

**PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA
PEMEBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI SMAN 2 PANDEGLANG**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan

Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh:

Rahmat

1703807

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2021**

Rahmat, 2021

*PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI
SMAN 2 PANDEGLANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA
PEMEBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI SMAN 2 PANDEGLANG**

Rahmat

NIM: 1703807

**Skripsi diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

© Rahmat 2021

**Universitas Pendidikan Indonesia
2021**

**Hak cipta dilindungi undang-undang Skripsi ini tidak boleh diperbanyak
seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, diphotocopy atau cara
lainnya tanpa izin dari penulis.**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Rahmat

1703807

**PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK
PADA PEMEBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI SMAN 2
PANDEGLANG**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Bandung, Agustus 2021

Pembimbing I



Alit Rahmat, M.Pd.

NIP. 197208282005011001

Pembimbing II



Sufyar Mudjiyanto, M.Pd

NIP 197503222008011005

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi



Dr. Yusuf Hidayat, M.Si

NIP. 196808301999031001

Rahmat, 2021

**PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI
SMAN 2 PANDEGLANG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

ABSTRAK

Rahmat. NIM 1703807 Skripsi : Pengembangan Peralatan Modifikasi Atletik Pada Pembelajaran Lompat Tinggi Di SMAN 2 Pandeglang. Skripsi ini di bimbing oleh Alit Rahmat, M.Pd dan Sufyar Mudjiyanto, M.Pd. Program Studi PJKR. Universitas Pendidikan Indonesia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengembangan peralatan modifikasi atletik pada pembelajaran lompat tinggi di SMAN 2 Pandeglang. Penelitian ini merupakan penelitian pre-experimen designs dengan desain penelitian yang digunakan adalah *one-shot case study* dan penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan sampel yang berjumlah 11 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner (angket) dan tes perbuatan atau tes praktik. Hasil dari penelitian ini adalah validasi yang dilakukan oleh 3 ahli media yaitu penilaian pada tahap awal ahli media mencapai kategori interpretasi “Sangat baik” yaitu dengan persentase rata-rata mencapai 78,7%; 82,7%; dan 84%. Selanjutnya pada tahap akhir memperoleh kategori interpretasi “Sangat baik” dengan persentase rata-rata mencapai 90,7%; 93,3%; 93,3%. Penelitian ini juga diujicobakan melalui dua tahap yaitu melalui ujicoba kelompok kecil dan ujicoba lapangan serta hasil rata-rata yang diperoleh yaitu 90,1% dan 86,5% dengan kategori interpretasi sangat setuju, sehingga hasil dari perbaikan media pembelajarannya adalah produk akhir yang baik dan siap digunakan dalam proses pembelajaran. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengembangan peralatan modifikasi atletik pada pembelajaran lompat tinggi di SMAN 2 Pandeglang dapat dikembangkan.

Kata kunci: pengembangan, modifikasi, pembelajaran atletik

Abstract

Rahmat. NIM 1703807 Thesis: Development of Athletic Modification Equipment in High Jump Learning at SMAN 2 Pandeglang. This thesis was supervised by Alit Rahmat, M.Pd and Sufyar Mudjianto, M.Pd. PJKR Study Program. Indonesian education university.

DEVELOPMENT OF ATHLETIC MODIFICATION EQUIPMENT IN HIGH JUMP LEARNING AT SMAN 2 PANDEGLANG

The purpose of this study was to determine the development of athletic modification equipment in high jump learning at SMAN 2 Pandeglang. This research is a pre-experimental research design with the research design used is a one-shot case study and this study uses a purposive sampling technique using a sample of 11 students. The research instrument used in this study used a questionnaire (questionnaire) and an action test or practice test. The results of this study are validation carried out by 3 media experts, namely the assessment at the initial stage of media experts reaching the category of interpretation of "Very good" with an average percentage of 78.7%; 82.7%; and 84%. Furthermore, in the final stage, the interpretation category is "Very good" with an average percentage of 90.7%; 93.3%; 93.3%. This study was also piloted in two stages, namely through small group trials and field trials and the average results obtained were 90.1% and 86.5% with the category of interpretation strongly agreeing, so that the results of the improvement of the learning media were good and final products. ready to be used in the learning process. Thus, it can be concluded that the development of modified athletic equipment for high jump learning at SMAN 2 Pandeglang can be developed.

Keywords: *development, modification, athletic learning*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Kajian Teori	8
2.2 Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	8
2.1.1 Hakikat Pembelajaran Jasmani	8
2.1.2 Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	9
2.1.3 Strategi Penggunaan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani... 9	
2.3 Pengembangan Media dan Sumber Belajar	10
2.3.1 Pentingnya Menggunakan Media Pembelajaran.....	10

Rahmat, 2021

PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI SMAN 2 PANDEGLANG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.3.2 Pentingnya Media Pembelajaran.....	10
2.4 Modifikasi Pembelajaran Penjasorkes	11
2.4.1 Modifikasi	11
2.4.2 Tujuan Modifikasi.....	11
2.4.3 Pengembangan Perlatan Modifikasi Atletik	12
2.5 Sarana dan Prasarana.....	12
2.5.1 Prasarana Olahraga.....	13
2.5.2 Ukuran Standard Sarana dan Prasarana Olahraga.....	14
2.5.2.1 Fasilitas Olahraga Untuk Lingkungan/Pemukiman	14
2.5.2.2 Fasilitas Olahraga Untuk Sekolah.....	14
2.5.2.3 Fasilitas Olahraga Prestasi	14
2.6 Olahraga Lompat Tinggi	15
2.6.1 Pengertian Lompat Tinggi	15
2.6.2 Peraturan Lompat Tinggi	15
2.6.3 Teknik Lompat Tinggi	16
2.6.4 Sarana dan Prasarana Lompat Tinggi	19
2.7 Alat dan Bahan Yang Digunakan Dalam Modifikasi Peralatan Lompat Tinggi	20
2.8 Cara Menggunakan Peralatan Modifikasi Lompat Tinggi	22
2.9 Kerangka Berfikir	24
2.10 Hipotesis	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Metode Penelitian	26

3.3 Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian	27
3.3.1 Lokasi Penelitian	27
3.3.2 Populasi Penelitian	27
3.3.3 Sampel Penelitian	28
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.5 Instrumen Penelitian	30
3.6 Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.1.1 Potensi dan Masalah.....	35
4.1.2 Pengumpulan Informasi	35
4.1.3 Desain Produk/Media	36
4.1.4 Validasi Desain	39
4.1.5 Perbaikan Desain.....	40
4.1.6 Ujicoba Produk/Media	41
4.1.7 Revisi produk/Media	43
4.2 Pembahasan.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
DAFTAR LAMPIRAN	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Gaya guling (<i>Straddle</i>).....	16
Gambar 2.2 Teknik Gaya <i>Fosbury Flop</i>	17
Gambar 2.3 Teknik Gaya Gunting (<i>Scissors</i>)	18
Gambar 2.4 Teknik Gaya guling sisi	19
Gambar 2.5 Kardus	21
Gambar 2.6 Spon/busa/foam	21
Gambar 4.1 Penyusunan Kardus Yang Merupakan Modifikasi Dari Tiang Dan Mistar Pada Peralatan Lompat Tinggi	36
Gambar 4.2 Penyusunan Spon/Busa/Foam Bekas Yang Merupakan Modifikasi Dari Matras	37
Gambar 4.3 Tampilan Full Desain Tampak Depan	37
Gambar 4.4 Tampilan Full Desain Tampak Belakang.....	38
Gambar 4.5 Tampilan Full Desain Tampak Samping.....	38
Gambar 4.6 Perbaikan Mengganti Susunan Kardus Dan Warna Pada Kardus	41

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Angket Validasi Ahli Media	31
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Angket Respon Sisiwa	31
Tabel 3.3 Ketentuan Pemberian Skor.....	32
Tabel 3.4 Kategori Sekala Likert	33
Tabel 3.5 Skala Presentase.....	34
Tabel 4.1 Hasil Validasi Ahli Media Tahap Awal Dan Akhir.....	39
Table 4.2 Perbaikan Ahli Media	40
Table 4.3 Hasil Rekapitulasi Kelompok Kecil.....	42
Table 4.4 Hasil Ujicoba Lapangan Kelas XI di SMAN 2 Pandeglang	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan.....	49
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	54
Lampiran 3. Lembar Validasi Ahli Media	55
Lampiran 4. Lembar Respon Siswa	58
Lampiran 5. Hasil Validasi Ahli Media	60
Lampiran 6. Penilaian Ahli Media Validasi 1 Dan 2	66
Lampiran 7. Daftar Kehadiran Sisiwa.....	70
Lampiran 8. Hasil Total Respon Sisiwa.....	71
Lampiran 9. Dokumentasi Foto Praktik	72

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahmat Fathoni. 2006. Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi. Jakarta: Rineka Cipta
- Andang Suherman dan Bahagia Yoyo. 2000. Prinsip-prinsip Pengembangan Dan Modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta: Depdiknas.
- Anonim. (2017). Lompat Tinggi, Sejarah dan Gaya Teknik Lompat Tinggi, History of High Jump. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 30(9), 1689–1699.
- Balqis Aulia Fahdani. (2017). *lompat tinggi*. 3.
- Dr. Sukendro, M. K. A., & Ely Yuliawan, M. P. (n.d.). *Dasar Dasar Atletik*.
- Ega Trisna Rahayu. 2013. Strategi pembelajaran pendidikan jasmani. Bandung: Alfabeta.
- Iii, B. A. B., & Penelitian, M. (2013). *No Title*. 18–32.
- Margono, S. 2000. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. Halaman 18
- Mencapai, U., Sarjana, G., Universitas, P., Semarang, N., & Sonanda, V. (2016). (*LEMPAR LEMBING) PADA SISWA SMP KELAS VIII DI KECAMATAN NGADIREJO KABUPATEN TEMANGGUNG TAHUN 2016*.
- Muhajir. (2006). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan jilid 5. Jakarta: Erlangga
- Nasional, D. P. (n.d.). *Pembelajaran atletik*.
- Oemar Hamalik. 2002. Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Olahraga, J. (1950). *Pengembangan Konsep Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.

1–41.

Pandi. 2018. Kardus Bekas .<https://www.kaskus.co.id> (diakses tanggal 31 mei 2018)

Pjok, P., & Sekolah, T. (2019). *Jurnal ilmiah stok bina guna medan*. 7(November), 1–7.

Rachman, I. (2013). Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) Pada Siswa Kelas Vii Smp N 5 Pemalang Tahun 2013. In *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* (Vol. 2, Issue 10).
<https://doi.org/10.15294/active.v2i10.2020>

Sanjaya, Wina. 2008. Strategi Pembelajaran. Jakarta: Kencana

Samsudin. 2008. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD/MI. Jakarta: Litera Prenada Media Group.

Satibi, I. (2011). *Teknik Penulisan Skripsi, Tesis dan Disertasi*. Bandung: Ceplas.

Soepartono. 2000. Sarana dan Prasarana Sekolah. Semarang: Fik Unnes

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. Halaman 289

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Halaman 297

Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suharsimi Arikunto. 1996. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Halaman 155

Usman, K. (2019). *Peralatan modifikasi olahraga dasar pendidikan jasmani tingkat sekolah dasar*. 175–181.

Utara, L. (2021). *Jurnal arena olahraga silampari*. 1, 32–44.

Rahmat, 2021

PENGEMBANGAN PERALATAN MODIFIKASI ATLETIK PADA PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI SMAN 2 PANDEGLANG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Wina Sanjaya. 2006. Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan. Jakarta: kencana

Winendra. 2008. Atletik. Yogyakarta: Pustaka insan mandiri.

Zikrur Rahmat, M. P. (2015). Atletik Dasar & Lanjutan. *Atletik Dasar & Lanjutan*, 1–97. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.00>