



**PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN *HANDVOL*
SEBAGAI MEDIA PENGENALAN PERMAINAN
HANDBALL PADA SISWA MTS HUSNUL
KHOTIMAH 02 PADA TAHUN 2017**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

Muhammad Misbahul Munir

118010004

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM**

2018

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi Dengan Judul “PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN *HANDVOL* SEBAGAI MEDIA PENGENALAN PERMAINAN *HANDBALL* PADA SISWA MTS HUSNUL KHOTIMAH 02 2017 ” Yang disusun oleh :

Nama : Muhammad Misbahul Munir

NIM : 11801004

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah dipertahankan dalam Ujian Skripsi di depan Dewan Penguji Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim pada tanggal 31 januari 2018

Dewan Penguji Skripsi



Penguji II

Muhlisin, M.Pd
NPP. 10.11.1.0191

Penguji I

Drs. Kardiyono, M.Pd
NPP. 10.11.1.0204

Penguji III

Liska Sukiyandari, M.Pd
NPP. 10.11.1.0208

PERSETUJUAN PEMBIMBING

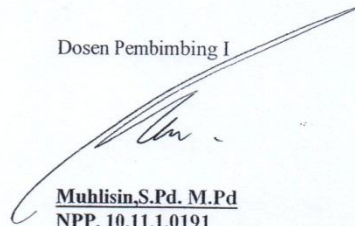
Skripsi dengan judul :**“PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN HANDVOL SEBAGAI MEDIA PENGENALAN PERMAINAN HANDBALL PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA TAHUN 2017”**, yang disusun oleh:

Nama : M. Misbahul Munir

Nim : 118010004

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II untuk diajukan pada **Dewan Penguji Skripsi**

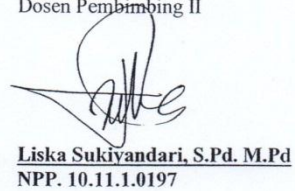
Dosen Pembimbing I



Muhlisin, S.Pd. M.Pd
NPP. 10.11.1.0191

Semarang, Januari 2018

Dosen Pembimbing II



Liska Sukiyandari, S.Pd. M.Pd
NPP. 10.11.1.0197

PENGESAHAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun diperguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing dan masukan TimPenguji.
3. Dalam karya tulis tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim.

Semarang, Januari 2018

Yang membuat pernyataan



M. Misbahul Munir

118010004

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“ Tetap Semangat, Tetap Kompak, Hidup itu Tidak bisa berdiri sendiri akan tetapi membutuhkan orang lain walaupun bodoh tetap semangat dalam menjalani hidup ”

Persembahan

- Kedua orang tua saya Bapak Mukri Ibu darmini S,Pd dan adik saya M. Syaiful Auliya yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
- Bapak Muchlisin, Bapak Joko Pranowo Adi, Ibu Sulistiani, Bu Iik terimakasih yang selalu memberikan arahan selama ini.
- Kepada semua rekan kerja di MTS Husnul Khatimah 02.
- PJKR UNWAHAS angkatan 2011 khususnya kelas PJKR A Almamaterku UNWAHAS.

ABSTRAK

Muhammad Misbahul Munir, 2018. Pengembangan Model Permainan *Handvol* Sebagai Media Pengenalan Permainan *Handball* Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama .Skripsi, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Wahid Hasyim Semarang. Pembimbing: Pembimbing I Muhlisin, M.Pd. II Liska Sukiyandari, M.Pd

Kata kunci : Pengembangan Model Permainan *Handvol*

Tujuan penelitian ini adalah untuk (1) Mengetahui cara mengenalkan permainan *handball* pada siswa Sekolah Menengah Pertama (2) Memodifikasi permainan *handball* yang meliputi: waktu model pembelajaran *handball* yang lebih sederhana, peraturan model pembelajaran *handball* yang lebih sederhana, peralatan model pembelajaran *handball* yang lebih sederhana. (3) Menguji keefektifan model permainan *handball* terhadap peningkatan kesegaran jasmani/denyut nadi siswa Sekolah Menengah Pertama.

Pengembangan permainan *handvol* yang dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini berupa model permainan *handvol* yang di modifikasi agar dapat mengenalkan permainan *handball* pada siswa sekolah menengah pertama, bisa dimainkan dengan menggunakan peralatan yang lebih sederhana sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah menengah pertama dengan membuat sarana dan prasarana serta peraturan yang sederhana dan mudah dimengerti oleh anak menengah pertama.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah (1) Pengenalan permainan *handball* pada siswa sekolah menengah pertama dapat dilakukan dengan memodifikasi permainan dengan memperhatikan keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah seperti dengan mengembangkan permainan *handball* menjadi permainan *handvol*. (2) Modifikasi permainan *handvol* pada siswa sekolah menengah pertama sebagai berikut: waktu permainan *handvol*, peraturan permainan *handvol*, peralatan permainan *handvol*. (3) Pengembangan permainan *handvol* terbukti efektif dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa sekolah menengah pertama sebesar 58,4%.

ABSTRACT

Muhammad Misbahul Munir, 2018. *The Development of Handvol Game Model as a Media to in Troduce Handball Games for Junior High School Students*. Final Project, Physical Health Education and Recreation, Teacher and Education Faculty. Wahid Hasyim University Semarang. adviser: first adviser Muhlisin, M.Pd., Second adviser Liska Sukiyandari, M.Pd

Keywords: Handvol Game Model Development

Objective of the study (1) To find out the best way to introduce the handball game to the Junior High School students. (2) To Modify the handball game: the time of the handball learning model becomes simpler, the regulation of the handball learning becomes simpler, the equipment of the handball learning becomes simpler. (3) Testing the effectiveness of the handball game model to increase the physical fitness / pulse of Junior High School students.

The development of handvol games generated through this development research is a modified handvol game model in order to introduce handball games to junior high school students. handvol can be played using simpler kit according to the characteristics of junior high school students by creating facilities and infrastructure and regulations which is simple and easy to understand by junior high school students.

Conclusion (1) The introduction of handball games in junior high school students can be done by modifying the game and look carefully at the facilities and infrastructure owned by schools such as by developing a handball game into a handvol game. (2) Modification of handvol game on junior high school students are as follows: handvol game time, handvol game rules, handvol game equipment (3) The development of Handvol game proved that this game is effective to improve the physical fitness of high school students up to 58,4%.

KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Keberhasilan penulis dalam penyelesaian skripsi ini juga atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak, dengan rasa rendah hati penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam- dalamnya kepada yang terhormat :

1. Rektor Universitas Wahid Hasyim yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
2. Dekan FKIP yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
3. Kaprodi PJKR yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
4. Dosen pembimbing 1. Muchlisin,S,Pd,M.Pd yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Dosen pembimbing 2. Liska sukiandari, S,Pd, M,Pd yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen FKIP UNWAHAS yang telah memberikan bekal pengetahuan sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

7. Bapak dan Ibu yang telah memberikan kasih sayang dan dukungan kepada penulis. Terima kasih atas segalanya.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, atas bantuan dan kerjasama yang telah diberikan dalam penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan sesuai dengan kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dimasa depan. Akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, Januari 2018



M. Mishahul Munir

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN KEASLIAN	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Batasan Masalah.....	7
1.4. Rumusan Masalah.....	8
1.5. Tujuan Penelitian.....	8
1.6. Manfaat Penelitian.....	9
1.7. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan.....	10
1.8. Asumsi Keterbatasan Pengembangan.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1. Deskripsi Teoritik.....	11
2.1.1. Pembelajaran.....	12
2.1.2. Pendidikan Jasmani	13
2.1.3. Tujuan Pendidikan Jasmani	14
2.1.4. Fungsi Pendidikan	16
2.1.5. Karakteristik Peserta Didik.....	16
2.1.6. Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Besar	19

2.1.7. Belajar Gerak	23
2.1.8. Permainan	25
2.1.9. Modifikasi Pembelajaran	26
2.1.10. Permainan Bola Voli.....	30
2.1.11. Permainan Handball.....	34
2.1.12. Karakteristik Permainan Handvoli	53
2.2. Kajian Penelitian yang Relevan.....	55
2.3. Kerangka Berpikir	56
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1. Model Pengembangan	58
3.2. Prosedur Pengembangan	60
3.3. Uji Coba Produk	63
3.3.1. Desain Uji Coba.....	63
3.3.2. Subyek Uji Coba.....	63
3.4 Jenis Data.....	63
3.5 Instrumen Penelitian.....	64
3.6 Teknik Analisis Data	68
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	69
4.2 Pembahasan	91
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan.....	93
5.2 Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	96

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1. Aspek, Indikator, dan Sub Indikator untuk Ahli.....	65
3.2. Skor Jawaban Kuesioner ”Ya” dan ”Tidak” untuk Ahli.....	65
3.3. Aspek, Indikator, dan Sub Indikator Guru Penjasorkes.....	66
3.4. Hasil Penilaian Kuesioner ”Ya” dan ”Tidak” untuk Guru Penjas	67
3.5. Aspek, Indikator, dan Sub Indikator peserta didik	67
4.1. Hasil Validasi Ahli Tahap 1.....	75
4.2. Komentar dan Saran Ahli.....	76
4.3. Hasil Validasi Tahap 2.....	77
4.4. Komentar dan Saran Kedua oleh Ahli	78
4.5. Interpretasi Rehabilitas	79
4.6. Hasil Kuesioner Penilaian.....	80
4.7. Hasil Rubrik Penilaian Aspek Psikomotor.....	80
4.8. Distribusi Frekuensi Aspek Kognitif, Afektif, dan Psikomotor	82
4.9. Distribusi Frekuensi Aspek Psikomotor	84
4.10. Distribusi Frekuensi Tanggapan Siswa terhadap Permainan Handvol	85
4.11. Distribusi Frekuensi Denyut Nadi Siswa.....	86
4.12. Denyut Nadi Siswa Uji Coba Kelompok Besar.....	87
4.13. Uji Normalitas <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	89
4.14. Uji Wilcoxon Ranks.....	89
4.15. Uji Wilcoxon Test Statistics	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Gerakan Servis Bawah	31
2.2. Gerakan <i>Passing</i> Bawah.....	32
2.3. Gerakan <i>Passing</i> Atas	33
2.4. Lapangan <i>Handball</i>	34
2.5. Teknik Memegang Bola	39
2.6. Teknik Menangkap Bola	40
2.7. Teknik Melempar Bola.....	41
2.8. Teknik Dribbling Bola	43
2.9. Teknik Menghadang Bola	44
2.10. Teknik Flying Shoot.....	49
2.11. Lapangan Handvol	54
3.1. Prosedur Pengembangan	62
4.1. Bola Handvol.....	70
4.2. Desain Gawang Handvol.....	70
4.3. Lapangan Handvol	70
4.4. Aspek Kognitif, Afektif dan Psikomotor	83
4.5. Hasil Rubrik Penilaian Aspek Psikomotorik.....	85
4.6. Tanggapan Siswa terhadap permainan handvol	86
4.7. Denyut Nadi Siswa.....	88

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keputusan Pengangkatan Dosen Pembimbing	96
2. Surat Ijin Penelitian	97
3. Surat Keterangan Penelitian	98
4. Lembar Evaluasi Ahli.....	99
5. Hasil Validasi Ahli	102
6. Kuesioner Kemampuan Kognitif Afektif dan Psikomotorik Siswa	103
7. Rubik Penilaian Psikomotorik Siswa	106
8. Hasil Validasi dan Rehabilitas Kuesioner	107
9. Hasil Penilaian Kognitif Siswa Uji Kelompok Kecil	111
10. Hasil Penilaian Afektif Siswa Uji Kelompok Kecil.....	112
11. Hasil Penilaian Psikomotorik Siswa Uji Kelompok Kecil	113
12. Hasil Pengukuran Denyut Nadi Kelompok Kecil	114
13. Rubik Psikomotorik Kelompok Kecil	115
14. Hasil Analisis Deskriptif Uji Kelompok Kecil	116
15. Analisis Perbedaan Kelompok Kecil.....	117
16. Analisis Perbebedaan Kelompok Kecil.....	118
17. Hasil Penilaian Siswa Uji Kelompok Besar	119
18. Hasil Penilaian Afektif Siswa Uji Kelompok Besar	122
19. Hasil Penilaian Psikomotorik Siswa Uji Kelompok Besar	125
20. Hasil Pengukuran Denyut Nadi Kelompok Besar	128
21. Hasil Analisis Deskriptif Uji Kelompok Besar	131
22. Rubik Penilaian Psikomotorik Kelompok Besar.....	133
23. Analisis Perbedaan Kelompok Besar	136
24. Dokumentasi.....	13