

**PENGEMBANGAN MEDIA VIDEO PEMBELAJARAN  
MATERI LEMPAR CAKRAM BERBASIS PERMAINAN  
UNTUK PESERTA DIDIK KELAS IX  
SMP NEGERI 3 SINGARAJA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Pendidikan Ganesha Untuk Memenuhi Salah  
Satu Peryaratan dalam Menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan  
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



**OLEH  
KADEK ADI SURYA WIGUNA  
NIM. 2016011069**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA**

**2024**

# SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS  
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK  
MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN**



Dosen Pembimbing Utama,

Dosen Pembimbing Wakil,

Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd.  
NIP. 198008112008121001

I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or  
NIP. 198503082019031005

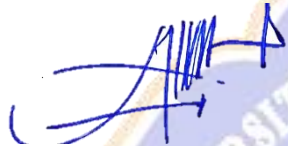
Skripsi oleh Kadek Adi Surya Wiguna  
Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 30 Mei 2024

Dewan Penguji



Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd.  
NIP. 198008112008121001

(Ketua)



I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or  
NIP. 198503082019031005

(Anggota)



Prof. Dr. I Gusti Lanang Agung Parwata, S.Pd., M.Kes  
NIP. 196906061994121001

(Anggota)

I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198206062008121002

(Anggota)



Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 30 Mei 2024

**Mengetahui,**

Ketua Ujian,



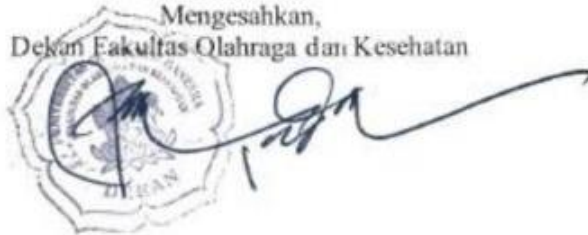
Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198501172008121001

Sekretaris Ujian,



I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.  
NIP. 198503082019031005

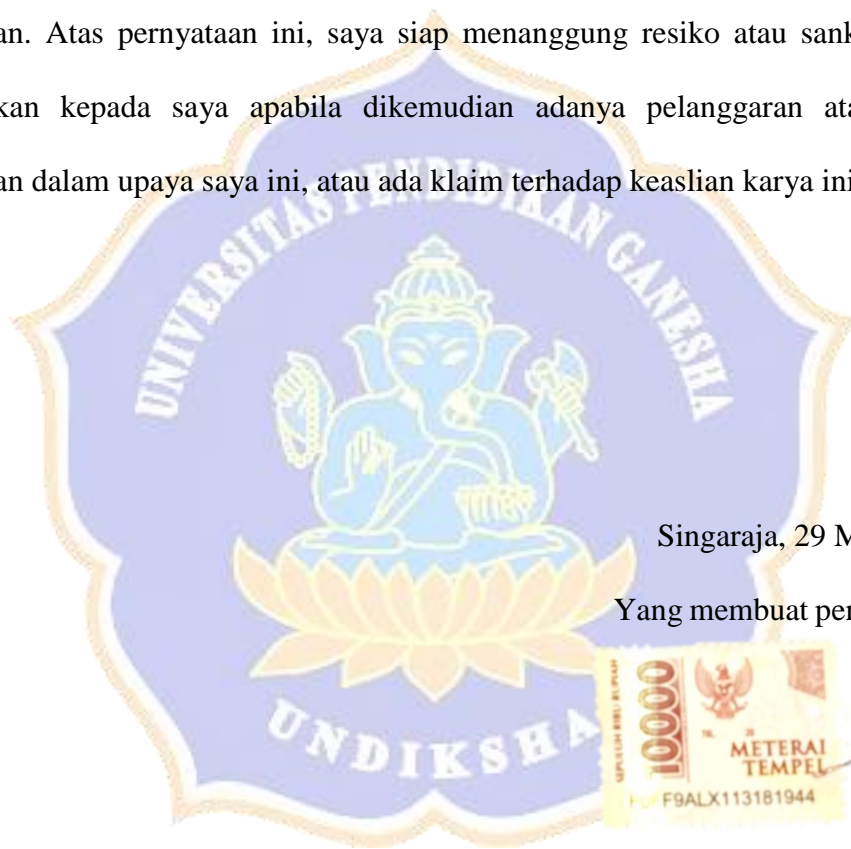
Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.  
NIP. 196805172001121001

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Media Video Pembelajaran Materi Lempar Cakram Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 3 Singaraja”, beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam upaya saya ini, atau ada klaim terhadap keaslian karya ini.



Singaraja, 29 Mei 2024

Yang membuat pernyataan,



Kadek Adi Surya Wiguna

NIM: 2016011069

## **KATA PERSEMBAHAN**

Hanya karena kasih karunianya-Nya, segala pujian dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhirnya skripsi ini dapat saya selesaikan dengan baik dan pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

### **BAPAK & IBU TERCINTA I GEDE MUKA ADI ADNYANA & NI WAYAN RUNI**

“Terimakasih telah menjadi orang tua saya yang membesarkan dan terus menjaga saya sampai saat ini, juga menjadi penolong saya belajar untuk mengenal betapa kerasnya dunia ini dan telah memberi saya motivasi, doa, kasih sayang dan segala bentuk pengorbanan yang telah kalian berikan kepada saya untuk menggapai cita-cita serta memenuhi harapan menjadi manusia yang berguna bagi keluarga dan masyarakat”

### **SAUDARA NI PUTU MEIDYANTI**

“Terimakasih atas doa, dukungan dan semangat yang telah engkau berikan selama ini dari awal kuliah hingga di tahap akhir ini”

## **ALMAMATER**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

***MOTTO***

**“PROSES DI SETIAP LANGKAHMU TIDAK AKAN  
PERNAH TERHENTI, KARENA LANGKAH  
DISETIAP PROSESMU SELALU DALAM DOA  
ORANG TUAMU”**

(Kadek Adi Surya Wiguna, 2024)



## PRAKARTA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya proposal yang berjudul **“Pengembangan Media Video Pembelajaran Materi Lempar Cakram Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 3 Singaraja”**. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan proposal ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd. M.Or., Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.
3. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan dan sekaligus sebagai Dewan Penguji, yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi dalam penyelesaian proposal.
4. Dr. Gede Doddy Tisna M S.Or., M.Or selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang sudah banyak membantu memfasilitasi dalam pembuatan proposal ini.
5. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., selaku Wakil Dekan III dan sekaligus sebagai dewan penguji yang telah banyak memberi masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan proposal ini.
6. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes Selaku Kepala Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang sudah banyak membantu memfasilitasi baik itu sarana maupun prasarana dalam pembuatan proposal ini.
7. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga, memberikan masukan motivasi sehingga skripsi ini bisa diselesaikan.



8. Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi dengan sesuai rencana.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi dalam penyelesaian skripsi.
10. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd, I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or, Prof. Dr. I Gusti Lanang Agung Parwata, S.Pd., M.Kes, I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd selaku Penguji yang telah membimbing, memberikan pertanyaan dan masukan sehingga skripsi ini bisa diselesaikan.
11. Seluruh Staf Dosen di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang selama ini banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal mengarungi kehidupan di dalam masyarakat.
12. Seluruh Staf Pegawai di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang selama ini banyak memberikan bantuan sehingga semua proses selama kuliah bisa terlaksana dengan baik.
13. Kepala SMP Negeri 3 Singaraja beserta jajarannya yang telah memberikan ijin untu melaksanakan penelitian.
14. I Gede Mudita, S.Pd. Sebagai Guru PJOK SMP Negeri 3 Singaraja yang telah banyak memberikan informasi terkait pembelajaran dan memfasilitasi proses penelitian.
15. Tim tangguh, Komang Agus Ariyana, I Made Agus Wirayudha, Ni Luh Ani Chessiani dan Kadek Jefry Dwi Sumarjono yang telah mau diajak berproses sehingga skripsi ini bisa selesai.
16. Rekan-rekan mahasiswa di Lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang telah membantu memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
17. Keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

18. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa apa yang terjadi dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 30 Mei 2024



Penulis

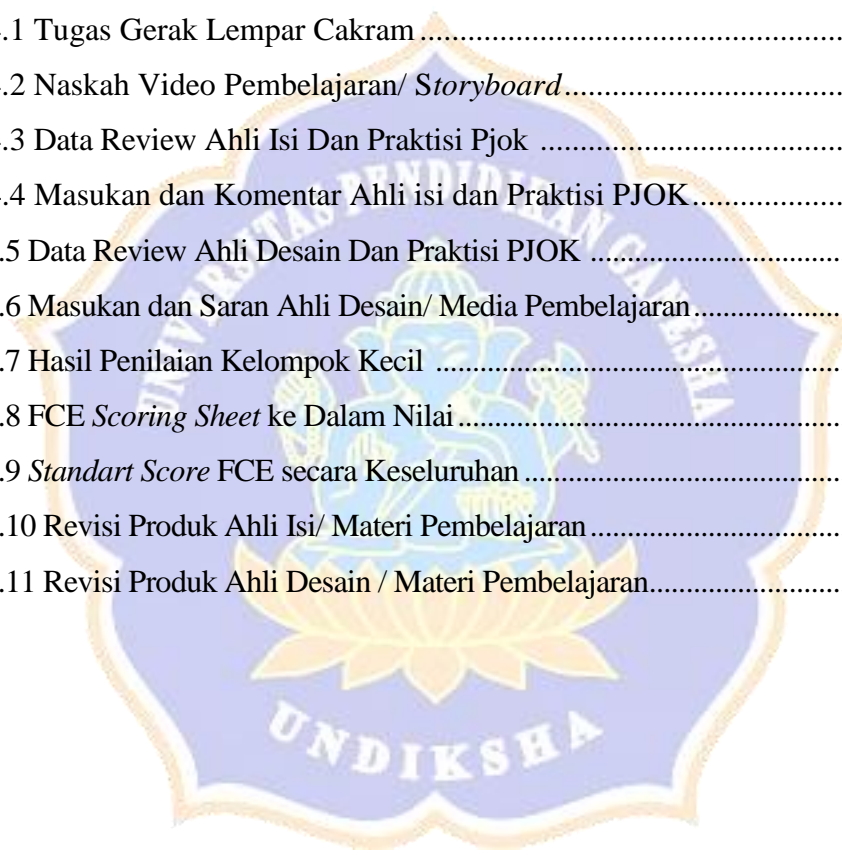
## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LOGO.....	ii
SKRIPSI.....	iii
SKRIPSI.....	iv
PERSETUJUAN PENGUJI.....	v
PANITIA UJIAN FOK.....	vi
PERNYATAAN.....	xxii
KATA PERSEMBAHAN.....	xxiii
PRAKARTA.....	xxv
DAFTAR ISI.....	xxviii
DAFTAR GAMBAR.....	xxxii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxxii
HALAMAN SAMPUL.....	
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian Pengembangan.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat praktis.....	9
1.7 Spesifikasi Produk yang Diharapkan.....	10
1.8 Pentingnya Pengembangan.....	10
1.9 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan.....	11
1.10 Definisi Istilah.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	14
2.1 Hakikat Model-Model Penelitian Pengembangan.....	14
2.1.1 Hakikat Media Pembelajaran.....	17
2.1.2 Hakikat Atletik Berbasis Permainan.....	22

2.2 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan .....	36
2.3 Kerangka Berpikir .....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>39</b>
3.1 Prosedur Penelitian Pengembangan.....	39
3.2 Uji Coba Produk .....	42
3.2.1 Desain Uji Coba.....	42
3.2.2 Subjek Uji Coba.....	42
3.2.3 Jenis Data.....	43
3.2.4 Metode dan Instrumen Pengumpulan Data.....	44
3.2.5 Metode dan Teknik Analisis Data.....	50
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	53
4.1.1 Tahap Analisis ( <i>Analyze</i> ) .....	54
4.1.2 Tahap Desain ( <i>Design</i> ).....	54
4.1.3 Tahap Pengembangan ( <i>Development</i> ).....	62
4.1.4 Tahap Penerapan ( <i>Implementation</i> ).....	68
4.1.5 Tahap Evaluasi ( <i>Evaluation</i> ).....	72
4.2 Revisi Produk .....	72
4.3 Pembahasan .....	75
4.4 Implikasi Penelitian.....	78
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>79</b>
5.1 Rangkuman.....	80
5.2 Simpulan.....	80
5.3 Saran.....	81
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>83</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>85</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Tahapan, Aktivitas, dan Target Penelitian Pengembangan .....	40
Tabel 3.2. Kisi - Kisi Instrumen Validasi Ahli Isi/ Materi Pembelajaran .....	46
Tabel 3.3. Kisi - Kisi Instrumen Validasi Ahli Desain/ Media Pembelajaran .....	48
Tabel 3.4 Lembar Kuisisioner <i>Formative Class Evaluation</i> (FCE).....	50
Tabel 3.5 Konversi Tingkat Pencapaian dengan Skala 5 .....	52
Tabel 3.6 <i>Standart Score</i> Secara Keseluruhan .....	52
Tabel 4.1 Tugas Gerak Lempar Cakram .....	56
Tabel 4.2 Naskah Video Pembelajaran/ <i>Storyboard</i> .....	57
Tabel 4.3 Data Review Ahli Isi Dan Praktisi Pjok .....	64
Tabel 4.4 Masukan dan Komentar Ahli isi dan Praktisi PJOK.....	66
Tabel 4.5 Data Review Ahli Desain Dan Praktisi PJOK .....	67
Tabel 4.6 Masukan dan Saran Ahli Desain/ Media Pembelajaran.....	68
Tabel 4.7 Hasil Penilaian Kelompok Kecil .....	70
Tabel 4.8 FCE <i>Scoring Sheet</i> ke Dalam Nilai .....	71
Tabel 4.9 <i>Standart Score</i> FCE secara Keseluruhan .....	71
Tabel 4.10 Revisi Produk Ahli Isi/ Materi Pembelajaran .....	73
Tabel 4.11 Revisi Produk Ahli Desain / Materi Pembelajaran.....	74



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Tahapan Model ADDIE.....	16
Gambar 2.2 Tujuan Ideal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan .....	24
Gambar 2.3 Tahap Ayunan Lempar Cakram.....	32
Gambar 2.4 Tahap Putaran Lempar Cakram.....	33
Gambar 2.5 Tahap Ayunan Bagian Kedua.....	34
Gambar 2.6 Tahap Melepaskan Cakram Bagian Pertama.....	34
Gambar 2.7 Tahap Melepaskan Cakram Bagian Kedua .....	35
Gambar 2.8 Tahap Melepaskan Cakram Bagian Ketiga .....	35
Gambar 3.1 Tahapan Model ADDIE.....	39
Gambar 4.1 Alat Dan Bahan.....	55
Gambar 4.2 <i>FlowChart</i> Video Pembelajaran.....	62



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 01. Surat Observasi .....	86
Lampiran 02. Surat Tugas Pembimbing .....	87
Lampiran 03. Surat Ijin Melakukan Penelitian .....	88
Lampiran 04. Pakar I Validasi Instrumen Isi/Materi .....	89
Lampiran 05. Pakar I Validasi Instrumen Media .....	92
Lampiran 06. Pakar II Validasi Instrumen Isi/Materi .....	95
Lampiran 07. Pakar II Validasi Instrumen Media .....	98
Lampiran 08. Lembar Validasi Ahli Isi/ Materi .....	101
Lampiran 09. Lembar Validasi Ahli Desain/Media .....	104
Lampiran 10. Validasi Isi Praktisi PJOK .....	107
Lampiran 11. Validasi Media Praktisi PJOK .....	110
Lampiran 12. Dokumentasi Pengambilan Data .....	112
Lampiran 13. Surat Tugas Pakar/Ahli .....	113
Lampiran 14. Surat Tugas Validasi Instrumen .....	114
Lampiran 15. Cover CD .....	115

