasi tersebut dapat meningkatkan kualitas layanan kebidanan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adzka, Abrar. 2013. "Pengembangan Model Pembelajaran Bermain Sport Edukatif Dalam Pembelajaran Atletik Di SMP Negeri 2 Pringsewu." *Demographic Research* 49(0): 1-33 : 29 pag texts + end notes, appendix, referen.
- Dianti, Yira. 2017. "Pembelajaran Passing atas siswa kelas V SDN Tunjung Lor." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.: 5–24. [http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB 2.pdf](http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB%202.pdf).
- Gumantan, Aditya, dan Imam Mahfud. 2020. "Pengembangan Alat Tes Pengukuran Kelincahan Menggunakan Sensor Infrared." *Jendela Olahraga* 5(2): 52–61. doi:10.26877/jo.v5i2.6165.
- Herdiana, Heru, Nugraha Tatang, dan Muhtar Dinar. 2016. "Meningkatkan Kelincahan Dalam Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Tradisional Galah Asin." *Sp Vol 1* 1(1): 71–79.
- Hidayatulloh, Ilham, Kurniati, dan Maimunah. 2023. "Karakteristik Pembelajaran Siswa Tingkat Sekolah Dasar." *Seminar Nasional Teknologi Pendidikan* 3(1): 123–27.
- Muhajir, dan Agus Gunawan. 2022. *Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga, Dan Kesehatan*.
- Muliadi. 2021. "Kreativitas Guru Pendidikan Jasmani dalam Memodifikasi Sarana dan Prasarana Pembelajaran di Sekolah Dasar." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5(3): 22–31. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/download/2826/2413>.
- Mulya, Gumilar. 2020. "Efektivitas Penggunaan Metode Permainan Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Effectiveness of the Use of Game Methods Against Physical Fitness of Elementary School Students." *Journal of Physical and Outdoor Education* 2(1): 1–8. <https://jpoe.stkipasundan.ac.id/index.php/jpoe/article/view/18/47>.
- Mustafa, Pinton Setya, dan Wasis Djoko Dwiyoogo. 2020. "Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21." *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan* 3(2): 422–38. doi:10.36765/jartika.v3i2.268.
- Mutia. 2021. "Characteristics Of Children Age Of Basic Education." 3: 114–31. Negara, Irfandri Vaniko. 2016. "Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMAN 2 Padang Cermin." 14(5): 1–23.
- Nugroho, Susanto. 2017. "Hakikat dan signifikansi permainan." *Jendela Olahraga* 2(2527–9580): 99–104.
- Pebriana, Luthfan Aripin. 2016. "Meningkatkan Gerak Dasar Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli Melalui Media Simpai Dengan Penerapan Metode Pendekatan Taktis Pada Siswa Kelas V SDN Tanjungsiang Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang." : 14–31.
- Rivai, T M, W Nugraheni, dan 2022. "Kebugaran Jasmani dan Self-Regulated Learning: Kondisi Siswa Sekolah Dasar Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru." *Jurnal Educatio FKIP ...* 8(4): 1335–41. doi:10.31949/educatio.v8i4.3528.
- Saepulloh, Eep. 2023. "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lay Up Shoot Permainan Bola Basket

- Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Problem Based Learning.” : 5–14.
- Sari, Dessi Novita. 2020. “Tinjauan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar.”  
*Sporta Sainika* 5(2): 133–38. doi:10.24036/sporta.v5i2.149.
- Sembiring, Handika. 2021. “Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Passing Bawah Bola Voli Dengan Modifikasi Bola Karet Serta Menggunakan Model Demonstrasi Di Kelas VII SMP Negeri 2 Berastagi Tahun Pelajaran 2020/2021.” : 7–8.
- Sinuraya, Janwar frihasan, dan Julius B N B Barus. 2020. “Tingkat kebugaran jasmnai mahasiswa pendidikan olahraga.” *Nuevos sistemas de comunicaci3n e informaci3n* 4(1): 2013–15.
- sudarsinah. 2021. “Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Anak Usia Kesekolah Dasar.” *Pgsd Stkip Pgr* 3(3): 1–10. doi:10.33654/pgsd.
- Suyanto, dkk. 2003. “Bermain dan Permainan Anak.” Jakarta: Universitas Terbuka  
3: 1–522.
- Winaryati, Eny. 2017. Model Pembelajaran “Wisata Lokal” (Implementasi Pembelajaran Abad 21). ed. M.Pd Prof. Dr. Masrukhi. SEMARANG: UNIMUS PRESS.