

**PENGEMBANGAN MATERI AJAR KEBUGARAN JASMANI
BERBASIS *MOBILE LEARNING* UNTUK SISWA KELAS IX DI
SEKOLAH MTS NEGERI 25 JAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Pendidikan Jasmani
Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi



Oleh:

Arvian Abdullah Ghifari

41182191180125

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

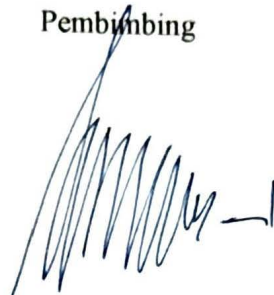
2023

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul " Pengembangan Materi Ajar Kebugaran Jasmani Berbasis Mobile Learning untuk Siswa Kelas IX Di Sekolah MTs Negeri 25 Jakarta " Telah Diterima Dan Disahkan Oleh Pembimbing Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Universitas Islam 45 Bekasi

Bekasi 13 Februari 2023

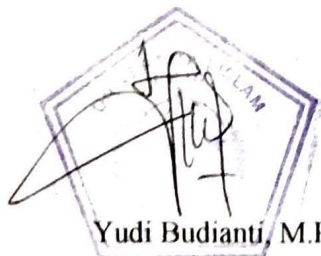
Pembimbing



Dr. Dindin Abidin. S.Pd., M.Si., AIFO

Mengetahui

Dekan FKIP UNISMA BEKASI



Yudi Budianti, M.Pd

NIDN : 04-240171-02

Disahkan Oleh

Ketua Jurusan Penjaskesrek



Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO

NIK : 451042010011

**LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI
SKRIPSI**

**PENGEMBANGAN MATERI AJAR KEBUGARAN JASMANI BERBASIS
MOBILE LEARNING UNTUK SISWA KELAS IX DI SEKOLAH MTS NEGERI 25
JAKARTA**

Dipersiapkan dan ditulis oleh :

Arvian Abdullah Ghifari

41182191180125

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Pada tanggal 9 februari 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan dewan penguji

Ketua : Yudi Budianti, M.Pd
Sekretaris : Mia Kusumawati, M.Pd.,AIFO
Anggota : Dr. Apta Mylsidayu, M.Pd
Anggota : Mia Kusumawati, M.Pd.,AIFO
Anggota : Azi Faiz Ridho, S.Pd.,M.Pd



Bekasi, 9februari 2023

Fakultas Keguruan Ilmu Dan Pendidikan

Universitas Islam "45" Bekasi



Yudi Budianti, M.Pd

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Arvian Abdullah Ghifari

Npm : 41182191180125

Fakultas : Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwas kripsi ini dengan judul beserta seluruh isinya adalah benar benar karya sendiri dan tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain

Saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam hasil karya saya sendiri ini atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi yang saya buat.

Jakarta, Februari 2023



Arvian Abdullah Ghifari

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“ Only you can change your life, Nobody else can do if for you ”

~ Arvian Abdullah Ghifari

“ Tidak ada yang salah dari suatu pilihan, yang salah adalah ketika sudah memilih lalu menyesal atas pilihan tersebut ”

~ Arvian Abdullah Ghifari

Persembahan:

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

- ❖ Kedua Orang Tuasaya Ayah dan Ibu saya yang selalu mendoakan dan selalu mendukung saya untuk segala hal kebaikan yang ada di dalam diri saya
- ❖ Teman saya yang Bernama dani yang telah memberikan saya fasilitas untuk saya bisa mengerjakan skripsi ini dari awal hingga akhir
- ❖ Teman-teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi angkatan 2018.
- ❖ Almamater Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi.
- ❖ Serta teman-teman seperjuangan saya

ABSTRACT

This study aims to, (1) develop teaching materials for physical fitness based on mobile learning, especially for the strength of the arms and legs, (2) use research and development research methods to produce teaching materials based on mobile learning.

This research is research and development carried out by adapting the following steps: (1) Analyze learner (2) Statistical objectives (3) Select strategies, media, and materials (4) Utilize material (5) Requires learner participation (6) Evaluate and revise. Small and large scale tests were carried out at MTs Negeri 25 Jakarta. The effectiveness test was carried out at MTs Negeri 25 Jakarta.

The results of the research show that: (1) Teaching material products are based on mobile learning. get assessment results from material experts and media experts in the proper category. The resulting product specifications are in the form of mobile learning-based physical fitness teaching materials with menus, contents, materials, competencies, evaluations, and developer profiles. Physical fitness material was tested for its effectiveness by conducting a post test and pretest with 20 multiple choice questions. (2) Physical fitness teaching material based on mobile learning was able to increase the effectiveness of physical fitness learning for students at MTs Negeri 25 Jakarta.

Keyword: Physical Fitness, Mobile Learning, Effectiveness.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi ini. Penulis sadar bahwa usaha dan perjuangan penulis yang maksimal bukanlah perjuangan dari penulis sendiri, karena tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak mustahil skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh sebab itu pada kesempatan ini pula penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Dr Hermanto, Drs., M.M., M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi, yang telah menerima penulis menjadi mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Bapak Dr. Dindin Abidin S.Pd., M.Si., AIFO. selaku dosen pembimbing yang sudah meluangkan waktu, tenaga, serta motivasi untuk memberi pengarahan dan bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan lancar.
5. Bapak dan Ibu Dosen dan TU FKIP Unisma Bekasi
6. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan, doa dan restu
7. Sekolah Mts Negeri 25 Jakarta sebagai tempat saya melakukan penelitian sehingga penulis bisa menyelesaikan Skripsi dengan lancar
8. Untuk teman-teman seangkatan dan, senior dan semua pihak yang Setelah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Bekasi, 2 februari 2022

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Dan Rumusan Masalah.....	3
1. Batasan Masalah	3
2. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
E. Spesifikasi Produk	4
BAB II TINJAUAN TEORITIS	5
A. Hakikat Penelitian Pengembangan	5
B. Hakikat Kebugaran Jasmani	8
C. Komponen Kebugaran Jasmani.....	9
D. Rancangan variasi Latihan.....	12
E. Penelitian Yang Relevan	13
F. Kerangka Berfikir.....	14
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	16
A. Metode Penelitian	16
B. Waktu dan Tempat Penelitian	17
C. Desain Penelitian	17
D. Definisi Operasional	18
E. Prosedur Pengembangan Model	19
F. Instrumen Penelitian.....	21
G. Teknik Analisis Data	23
BAB IV	25
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	25

A. Produk Pengembangan.....	25
1. Analisa Kebutuhan	25
2. Deskripsi Draft Produk Awal	26
3. Flowchart dan Storyboard media ajar	26
4. Deskripsi Data Validasi Ahli.....	28
BAB V	45
KESIMPULAN DAN SARAN	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran-Saran	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Desain Penelitian Pengembangan	7
Gambar 2. 2 Kerangka Berpikir.....	15
Gambar 3. 1 Desain Penelitian (Sumber sugiyono (2016:409-414)).....	17
Gambar 3. 2 prosedur Penleitian dan Pengembangan.....	19
Gambar 4. 1 Flowchart Produk Materi Ajar Kebugaran Jasmani	26
<i>Gambar 4. 2 Font yang digunakan dalam Pembuatan Media Pembelajaran</i>	<i>27</i>
Gambar 4. 3 Menu Utama.....	31
Gambar 4. 4 Bagian Isi Kompetensi	32
Gambar 4. 5 Bagian Isi Materi.....	32
Gambar 4. 6 Tampilan Awal.....	40
Gambar 4. 7 Tampilan Menu	40
Gambar 4. 8 Tampilan Kompetensi	41
Gambar 4. 9 Tampilan Materi.....	41
Gambar 4. 10 Tampilan pilihan materi kekuatan tangan dan kaki.....	41
Gambar 4. 11 Tampilan isi materi	42
Gambar 4. 12 Tampilan evaluasi	42
Gambar 4. 13 Tampilan Profil	43

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	13
Tabel 4. 1 Hasil Validasi Ahli Media	29
Tabel 4. 2 Hasil Validasi Ahli Kebugaran Jasmani	30
Tabel 4. 3 Hasil Validasi Dosen.....	30
Tabel 4. 4 Hasil Penilaian Guru Uji Coba Skala Kecil.....	33
Tabel 4. 5 Hasil Penilaian Guru Uji Coba Skala Kecil.....	35
Tabel 4. 6 Hasil Penilaian Guru Uji Coba Skala Besar.....	36
Tabel 4. 7 Hasil Penilaian Siswa Uji Coba Skala Besar	37
Tabel 4. 8 Hasil Uji Efektivitas.....	38
Tabel 4. 9 Hasil Uji Signifikansi.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Validasi ahli Dosen	48
Lampiran 2 (Lanjutan)	49
Lampiran 3 Surat Pernyataan Ahli Kebugaran Jasmani	50
Lampiran 4 Surat Pernyataan Ahli Media	51
Lampiran 5 Surat Permohonan Validasi	52
Lampiran 6 Frekuensi Bimbingan	54
Lampiran 7 Dokumentasi.....	55
Lampiran 8 Instrumentasi Validasi	58
Lampiran 9 Surat Keterangan Bimbingan	59