

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN INTERAKTIF  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
BERBASIS VIDEO MATERI BOLA BASKET  
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
KELAS VII**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**NESA AFRILIA DINANTI  
NIM. 18086294**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul** : Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan Berbasis Video Materi Bola Basket di Sekolah Menengah Pertama Kelas VII

**Nama** : Nesa Afrilia Dinanti

**NIM** : 18086294

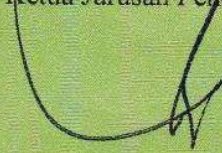
**Progra Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2022

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP. 196112301988031003

Disetujui Oleh:  
Pembimbing



Rika Sepriani, M.Farm., Apt  
NIP. 198609042010122003

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Pendidikan  
Jasmani Olahraga dan kesehatan Berbasis Video Materi  
Bola Basket di Sekolah Menengah Pertama Kelas VII

**Nama** : Nesa Afrilia Dinanti

**NIM** : 18086294

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2022

Tim Penguji:

**Nama**

**Tanda Tangan**

1. **Ketua** : Rika Sepriani, M.Farm., Apt

1. 

2. **Sekretaris** : Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO

2. 

3. **Anggota** : Indri Wulandari, S.Pd, M.Pd

3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan Berbasis Video Materi Bola Basket di Sekolah Menengah Pertama Kelas VII”
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali dari pihak pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tulisan dengan jelas dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Februari 2022

Yang membuat pernyataan



Nesa Afrilia Dinanti  
NIM. 18086294

## ABSTRAK

**Nesa Afrilia Dinanti (2022) : Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Berbasis Video Materi Bola Basket Di Sekolah Menengah Pertama kelas VII**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media pembelajaran interaktif pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berbasis video materi bola basket di sekolah menengah pertama dalam meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman siswa. Berdasarkan pengamatan peneliti di sekolah menengah pertama di kota Padang, terlihat para siswa kurang termotivasi dalam pembelajaran PJOK terkhususnya pada materi bola basket dan sulit dalam memahami materi yang disampaikan.

Jenis penelitian ini merupakan *Research and Development* (R&D) dengan menggunakan model pengembangan ADDIE, yang terdiri atas 5 langkah pengembangan yaitu Analisis (*Analyze*), Perancangan (*Design*), Pengembangan (*Development*), Implementasi (*Implementation*) dan Evaluasi (*Evaluation*). Penelitian ini di bantu oleh 6 orang validator yaitu 4 ahli materi, 1 ahli media dan 1 ahli bahasa. *Instrument* yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar validasi. Teknik analisis data menggunakan skala penilaian dan rentang persentase.

Dari penelitian yang telah dilakukan didapat bahwa validitas media yang dikembangkan memiliki persentase 92,77% dengan klasifikasi sangat layak. Media pembelajaran interaktif pada pembelajaran PJOK berbasis video materi bola basket kelas VII sekolah menengah pertama layak digunakan.

**Kata kunci : *video, media pembelajaran, bolabasket, kelas VII***

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karuniaNya sehingga skripsi yang berjudul “Pengembangan media pembelajaran PJOK berbasis video materi bola basket di sekolah menengah pertama kelas VII” dapat diselesaikan.

Tugas akhir skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan, dukungan dan kerjasama dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini kami sampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama proses perkuliahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Bapak Dr. Zarwan, M.Kes sebagai ketua jurusan Pendidikan Olahraga dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd sebagai sekretaris jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administratif dan konsultatif selama perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Rika Sepriani, M.Farm, Apt sebagai dosen pembimbing yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini baik berupa nasehat, saran dan dukungan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO dan ibu Indri Wulandari, S.Pd, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan saran/masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak Dr. Hendri Neldi, M.kes, Bapak Prof. Dr. Yasnur Asri, M.Pd, Bapak Dr. Nofrion, M.Pd, Bapak Frizki Amra, S.Pd., M.Pd, Bapak Maisondri Nadiar, S.Pd, Ibu Hj. Jusmainur, S.Pd, sebagai validator dalam penelitian ini yang telah memberikan saran/masukkan sehingga uji validitas dapat terlaksana dengan baik.
7. Bapak Win Atriosa, S.Si., M.E kepala kasi. Perencanaan kota Padang dan Bapak Kepala sekolah SMP 13 Padang Drs. Ali Usman, MM, beserta Staf yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan banyak ilmu selama saya menempuh pendidikan di Universitas Negeri Padang.
9. Kedua orangtua saya, ayahanda Dedi Candra dan ibunda Yelmi Roza yang sangat saya cintai, yang telah banyak memberikan dukungan, materil dan do'a yang tulus tiada henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

10. Adik adik saya Rio Eldi Putra, Nikita Ramdhani dan Ariiq Al-wariitsu selalu memberikan saya motivasi, dukungan dan do'a yang tulus.
11. Sahabat tercinta Vani Sintia Putri, Nurul Yulida Zahra, Fauzan Nomanda, dan hamid Gusti, yang selalu *mensupport* perjuangan saya.
12. Teman-teman mahasiswa Penjaskesrek angkatan 2018 dan terkhusus kepada teman-teman kelas internasional 2018 atas segala motivasi dan bantuannya demi terselesaikannya skripsi ini.

Akhirnya semoga segala bantuan, dukungan, saran dan do'a yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT serta tugas akhir skripsi ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca ataupun pihak yang membutuhkan.

Padang, Januari 2022  
Penulis

Nesa Afrilia Dinanti  
NIM. 18086294



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Kajian Teori .....	6
1. Pendidikan Jasmani .....	6
2. Bolabasket .....	9
3. Kurikulum .....	13
4. Materi Bolabasket Kelas VII.....	16
5. Media Pembelajaran .....	22
B. Kerangka Berfikir .....	31
C. Pertanyaan Penelitian .....	33

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
C. Instrumen Pengumpulan Data .....	37
D. Teknik Analisis Data.....	38
E. Kerangka media Pembelajaran Bola Basket .....	40

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	42
1. Pengembangan Video Pembelajaran.....	42
2. Penilaian Ahli.....	45
B. Pembahasan Penelitian.....	51
C. Keterbatasan Penelitian .....	53

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	54
B. Saran.....	54

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>55</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>
----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

### Tabel Halaman

1. Skala Penilaian .....	39
2. Kriteria Interpretasi Skor.....	39

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Lapangan Bola Basket.....	11
2. Bola .....	12
3. Teknik Cara Memegang Bola Basket .....	17
4. Teknik Lempar Bola Setinggi Dada Permainan Bola Basket ...	18
5. Teknik Melempar Bola dari Atas Kepala Pembelajaran Bola Basket .....	18
6. Teknik Melempar Bola Pantulan Permainan Bola Basket .....	19
7. Teknik Menangkap Bola Permainan Bola Basket.....	19
8. Teknik Melempar dan Menangkap Bola Ditempat .....	19
9. Teknik Melempar dan Menangkap Bola Bertiga .....	20
10. Teknik Melempar dan Menangkap Bola Formasi.....	20
11. Teknik Bermain Bola Basket Dengan Lempar Tangkap Bola .....	20
12. Teknik Menggiring Bola Basket .....	21
13. Teknik Aktivitas Pembelajaran 1 Bermain Bola Basket Secara Sederhana .....	21
14. Teknik Aktivitas Pembelajaran 2 Bermain Bola Basket Secara Sederhana .....	22
15. Model ADDIE (Branch, 2009).....	37
17. Diagram Hasil Uji Validasi Oleh Ahli Media .....	46
18. Diagram Hasil Uji Validasi Oleh Ahli Materi .....	47
19. Perbaikan Kata Bola basket.....	48
20. Membuat Sebuah Permainan .....	49
21. Menambahkan Pertanyaan Menjadi 10 Soal .....	49
22. Menambahkan Beberapa Keterangan di Dalam Permainan Bola Basket .....	49
23. Diagram Hasil Uji Validasi Oleh Ahli Bahasa.....	50
24. Uji Validitas Materi Dosen FIK UNP Bapak	

Dr. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO.....	91
25. Uji Validitas Bahasa dengan Dosen FBS UNP Bapak Prof. Dr. Yasnur Asri, M.Pd.....	92
26. Uji Validitas Media dengan Dosen FIS UNP Bapak Nofrion, M.Pd .....	93
27. Uji Validitas Materi Dosen FIK UNP Bapak Frizki Amra, S.Pd., M.Pd.....	94
28. Uji Validitas Materi Guru SMP 13 Padang Maisondri Nadiar, S.Pd .....	95
29. Uji Validitas Materi Guru SMP 13 Padang Hj. Jusmainur, S.Pd.....	96
30. Surat Pengantar Dari Universitas Negeri Padang .....	97
31. Surat dari DINAS PENDIDIKAN dan KEBUDAYAAN .....	98
32. Surat Balasan Penelitian Di SMP 13 Padang Untuk Izin Penelitian.....	99

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Rekapitulasi Hasil Uji Validasi Oleh Ahli (Media, Materi dan Bahasa.....	56
2. Kurikulum .....	84
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).....	86
4. Tahapan Pengembangan Model ADDIE.....	88
5. Dokumentasi Penelitian.....	89
6. Surat Pengantar dari Universitas Negeri Padang .....	95
7. Surat Izin dari Dinas Pendidikan Kota Padang .....	95
8. Surat Balasan Penelitian.....	97

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Seiring berjalannya waktu, ilmu pengetahuan dan teknologi telah mempermudah kehidupan manusia saat sekarang ini, perubahan telah terjadi pada setiap aspek kehidupan, salah satunya dalam bidang pendidikan. Kedekatan para siswa dengan teknologi tidak terelakkan, karena inilah zaman mereka, karena mereka telah berada di era digital. Berbagai macam pembaharuan dalam aspek pendidikan dilakukan agar dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas pendidikan. Di dalam dunia pendidikan tidak hanya membentuk karakteristik saja melainkan berpengaruh besar juga dalam mencerdaskan anak bangsa sehingga anak-anak memiliki watak dan kepribadian yang lebih baik pula, hal ini secara nyata dicantumkan dalam Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003, Bab II, Pasal 3, fungsi dan tujuan pendidikan nasional adalah :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan untuk berkembangnya potensi didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas, di jelaskan bahwa dengan pendidikan kita dapat mengembangkan potensi yang dimiliki siswa dan mereka pun bisa mandiri, kreatif serta inovatif dalam segala hal, serta di dalam pendidikan kita dapat membentuk karakter siswa menjadi mulia dan bertakwa kepada yang maha kuasa, serta pendidikan itu sangat penting bagi generasi penerus yang

akan datang, dalam proses pendidikan di perlukan juga yaitu kesehatan karna generasi yang pintar adalah generasi yang sehat, maka dari itu diperlukannya pendidikan jasmani disekolah, Pendidikan jasmani pada hakekatnya merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan secara menyeluruh dalam kualitas individu, yang mencakup fisik, mental, serta emosional. Menurut (Nugraha Bayu, 2015: 558).

Ruang lingkup pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan materi pembelajaran bola basket menfokuskan pada teknik gerak yaitu memerlukan praktek lapangan tidak cukup dengan teori saja, Penguasaan materi pada siswa tidak dapat diharapkan terjadi dalam waktu singkat. Siswa perlu melakukan pengulangan belajar, karena daya tangkap setiap siswa itu berbeda beda, oleh karena itu guru harus melakukan sesuatu dalam proses pembelajaran sehingga membuat siswanya melakukan pengulangan belajar. Banyak kita jumpai, siswa tidak tertarik mempelajari sesuatu materi karena materi pembelajaran tersebut membosankan atau menjemukan. Untuk menghindari gejala tersebut, guru harus memilih dan mengorganisasikan materi pelajaran tersebut sedemikian rupa, sehingga merangsang dan menantang siswa untuk mempelajarinya.

Media pembelajaran adalah alat yang dapat membantu proses belajar mengajar dan berfungsi untuk memperjelas makna pesan yang disampaikan, sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran dengan lebih baik dan sempurna. Media pembelajaran di rancang agar mempermudah siswa dalam



memahami sebuah konsep dari sebuah pembelajaran, berkaitan dengan keadaan sekarang yaitu Covid-19 mengharuskan siswa untuk belajar dirumah untuk meminilisir pemberantasan Covid-19.

Berdasarkan hasil wawancara tanggal 22 Agustus 2021 terhadap guru mata pelajaran PJOK di SMP Negeri 13 Padang, pembelajaran pendidikan jasmani dilakukan dengan menggunakan metode daring yaitu menggunakan aplikasi *geschool* dimana pelaksanaan pembelajaran dilakukan serentak di Kota Padang dengan materi yang sama serta siswa di fasilitasi buku LKS dan buku cetak. Dan hasil wawancara yang dilakukan terhadap beberapa siswa, pembelajaran daring pada masa sekarang adalah program yang bagus tetapi siswa merasa kesulitan dalam mempraktekkan gerakan keterampilan yang ada di media *geschool* karna di dalam media *geschool* hanya menampilkan gambar saja dan kendala lain yang siswa hadapi yaitu *handphone* dan jaringan, tidak semua siswa memiliki *handphone* dan jaringan yang bagus, sehingga pada saat pembelajaran berlangsung di *geschool* yang mempunyai kendala jaringan akan kertertinggalan pelajaran.

Dari penjelasan di atas, penulis tertarik untuk memberikan sebuah solusi yang tepat guna untuk tercapainya tujuan belajar walaupun hanya menggunakan alat elektronik dan kemandirian disini dituntut, yaitu dengan pengembangan media pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berbasis video khususnya pada materi bola basket untuk siswa kelas VII. Dengan pengembangan tersebut diharapkan mampu menjadi solusi

yang baik pada permasalahan yang sedang terjadi saat sekarang ini, khususnya di masa Covid-19.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kurangnya media yang menarik dan efektif untuk menunjang pembelajaran.
2. Kurangnya sarana dan prasarana.
3. Kurangnya kemampuan guru dalam mengelola kelas.
4. Siswa kesulitan dalam mempraktekkan materi bola basket di lapangan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan pada identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas ternyata banyak sekali variabel penelitian. Oleh karena itu mengingat keterbatasan waktu, tenaga, sarana dan prasarana, biaya yang tersedia dalam penelitian serta kompleksnya permasalahan untuk lebih fokusnya maka penulis membatasi penelitian ini yang berhubungan dengan pengembangan media pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan berbasis video materi bola basket di sekolah menengah pertama kelas VII.

### **D. Perumusan masalah**

Menuju pada identifikasi dan pembatasan masalah di atas dapat di rumuskan masalah penelitian ini adalah bagaimana pengembangan media pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan berbasis video materi bola basket di Sekolah Menengah Pertama kelas VII ?

**E. Tujuan penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan media pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan berbasis video materi bola basket di Sekolah Menengah Pertama kelas VII.

**F. Manfaat penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang diuraikan di atas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi kepala sekolah, dapat mengambil kebijakan dalam mempertimbangkan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan khususnya pada materi bola basket.
2. Bagi guru, dapat dijadikan sebagai alternatif pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan di sekolah khususnya materi bola basket.
3. Bagi siswa, mempermudah dalam memahami materi saat belajar mandiri di rumah.
4. Bagi penulis, untuk menambah pengalaman dan wawasan untuk melengkapi ilmu pengetahuan yang didapat selama kuliah serta menjadi pelajaran ketika menjadi seorang pendidik.