

**PENGEMBANGAN MODEL SENAM “SI BUYUNG” DALAM BENTUK  
CERITA BERBASIS CERITA DONGENG UNTUK PEMBELAJARAN  
PJOK PADA PESERTA DIDIK KELAS III DI SD UMP KABUPATEN  
BANYUMAS**



**SKRIPSI**

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

**FERIN DESTRIA FITRIANI  
1901100064**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2023**

# HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Skrripsi yang diajukan oleh:

Nama : **Ferin Destria Fitriani**  
 NIM : **1901100064**  
 Program Studi : **Pendidikan Guru Sekolah Dasar**  
 Fakultas : **Keguruan Dan Ilmu Pendidikan**  
 Perguruan Tinggi : **Universitas Muhammadiyah Purwokerto**  
 Judul : **Pengembangan Model Senam "Si Buyung" Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng Untuk Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas III Di SD UMP Kabupaten Banyumas**

Telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 10 Januari 2024

Pembimbing

**Dr. Yudha Febrianta, M.Or., AIFO.**

**NIK. 2160492**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Ferin Destria Fitriani  
NIM : 1901100064  
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Judul : Pengembangan Model Senam “Si Buyung” Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng Untuk Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas III Di SD UMP Kabupaten Banyumas

telah berhasil dipertahankan di depan Dewan Penguji dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai kelengkapan persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**DOSEN PENGUJI**

1. Penguji 1 : Aji Heru Muslim, M.Pd.  
NIK. 2160541
2. Penguji 2 : Dedy Irawan, M.Pd.  
NIK. 2160542
3. Pembimbing : Dr. Yudha Febrianta, M.Or.,AIFO.  
NIK. 2160492

Ditetapkan di : Purwokerto  
Tanggal : 16 Januari 2024



Mengetahui  
Dekan FKIP

Dr. Elly Hasan Sadeli, M.Pd  
NIK. 2160467

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Ferin Destria Fitriani**

NIM : **1901100064**

Program Studi : **Pendidikan Guru Sekolah Dasar**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

Perguruan Tinggi : **Universitas Muhammadiyah Purwokerto**

Menyusun skripsi dengan judul:

**Pengembangan Model Senam “Si Buyung” Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng Untuk Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas III Di SD UMP Kabupaten Banyumas**

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 16 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



**Ferin Destria Fitriani**

**NIM. 1901100064**

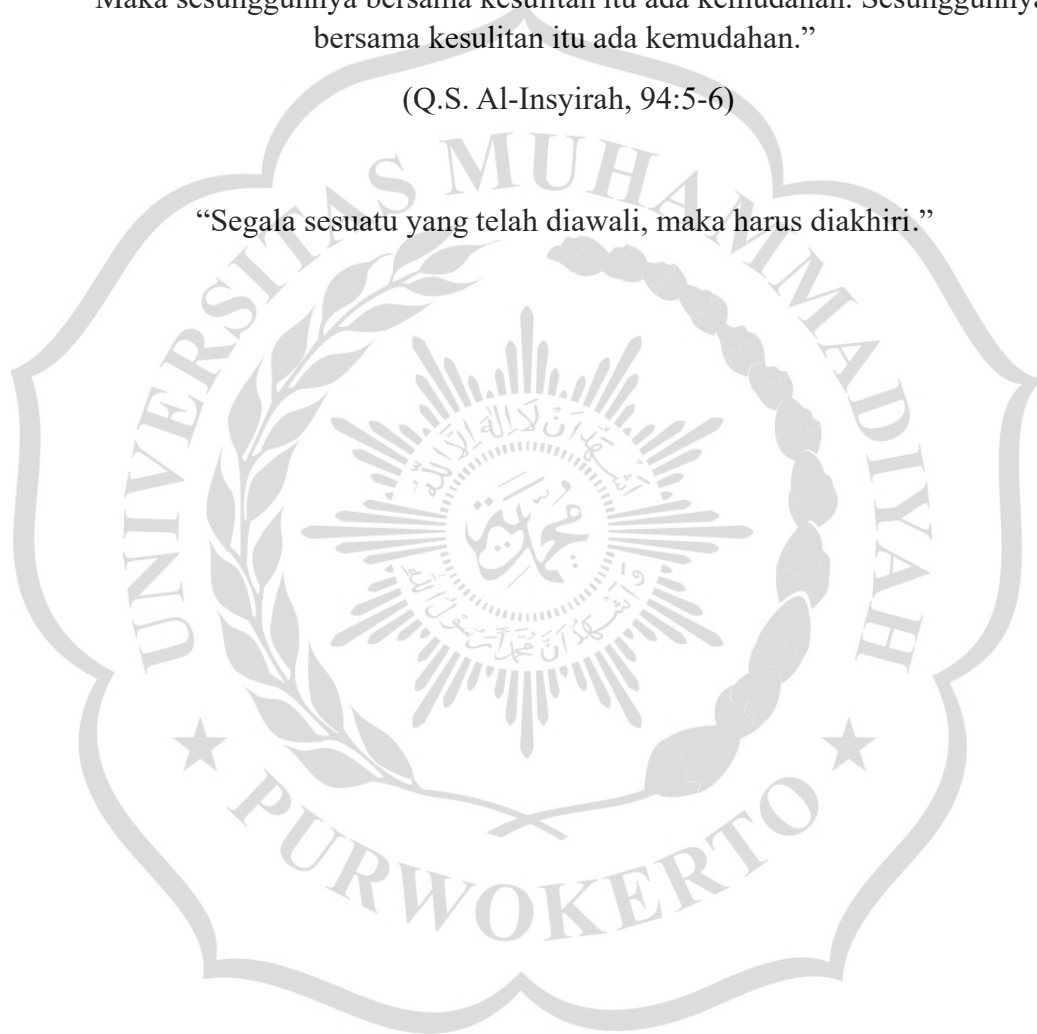
## MOTTO

“Man jadda wajada” (Barang siapa yang bersungguh-sungguh, ia akan mencapai tujuannya).

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.S. Al-Insyirah, 94:5-6)

“Segala sesuatu yang telah diawali, maka harus diakhiri.”



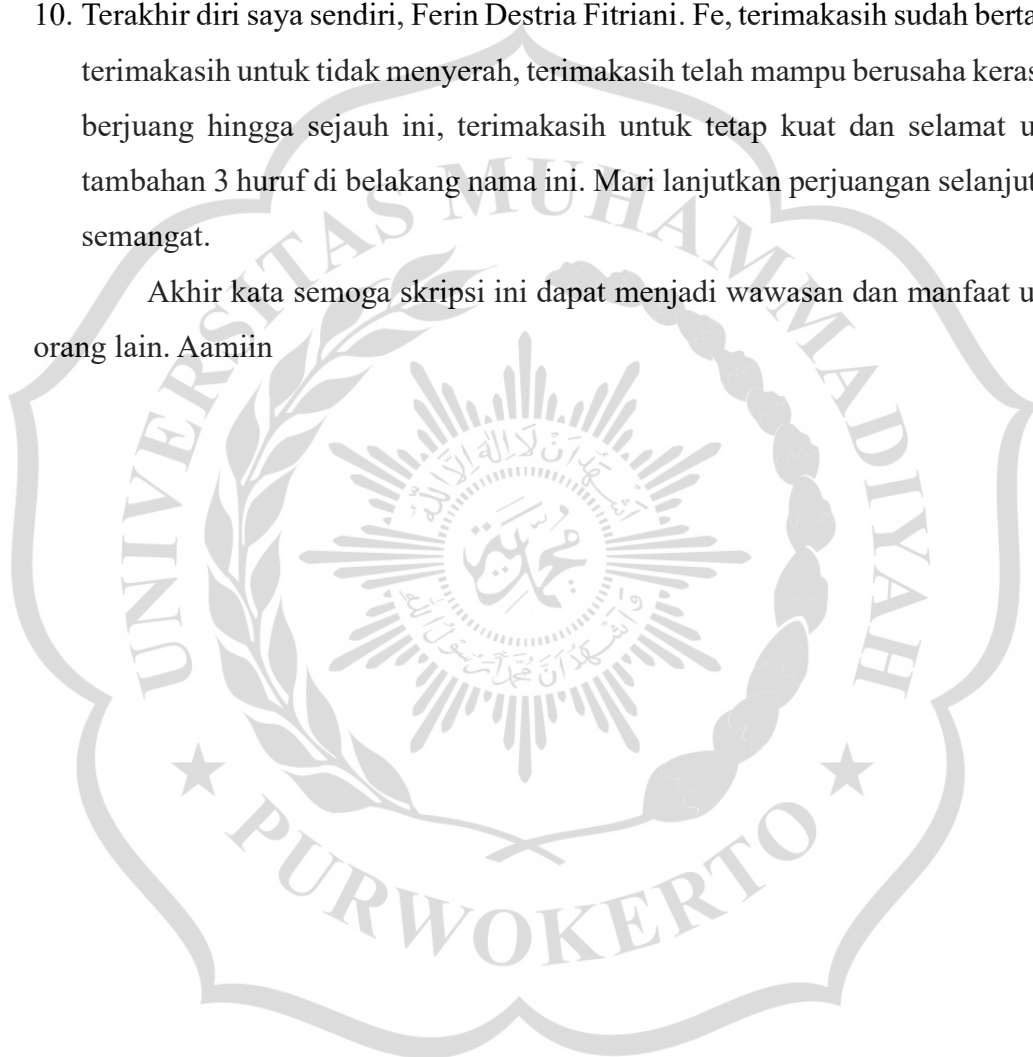
## PERSEMBAHAN

Tiada lembar yang paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan mengucap rasa syukur atas rahmat Allah SWT dan sebagai ucapan teimakasih skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan pertolongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kedua orangtua saya tercinta Bapak Tristiawan dan Ibu Sugiarti, S.E. yang menjadi saksi perjuangan dan perjalanan penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan penulisan skripsi ini. Terimakasih atas doa-doa yang selalu dilayangkan, kasih sayang, cinta, dukungan dan motivasi yang senantiasa membersamai setiap langkah perjalanan penulis hingga mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana.
3. Adikku tesayang, Zerlinda Dian Saefani yang selalu menghibur penulis disela-sela kesulitan penyusunan skripsi ini.
4. Keluarga besar H. Kasim Kwatno dan keluarga besar Alm. Mulyosuwito yang turut memberikan semangat dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan studinya.
5. Bapak dan Ibu Dosen PGSD Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam proses penyusunan hingga selesainya skripsi ini.
6. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Bripda Harry Mahardika. Terimakasih telah menjadi tempat berkeluh kesah, selalu ada dalam suka maupun duka selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas dukungan, semangat, waktu, doa yang senantiasa dilayangkan, dan seluruh hal baik yang telah diberikan selama ini.
7. Sahabatku, Riska, Nukma, dan Alya yang telah membersamai penulis sejak bangku SMA hingga saat ini yang selalu memberikan semangat kepada penulis.

8. Rekan-rekan mahasiswa utamanya dari Progam Studi PGSD Univeritas Muhammadiyah Purwokerto atas dukungan dan kerjasamanya selama menempuh pendidikan seta penyusunan skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak berkontribusi demi kelancaran dan keberhasilan skripsi ini.
10. Terakhir diri saya sendiri, Ferin Destria Fitriani. Fe, terimakasih sudah bertahan, terimakasih untuk tidak menyerah, terimakasih telah mampu berusaha keras dan berjuang hingga sejauh ini, terimakasih untuk tetap kuat dan selamat untuk tambahan 3 huruf di belakang nama ini. Mari lanjutkan perjuangan selanjutnya, semangat.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat menjadi wawasan dan manfaat untuk orang lain. Aamiin



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengembangan Model Senam Si Buyung Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng Untuk Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas III Di SD UMP Kabupaten Banyumas”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

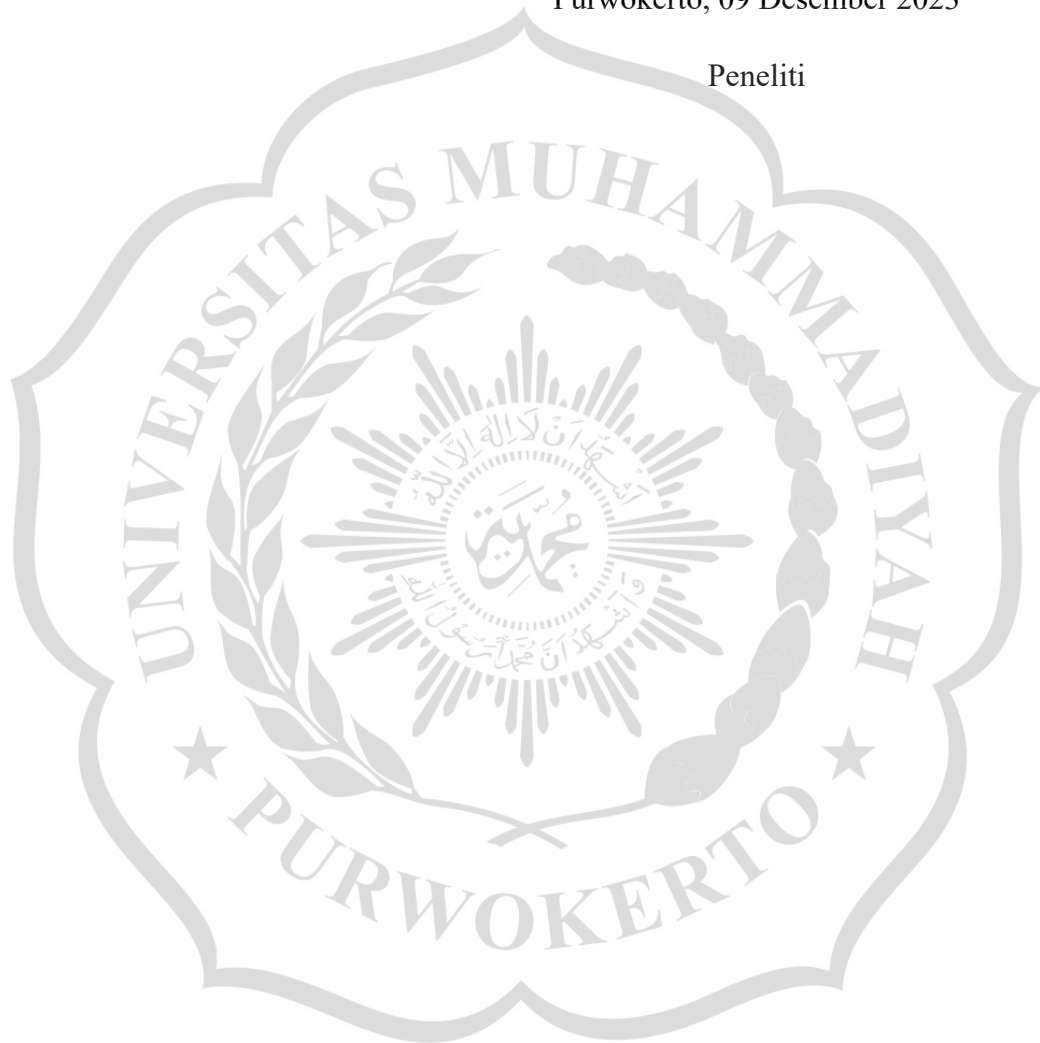
Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu berikut ini:

1. Assoc. Prof. Dr. Jebul Suroso, Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto,
2. Dr. Elly Hasan Sadeli, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Purwokerto,
3. Aji Heru Muslim, M.Pd., Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Purwokerto
4. Dr. Yudha Febrianta, M.Or., AIFO, Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini,
5. Segenap dosen PGSD FKIP UMP, yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang luar biasa,
6. Nofiyanto, S.Pd.Gr., M.Pd, Kepala Sekolah SD UMP, yang telah memberikan ijin penelitian dan membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian,
7. Bahtiar Furqoni, S.Pd, Guru PJOK SD UMP, yang telah menjadi kolaborator dan membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian.
8. Teman-teman seperjuangan, yang telah bersama-sama saling memotivasi, dan
9. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung.

Akhir kata, semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Aamiin.

Purwokerto, 09 Desember 2023

Peneliti



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai individu akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ferin Destria Fitriani

NIM : 1901100064

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Nonesklusif (*Non-exclusive Royalt-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**Pengembangan Model Senam “Si Buyung” Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng Untuk Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas III Di SD UMP Kabupaten Banyumas**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Nonesklusif ini Universitas Muhamamdiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalihmedia/mengalihinformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemelik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Purwokerto

Pada Tanggal : 16 Desember 2023

Yang menyatakan,



**Ferin Destria Fitriani**  
**NIM. 1901100064**

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL.....  | i    |
| HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....                                | ii   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....  | iii  |
| HALAMAN ORISINILITAS .....  | iv   |
| MOTTO .....   | v    |
| PERSEMBAHAN .....   | vi   |
| KATA PENGANTAR .....  | viii |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....              | x    |
| DAFTAR ISI .....  | xi   |
| DAFTAR TABEL.....   | xiii |
| DAFTAR BAGAN.....   | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN .....   | xv   |
| ABSTRAK .....   | xvi  |
| ABSTRACT.....   | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN .....   | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah.....                                      | 1    |
| B. Identifikasi Masalah.....  | 5    |
| C. Pembatasan Masalah .....   | 6    |
| D. Rumusan Masalah .....  | 6    |
| E. Tujuan Pengembangan .....  | 7    |
| F. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan .....                       | 7    |
| G. Manfaat Pengembangan.....  | 9    |
| 1. Manfaat Teoritis .....   | 9    |
| 2. Manfaat Praktis .....  | 9    |
| H. Asumsi Pengembangan .....  | 10   |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA .....   | 11   |
| A. Kajian Teori.....  | 11   |
| 1. Teori belajar Konstruktivisme.....                               | 11   |
| 2. Media Pembelajaran.....  | 11   |
| 3. Keterampilan Senam .....   | 13   |
| 4. Senam Si Buyung.....   | 15   |
| 5. Cerita Dongeng .....   | 17   |
| 6. Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar .....                         | 18   |
| 7. Karakteristik Peserta Didik Kelas III (Tiga) Sekolah Dasar ..... | 19   |
| B. Penelitian yang Relevan.....                                     | 21   |
| C. Kerangka pikir.....  | 23   |
| D. Pertanyaan Penelitian .....                                      | 24   |

|   |    |
|---|----|
| BAB III METODE PENELITIAN.....                | 25 |
| A. Model Pengembangan.....                    | 25 |
| B. Prosedur Pengembangan.....                 | 26 |
| 1. <i>Analysis</i> (analisis).....            | 26 |
| 2. <i>Design</i> (Desain).....                | 27 |
| 3. <i>Development</i> (Pengembangan).....     | 27 |
| 4. <i>Implementation</i> (Implementasi).....  | 28 |
| 5. <i>Evaluation</i> (Evaluasi).....          | 28 |
| C. Desain Uji Coba Produk.....                | 29 |
| 1. Desain Uji Coba.....                       | 29 |
| 2. Subjek Uji Coba.....                       | 29 |
| 3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data..... | 29 |
| 4. Teknik Analisis Data.....                  | 35 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN..... | 39 |
| A. Hasil Pengembangan.....                    | 39 |
| 1. Tempat Penelitian.....                     | 39 |
| 2. Hasil Analisis Kebutuhan.....              | 39 |
| 3. Deskripsi Draf Awal Produk.....            | 40 |
| 4. Revisi Draf Awal Produk.....               | 51 |
| 5. Validasi Draf Awal produk.....             | 53 |
| B. Hasil Uji Coba Produk.....                 | 54 |
| 1. Hasil Uji Coba Produk.....                 | 54 |
| 2. Hasil Kuisisioner Praktisi Guru.....       | 55 |
| 3. Hasil Kuisisioner Peserta Didik.....       | 57 |
| C. Revisi Produk.....                         | 59 |
| D. Kajian Produk Akhir.....                   | 60 |
| E. Keterbatasan Penelitian.....               | 61 |
| BAB V PENUTUP.....                            | 62 |
| A. Kesimpulan.....                            | 62 |
| B. Implikasi.....                             | 62 |
| C. Saran.....                                 | 63 |
| D. Diseminasi Produk.....                     | 63 |
| DAFTAR PUSTAKA.....                           | 64 |
| LAMPIRAN.....                                 | 68 |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Validasi Pengembangan Model Senam “Si Buyung” dalam Bentuk Cerita Ahli Bahasa .....               | 33 |
| Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Validasi Pengembangan Model Senam “Si Buyung” dalam Bentuk Cerita Ahli Media.....                 | 33 |
| Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Validasi Pengembangan Model Senam “Si Buyung” dalam Bentuk Cerita Ahli Materi .....               | 33 |
| Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Validasi Pengembangan Model Senam “S Buyung” dalam Bentuk Cerita Praktisi Guru .....              | 34 |
| Tabel 3.5 Kisi-kisi Wawancara Guru.....   | 34 |
| Tabel 3.6 Penilaian Validasi Skala Likert .....   | 36 |
| Tabel 3.7 Kriteria Penilaian pengaruh media terhadap minat belajar siswa....  | 37 |
| Tabel 3.8 Kriteria Penilaian Respon Guru.....   | 38 |
| Tabel 4.1 Masukan Terhadap Draf Awal Produk Buku Panduan Senam Si Buyung Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng .....      | 52 |
| Tabel 4.2 Validasi Ahli .....   | 53 |
| Tabel 4.3 Pedoman Konversi Nilai Kelayakan Model .....  | 53 |
| Tabel 4.4 Hasil Validasi Ahli .....   | 54 |
| Tabel 4.5 Hasil Kuisioner Praktisi Guru Terhadap Pengembangan Model Senam Si Buyung Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng | 56 |
| Tabel 4.6 Hasil Kuisioner Peserta Didik Terhadap Pengembangan Model Senam Si Buyung Dalam Bentuk Cerita Berbasis Cerita Dongeng | 58 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian.....             | 23 |
| Gambar 3.1 Langkah-langkah Model Pengembangan ADDIE..... | 26 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|   |     |
|---|-----|
| Lampiran 1. Hasil Validasi Ahli Bahasa .....  | 68  |
| Lampiran 2. Hasil Validasi Ahli Media.....  | 75  |
| Lampiran 3. Hasil Validasi Ahli Materi .....  | 81  |
| Lampiran 4. Hasil Validasi Praktisi Guru .....  | 88  |
| Lampiran 5. Hasil Angket Minat Siswa .....  | 91  |
| Lampiran 6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) .....  | 93  |
| Lampiran 7. Hasil Revisi Buku Panduan Senam Si Buyung Dalam Bentuk<br>Cerita Berbasis Cerita Dongeng..... | 101 |
| Lampiran 8. Surat Keputusan Dekan FKIP.....   | 102 |
| Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Observasi .....   | 104 |
| Lampiran 10. Surat Permohonan Izin Penelitian .....   | 105 |
| Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian .....   | 106 |
| Lampiran 12. Hasil Cek Turnitin Skripsi .....   | 107 |
| Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan Penelitian .....  | 109 |
| Lampiran 14. Biodata Penulis.....   | 111 |

## ABSTRAK

Penelitian pengembangan ini dilaksanakan di SD UMP Kabupaten Banyumas bertujuan untuk menghasilkan media pembelajaran berupa buku panduan senam Si Buyung dalam bentuk cerita berbasis cerita dongeng yang mampu memudahkan peserta didik dan guru dalam melakukan dan meningkatkan aktivitas ritmik pada pembelajaran PJOK. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model penelitian dan pengembangan atau Research and Development (R&D) yang mengadopsi model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Teknik pengumpulan data menggunakan angket, wawancara, observasi, dokumentasi, dan skala pengukuran, sedangkan instrumen pengumpulan data menggunakan lembar validasi dan lembar angket respon guru serta siswa. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa produk buku panduan senam Si Buyung dalam bentuk cerita berbasis cerita dongeng memenuhi kriteria valid dengan presentase hasil penilaian ahli bahasa 80%, presentase ahli media 88% kategori sangat valid, dan presentase ahli materi 94% kategori sangat valid. Berdasarkan hasil angket respon guru 100% kategori sangat valid, angket respon minat siswa 91% sangat valid. Berdasarkan hasil tersebut, produk buku panduan senam Si Buyung dalam bentuk cerita berbasis cerita dongeng memenuhi kriteria sangat valid dan layak untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK.

Kata Kunci: Senam, Si Buyung, Dongeng

## ABSTRACT

This development research was conducted at SD UMP Banyumas District to produce a learning media in the form of a Si Buyung exercise guide in the form of a story based on a fairy tale. This media is designed to facilitate students and teachers in performing and enhancing rhythmic activities in Physical Education and Health (PJOK) learning. The development model used in this research is the Research and Development (RD) model, adopting the ADDIE model (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Questionnaires, interviews, observations, documentation, and measurement scales were used to collect data. The data collection instruments include validation sheets and questionnaire response sheets for teachers and students. The results of the research show that the Si Buyung exercise guidebook product in the form of a story based on a fairy tale meets the valid criteria, with a percentage of language expert assessment at 80%, media expert assessment at 88% in the highly valid category, and material expert assessment at 94% in the highly valid category. Based on the teacher response questionnaire, 100% falls in the highly valid category, and the student interest response questionnaire shows 91% in the highly valid category. Based on these results, the Si Buyung exercise guidebook product in the form of a story based on a fairy tale meets the criteria of being highly valid and suitable for use in PJOK learning.

Keywords: Exercise, Si Buyung, Fairy Tale.