



## **Pengembangan Latihan Teknik Dasar Judo Melalui Model Permainan untuk Pejudo Pemula Usia 8-12 Tahun**

**Africo Ramadhani<sup>1</sup>\*, Sugeng Purwanto<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Ilmu Keolahragaan, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta. Jalan Colombo No. 1, Karangmalang, Yogyakarta, 55281, Indonesia

\* Korespondensi Penulis. Email: [aprikoramadhani@yahoo.co.id](mailto:aprikoramadhani@yahoo.co.id)

*Received: 26 January 2017; Revised: 17 April 2017; Accepted: 26 April 2017*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model permainan teknik dasar untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun, penelitian ini dilakukan dengan mengadaptasi langkah-langkah penelitian pengembangan Borg & Gall (1983), yang diadaptasi menjadi 8 langkah pelaksanaan penelitian, langkah-langkah tersebut antara lain: (1) pengumpulan informasi lapangan (2) analisis informasi yang telah dikumpulkan (3) mengembangkan produk awal, (4) Validasi ahli dan revisi (5) Uji coba lapangan skala kecil dan revisi (6) uji coba lapangan skala besar dan revisi (7) pembuatan produk final (8) uji eektivitas produk. Uji coba skala kecil dilakukan terhadap 20 orang pejudo pemula klub judo Kota Yogyakarta. Uji coba skala besar dilakukan terhadap 20 orang pejudo pemula klub judo Sleman dan 20 orang pejudo pemula klub judo Bantul. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah petunjuk umum wawancara, catatan lapangan, lembar evaluasi, angket skala nilai validasi, rubrik penilaian siswa, pedoman observasi permainan, pedoman observasi keefektifan dan rubrik penilaian uji eektivitas permainan. Hasil penelitian berupa model permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun terdiri atas 6 model permainan, Model permainan disusun dalam bentuk buku pedoman dan DVD dengan dengan judul *Model Permainan Teknik Dasar Judo*.

**Kata Kunci:** model, permainan, teknik dasar judo, pejudo pemula

## ***Developing Judo Basic Techniques Training through Gaming Model for Beginner Judoka Age 8-12 Years***

### **Abstract**

*This study aims to produce a model of the basic techniques game for beginner judoka in the age range of 8-12 years. This research was carried out by adapting the steps of research development proposed by Borg and Gall (1983), which was adapted into 8 step of implementation of research, including: (1) the collection of information (2) analysis of the information gathered (3) daveloping the initial product, (4) experts validation and revision (5) small-scale field trials and revision (6) large-scale field trials and revisions (7) the manufacture of final products (8) testing the effectiveness of the product. Small-scale trial was conducted to 20 beginner judoka in the judo club of Yogyakarta Municipality. A large-scale trial conducted to 20 novice judoka in Sleman judo club and 20 novice judoka in Bantul judo club. The instrument used to collect the data are general instructions interviews, field notes, evaluation sheet, questionnaire on validation score scale, student assessment rubric, observation guidelines of the game, observation guidelines of the effectiveness and scoring rubric the game's effectiveness test beginner. The results of the research is a model of the basic techniques of judo game for ages 8-12 years judoka, consisting of 6 models of the game. The game model is arranged in the form of manuals and DVDs entitled Model Permainan Teknik Dasar Judo.*

**Keywords:** models, games, basic techniques of judo, judoka beginners

**How to Cite:** Ramadhani, A., & Purwanto, S. (2017). Pengembangan latihan teknik dasar judo melalui model permainan untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 1-11. doi:<http://dx.doi.org/10.21831/jk.v5i1.12755>

**Permalink/DOI:** <http://dx.doi.org/10.21831/jk.v5i1.12755>

## PENDAHULUAN

Meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan salah satu upaya yang terus menjadi perhatian pemerintah. Karena olahraga tidak hanya dipandang sebagai cara untuk meningkatkan kesehatan jasmani serta rohani, tetapi olahraga dapat juga dipandang sebagai cara untuk mendapatkan prestasi, prestasi olahraga diharapkan dapat memupuk dan membangkitkan rasa cinta tanah air. Melalui aktivitas jasmani dan olahraga diharapkan dapat ditanamkan watak, karakter, serta kepribadian yang sesuai dengan nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

Dalam hal prestasi pada olahraga, banyak faktor yang saling terkait dan memberikan sumbangan terhadap keberhasilan suatu prestasi di bidang olahraga. Menurut Irianto (2004, p. 105) metode-metode latihan ditentukan oleh isi/materi latihan, karakteristik beban, sarana dan prasarana latihan serta disesuaikan dengan keadaan paedagogis dan fisiologis atau kebutuhan-kebutuhan kelompok penerima. Sesuai dengan kemampuan kondisi yang menentukan prestasi suatu cabang olahraga, kemampuan motorik yang sesuai akan dikembangkan melalui metode-metode latihan yang tepat.

Selain faktor tersebut faktor atlet merupakan salah satu faktor utama dalam keberhasilan suatu prestasi di bidang olahraga. Pola pemilihan atlet yang tepat dan sesuai dengan cabang olahraga merupakan landasan utama sebuah prestasi. Selain itu, model latihan yang tepat dalam program latihan juga sangat penting hal ini akan menunjang kemampuan atlet. Model latihan yang disesuaikan dengan karakter atlet akan sangat membantu dalam proses latihan sehingga dapat meningkatkan prestasi atlet itu sendiri. Jika model latihan yang diberikan cenderung monoton dan tidak disesuaikan dengan umur atlet, itu akan mengakibatkan atlet mengalami kebosanan yang luar biasa dalam latihan terutama untuk atlet-atlet pemula. Jika hal ini dibiarkan begitu saja, itu dengan sendirinya atlet akan berhenti dalam berlatih dan memilih olahraga-olahraga lain yang lebih menyenangkan untuk dirinya. Masalah-masalah seperti ini yang biasanya sering terjadi pada cabang-cabang olahraga yang bersifat individu, seperti cabang olahraga beladiri.

Olahraga beladiri merupakan olahraga yang membutuhkan proses yang panjang untuk dapat dikuasai karena olahraga beladiri adalah

olahraga yang langsung bersentuhan fisik baik itu memukul, menendang, membanting atau mengunci. Di dalam proses latihan diperlukan beberapa tahap yang harus dipelajari sebelum seorang atlet tersebut dapat bertanding. Hal ini dilakukan untuk mengurangi cedera yang dialami oleh atlet di dalam pertandingan, salah satunya pada cabang olahraga beladiri judo.

Olahraga judo merupakan olahraga beladiri yang menggunakan teknik bantingan, pitingan, kuncian, dan penekanan sendi. Dalam olahraga beladiri judo diperlukan latihan yang baik dan teratur untuk mencapai hasil yang maksimum dan menuju prestasi yang lebih baik. Kano (1989, p.16) menyatakan bahwa, *The word jujutsu and judo are each written with two chinese characters. The ju in both is the same and means gentleness or giving away. The meaning of jutsu art practice and do means principle or way the way being as the concept of life it-self. Jujutsu may be translated as the gentle art judo as the way of gentleness with the implication of first giving way to ultimately gain victory.*

Sebagai salah satu cabang olahraga, menurut Achmad (2014, p. 16), judo dibatasi oleh berbagai peraturan yang terdiri atas: (1) Bantingan: kaki seorang peserta terangkat (diangkat) dari matras dan tubuhnya dibanting dengan punggung yang jatuh menyentuh matras terlebih dahulu karena dibanting lawannya, (2) Dekapan: salah seorang peserta telah kehilangan kontrol dalam dekapan lawan di atas matras, (3) Mengunci lengan: tekanan yang diberikan pada siku atau pundak seorang peserta oleh peserta lain dalam usaha membuatnya menyerah, (4) Tanda menyerah dinyatakan dengan tepukan pada matras atau badan lawan dengan tangan atau kaki. Apabila tangan atau kaki terkunci sehingga tidak bisa bergerak, tanda menyerah bisa dilakukan dengan teriakan. (5) Cekikan: membatasi mengalirnya hawa ke dalam kerongkongan dan membatasi mengalirnya darah ke kepala adalah tanda bahaya untuk segera menyerah. Penundaan memberikan tanda menyerah pada cekikan ini dapat menyebabkan hilangnya kesadaran atau pingsan untuk sementara waktu.

Oleh karena itu, pada penerapannya di dalam olahraga judo hanya digunakan bantingan, cekikan, kuncian, dan penekanan sendi. Teknik-teknik tersebut diajarkan kepada pejudo jika sudah menguasai teknik-teknik dasar seperti teknik *ukemi* atau jatuhan karena pada olahraga judo juga terdapat tingkatan-tingkatan kemampuan pada pejudo itu sendiri dengan ditandai

oleh tingkatan sabuk (*obi*) dengan warna yang berbeda-beda. Menurut Achmad (2014, p. 22) bagi semua pejudo pemula warna sabuknya adalah putih. Berikut lebih rincinya: (a) Bagi remaja (berumur di bawah 16 tahun) adalah sebagai berikut, *Kyu-5* sabuk berwarna kuning, *Kyu-4* sabuk berwarna oranye, *Kyu-3* sabuk berwarna hijau, *Kyu-2* sabuk berwarna biru, *Kyu-1* sabuk berwarna coklat, (b) Bagi taruna (Putra berumur 16-20 tahun dan putri 16-19 tahun) dan dewasa/senior adalah: *Kyu-5* sampai dengan *Kyu-4* sabuk berwarna biru, *Kyu-3* sampai dengan *Kyu-1* sabuk berwarna coklat, *Dan-1*, sampai dengan *Dan-5* sabuk berwarna hitam. *Dan-6* sampai dengan *Dan-8* sabuk berwarna merah putih/hitam. *Dan-9* sampai dengan *Dan-10* sabuk berwarna merah atau hitam.

Biasanya untuk mengetahui tingkat seorang pejudo selain melihat warna sabuk adalah dengan adanya strip yang sesuai dengan warna sabuk pada ujung bawah lapel judogi, jumlah strip tersebut sesuai dengan tingkat judo. Berdasarkan teori tingkatan sabuk di atas dalam penelitian ini tidak semua pejudo bisa mengikuti program latihan yang akan diberikan melainkan hanya pejudo yang sudah mencapai *Kyu-3*, hal ini karena persyaratan dalam kejuaraan para pejudo memiliki syarat mengikuti kejuaraan minimal *Kyu 3*. Kaitannya dengan penelitian ini, seorang pejudo dianggap layak untuk berlatih bantingan, maka seorang pejudo harus benar-benar menguasai teknik jatuhan atau yang disebut dengan *ukemi waza*. Jika seorang pejudo belum benar-benar menguasai teknik jatuhan, pejudo akan mudah cedera bahkan bisa mengakibatkan kematian mengingat olahraga judo merupakan olahraga *body contac* dengan risiko yang cukup tinggi.

Selain itu, ada beberapa faktor yang harus dikuasai oleh setiap pejudo atau judoka agar mampu mencapai prestasi yang tinggi. Menurut Scheunemann (2008, p. 24), ada empat pilar latihan yang berbobot yaitu: (1) pembentukan teknik dasar pemain, (2) meningkatkan fisik pemain, (3) menanamkan pengertian permainan atau *knowledge of the game* kepada pemain, (4) pembinaan mental pemain.

Di dalam pembentukan seorang pejudo, teknik dasar pejudo adalah faktor yang sangat penting karena sebelum seorang pejudo menguasai teknik *randori* (teknik bertanding) seorang atlet harus terlebih dahulu menguasai beberapa teknik dasar seperti: *ukemi* (teknik jatuhan) *kuzuzi/kumikata* (menghilangkan ke-

seimbangan lawan), *nage waza* (teknik lemparan/bantingan). Teknik dasar tersebut merupakan fondasi awal dalam berlatih judo karena di dalam teknik dasar tersebut seorang pejudo pada awalnya harus mempelajari terlebih dahulu bagaimana cara jatuh yang aman untuk menghindari cedera, atau yang disebut dengan *ukemi*. Pada latihan *ukemi* yang harus dipelajari adalah posisi ketika tubuh menyentuh matras, posisi ketika tubuh terangkat oleh lawan dan posisi ketika menjatuhkan tubuh ke matras. Latihan *ukemi* juga harus dilakukan berulang-ulang selama latihan untuk menciptakan gerak refleks terhadap atlet. Proses tersebut yang membuat latihan jatuhan (*ukemi*) menjadi lebih lama dibandingkan dengan latihan teknik lainnya. Hal ini yang biasanya membuat atlet menjadi bosan dan cenderung untuk tidak sabar untuk berlatih ke tahap berikutnya. Setelah pejudo menguasai teknik jatuhan atau *ukemi*, teknik selanjutnya yang harus dipelajari adalah teknik *kuzuzi/kumikata* (teknik menghilangkan keseimbangan lawan). Pada tahap ini pejudo akan mempelajari delapan arah bantingan dan cara untuk menghilangkan keseimbangan lawan. Teknik dasar selanjutnya adalah teknik *nage waza* (lemparan/bantingan). Ada delapan teknik bantingan dasar yang diajarkan pada tahap ini, namun dalam penelitian ini peneliti hanya akan mengambil dua teknik bantingan dasar yang akan dipakai.

Dalam mempelajari teknik dasar pelatih harus mampu memastikan bahwa teknik yang dipelajari harus bisa dikuasai oleh pejudo terlebih pejudo pemula. Ketika pejudo tidak benar-benar menguasai teknik dasar tersebut, pejudo tersebut akan sulit dalam mempelajari teknik-teknik *randori* (teknik pertandingan). Ketika seorang pejudo tidak menguasai teknik dasar dengan sempurna yang terjadi adalah pejudo tidak berkembang dalam latihannya sehingga sulit untuk mendapatkan prestasi dalam pertandingan. Selain itu, karena tidak menguasai teknik dasar dengan benar, banyak pejudo yang masih muda dan berbakat sering mengalami cedera ketika bertanding maupun berlatih. Akibatnya banyak di antara mereka yang berhenti berlatih dikarenakan trauma dengan cedera yang mereka alami. Masalah-masalah tersebut banyak terjadi di Indonesia salah satunya di Yogyakarta.

Di Yogyakarta terdapat beberapa klub-klub judo dari berbagai kabupaten dan kota, seperti judo Sleman, judo Kota, dan judo Bantul. Pada klub-klub judo tersebutlah mayoritas pejudo pemula berlatih. Tidak seperti olahraga

beladiri lainnya di Yogyakarta, klub-klub judo tersebut masih terlihat sepi, dari hasil wawancara sekilas oleh pelatih klub judo Kota Yogyakarta, Bagas, masalahnya adalah kurangnya minat anak untuk berlatih judo karena mereka menganggap olahraga judo adalah olahraga kurang menyenangkan dibandingkan olahraga lain seperti sepak bola. Selain itu, orang tua sendiri banyak menganggap bahwa olahraga judo merupakan olahraga yang berbahaya bagi anak-anak mereka. Untuk pejudo pemula yang sudah berlatih masalahnya adalah kurangnya antusiasme pejudo pemula dalam berlatih, akibatnya dari 40 orang pejudo pemula dari beberapa sekolah dasar yang ikut berlatih, kini tinggal tersisa 20 orang saja. Peneliti kemudian mewawancarai beberapa orang anak yang masih ikut berlatih dan mereka mengatakan bahwa latihan dasar yang mereka ikuti kurang menarik sehingga mereka banyak yang memilih olahraga-olahraga yang lebih menarik yang mengandung banyak unsur permainan di dalamnya.

Pejudo pemula yang ada di klub-klub judo Yogyakarta biasanya berumur dari 6 sampai 12 tahun yang masih berstatus siswa sekolah dasar (SD) dan siswa menengah pertama (SMP). Ketika usia tersebut seorang anak masih senang dengan aktivitas bermain. Menurut Tedjasaputra (2001, pp. 15–16) banyak keterangan yang simpang siur dan saling bertentangan mengenai bermain. Karena itu untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai bermain, orang perlu memandang bermain sebagai tali yang merupakan untaian serat serta benang-benang yang terjalin menjadi satu. Jadi pendapat tiap-tiap ahli tidak dapat dipandang secara terpisah karena akan berdampak pada sulitnya memperoleh pemahaman mengenai bermain. Selanjutnya Bell & Eisingerich (2007) berpendapat, *many people think of play as a physical activity, letting off steam and getting rid of surplus energy*. Banyak orang berpikir bahwa bermain adalah sebuah aktivitas fisik, melepaskan uap (keringat) dan mendapatkan surplus energi. Montolalu (2007, p.114) menyatakan bahwa bermain memberikan kesempatan pada anak-anak untuk menguji tubuhnya, melihat seberapa baik anggota tubuhnya berfungsi.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bermain adalah suatu aktivitas fisik yang digunakan untuk melepaskan rasa stres dengan mengolah anggota tubuh sehingga menciptakan suatu kesenangan dan peningkatan energi dalam tubuh. Dalam kaitannya pada penelitian ini adalah mengubah

atau mengembangkan suatu jenis latihan teknik dasar judo yang cenderung monoton menjadi suatu aktivitas bermain tanpa meninggalkan unsur-unsur yang dicapai dalam proses latihan teknik dasar itu sendiri sehingga proses latihan menjadi lebih menyenangkan dan dapat dipahami oleh anak.

Menurut Tedjasaputra (2001, pp. 39–50) ada tujuh manfaat bermain, yaitu: (1) manfaat bermain untuk perkembangan aspek fisik, (2) manfaat bermain untuk perkembangan aspek motorik kasar dan motorik halus, (3) manfaat bermain untuk perkembangan aspek sosial, (4) manfaat bermain untuk perkembangan aspek emosi atau kepribadian, (5) manfaat bermain untuk perkembangan aspek kognisi, (6) manfaat bermain untuk mengasah ketajaman penginderaan, (7) manfaat bermain untuk mengembangkan keterampilan olahraga dan menari.

Jenis-jenis latihan yang monoton seperti pengulangan gerakan latihan-latihan dasar terus-menerus tanpa menggunakan modifikasi akan membuat seorang anak jenuh dan bosan dalam berlatih. Kendala dari pelatih dalam memberikan latihan untuk pejudo pemula tersebut adalah kurangnya model-model permainan yang dapat diberikan kepada pejudo dalam proses latihan, padahal dalam proses latihan seorang pelatih harus mempunyai inovasi-inovasi baru dalam memberikan latihan. Inovasi-inovasi tersebut bisa melalui modifikasi latihan dengan memasukkan unsur permainan yang menarik di dalamnya, karena permainan dapat diartikan sebagai salah satu sarana yang bisa dijadikan sebagai jalan untuk melakukan transformasi ilmu kepada anak-anak (Nisak, 2011, p. 11).

Model-model permainan sangat dibutuhkan di dalam melatih pejudo-pejudo pemula. Hergenbahn, Olson, & Wibowo (2010, p. 24) menyatakan bahwa sebuah model berbeda dengan teori, model biasanya tidak dipakai untuk menjelaskan proses yang rumit, model digunakan untuk menyederhanakan proses dan menjadikannya lebih mudah dipahami. Model dipakai untuk menunjukkan bagaimana sesuatu itu seperti sesuatu yang lain.

Seorang pejudo pemula terutama yang masih anak-anak masih sangat menyukai aktivitas bermain yang menarik. Selain itu melalui model permainan pelatih akan mempunyai beberapa inovasi yang bisa diterapkan dalam proses latihan, seperti yang sering dilakukan oleh beberapa cabang olahraga lain. Banyak pendapat para ahli yang menerangkan definisi dari permainan di antaranya adalah menurut

Nisak (2011, p. 11) *game* (permainan) diartikan sebagai salah satu sarana yang bisa dijadikan sebagai jalan untuk melakukan transformasi ilmu kepada anak-anak. Freeman & Munandar (Ismail, 2006, p. 27) mendefinisikan permainan sebagai suatu akti-vitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

Di dalam pembuatan model ada beberapa langkah yang harus dilakukan. Rahyubi (2012, p. 251) mengatakan, model pembelajaran harus memiliki lima unsur dasar yaitu *syntax*, *social system*, *principles of reaction*, *support system* dan *instructional and nurturant effect*. *Syntax* yaitu urutan-urutan atau langkah-langkah dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. *Social system* yaitu aturan-aturan yang berlaku dalam proses pembelajaran dalam menciptakan interaksi dalam pembelajaran. *Principles of reaction* diartikan perilaku yang seharusnya ditunjukkan oleh guru pada saat proses pembelajaran. *Support system* yaitu mengenai perangkat-perangkat pendukung dalam pelaksanaan proses pembelajaran. *Instructional and nurturant effect* merupakan pemerolehan hasil belajar yang ingin dicapai dan pemerolehan hasil belajar di luar tujuan pembelajaran.

Oleh karena itu, penelitian ini akan mengembangkan sebuah model permainan yang dapat digunakan oleh pelatih dalam melakukan aktivitas latihan. Di dalam model permainan teknik dasar judo terdapat beberapa jenis latihan yang dikemas dalam bentuk permainan yang tidak meninggalkan unsur-unsur latihan dasar itu sendiri, sehingga pejudo pemula dapat bermain namun tetap menunjang keberhasilan dari tujuan latihan tersebut. Pejudo pemula tidak mengalami kebosanan di dalam latihan karena jenis latihan yang diberikan menjadi lebih menyenangkan dan tidak membosankan.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini menekankan pada model permainan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar pada olahraga judo. Untuk itu dalam penelitian ini akan mengambil judul "Pengembangan Latihan Teknik Dasar Judo Melalui Model Permainan untuk Pejudo Pemula Usia 8-12 Tahun di Yogyakarta."

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini memiliki spesifikasi: (1) produk yang dikembangkan adalah model permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun dengan mengedepankan unsur modifikasi latihan teknik dasar judo yang sudah ada seperti teknik dasar *ukemi*, *kuzuzi*, *nage waza*, *seizen*,

*shitai*, *kumikata* dan *katame waza* yang dituangkan ke dalam buku dan DVD. Produk yang dibuat mengacu pada langkah-langkah dan tahapan-tahapan pelaksanaan latihan teknik dasar yang ada pada olahraga judo sehingga materi latihan yang diajarkan sesuai dengan latihan teknik dasar judo; (2) pendekatan yang dipergunakan dalam permainan ini adalah permainan yang bersifat kompetitif. Diharapkan dengan pendekatan yang dilakukan latihan teknik dasar akan lebih menyenangkan; (3) panduan pengembangan model permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun diperuntukkan bagi pelatih dan pejudo pemula.

Pengembangan model permainan teknik dasar ini memberikan manfaat: (a) menambah model permainan yang dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar pejudo pemula usia 8-12 tahun, (b) mengembangkan konsep-konsep permainan kedalam aktivitas latihan teknik dasar, (c) bagi pelatih penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan dalam memilih dan menentukan model latihan teknik dasar judo pejudo pemula umur 8-12, (d) Penelitian ini diharapkan dapat diterapkan untuk menunjang peningkatan prestasi olahraga, (e) menjadi pertimbangan bagi pelatih dalam menyusun program latihan pejudo pemula umur 8-12.

## METODE

Penelitian yang akan dilakukan merupakan penelitian dengan metode penelitian dan pengembangan atau sering disebut R&D (*Research and Development*). Menurut Borg & Gall (1983, p. 775) metode ini merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu. Model penelitian dan pengembangan memiliki sepuluh langkah (1) studi pendahuluan dan pengumpulan data (kajian pustaka, pengamatan lapangan, membuat kerangka kerja penelitian), (2) perencanaan (tujuan penelitian, dana, waktu, prosedur penelitian, berbagai bentuk partisipasi), (3) mengembangkan produk awal (perencanaan draft awal produk), (4) uji coba awal (mencoba draft produk ke wilayah dan subjek yang terbatas), (5) revisi untuk menyusun produk utama, (6) uji coba lapangan utama (uji coba ke wilayah dan subjek yang lebih luas), (7) revisi untuk menyusun produk operasional, (8) uji coba produk operasional (uji efektif produk), (9) revisi produk final (revisi produk yang efektif), dan (10) diseminasi dan implementasi produk hasil pengembangan (tujuannya agar produk yang baru saja dikembangkan dapat dipakai secara

luas oleh pelaku olahraga, para pengajar di usia dini, dan masyarakat).

Metode ini juga digunakan untuk menguji keefektifan produk yang dihasilkan. Dalam penelitian ini pengembangan dilakukan untuk mengembangkan sebuah model permainan teknik dasar olahraga judo yang dapat digunakan sebagai cara latihan melalui aktivitas bermain untuk pejudo pemula. Penelitian ini menghususkan pada kategori umur 8-12 tahun, sehingga diharapkan dengan metode penelitian pengembangan ini diperoleh model permainan yang aman, efektif, efisien, dan menyenangkan serta dapat membantu mengoptimalkan kemampuan teknik dasar pejudo pemula.

### Jenis Penelitian

Jenis data yang diperoleh dari pengembangan ini adalah data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif berasal dari: (1) data masukan dari para ahli dan pelatih pelaku uji coba, dan (2) hasil dari wawancara dari pelatih judo. Data kuantitatif diperoleh dari (1) data hasil penilaian skala nilai dari ahli materi, (2) data hasil penilaian dari observasi model dari para ahli materi, (3) data hasil penilaian observasi dari keefektifan model dari para ahli, dan (4) data kuisioner siswa. Data-data tersebut digunakan mengevaluasi model permainan teknik dasar pejudo pemula umur 8-12 tahun.

### Waktu dan Tempat Penelitian

Uji coba skala kecil melibatkan 20 orang pejudo pada klub judo Kota Yogyakarta dengan 1 orang pelatih. Uji coba skala besar melibatkan 40 orang pejudo dengan 2 orang pelatih di 2 klub judo yang berbeda yaitu klub judo Sleman dan klub judo Kabupaten Bantul waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Februari-Maret 2015.

### Target/Subjek Penelitian

Subjek penelitian pada uji coba skala kecil diambil dari keseluruhan pejudo pemula yang berusia 8-12 tahun berjumlah 20 orang pada klub judo Kota Yogyakarta. Pada uji coba skala besar diambil 20 orang pejudo pemula berusia 8-12 tahun dari klub judo Bantul, dan dari klub judo Sleman diambil 20 orang. Kemudian pada tahap uji efektivitas diambil lagi 10 orang pejudo untuk dieksperimenkan menggunakan *random sampling*.

### Prosedur

Prosedur penelitian yang dilaksanakan mengadaptasi 10 langkah Borg & Gall (1983, p. 775) yang diadaptasi menjadi 8 langkah pelaksanaan penelitian, langkah-langkah tersebut antara lain: (1) pengumpulan informasi lapangan (2) analisis informasi yang telah dikumpulkan (3) mengembangkan produk awal, (4) validasi ahli dan revisi (5) uji coba lapangan skala kecil dan revisi (6) uji coba lapangan skala besar dan revisi (7) pembuatan produk final (8) uji efektivitas produk.

#### Pengumpulan Informasi Lapangan

Peneliti mengumpulkan informasi, studi lapangan/wawancara dengan pelatih-pelatih olahraga judo yang ada di Yogyakarta mengenai kemampuan teknik dasar pejudo pemula serta kendala yang dihadapi ketika latihan. Hal yang dilakukan adalah mengumpulkan informasi melalui studi pustaka mengenai landasan teori, data, dan hasil penelitian yang terkait dengan penelitian ini. Instrumen yang digunakan saat pengumpulan informasi lapangan adalah wawancara. Butir pertanyaan di dalam instrumen wawancara meliputi kemampuan pelatih, sarana prasarana, dan pelaksanaan latihan.

#### Analisis Informasi yang telah Dikumpulkan

Analisis dilakukan terhadap hasil studi pustaka dan studi lapangan wawancara. Analisis studi pustaka digunakan untuk memperkuat dalam fokus masalah yang sedang dikaji. Analisis wawancara diperlukan dan digunakan sebagai asumsi yang meyakinkan peneliti mengenai permasalahan di lapangan.

#### Mengembangkan Produk Awal (*Draft Model*)

Tahap ini peneliti mulai menyusun dan menciptakan suatu produk guna membantu pelatih, orangtua, dan anak/pejudo pemula dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar judo bagi pejudo pemula.

#### Validasi Ahli dan Revisi

Validasi ahli dilakukan sebelum produk yang dikembangkan diuji keefektifannya kepada pejudo. Para ahli yang digunakan dalam penelitian ini adalah ahli pendidikan usia dini dan ahli kepelatihan olahraga judo.

#### Uji Coba Lapangan Skala Kecil dan Revisi

Melakukan uji coba lapangan kecil akan didokumentasikan ke dalam sebuah *Digital Versatile Disc* (DVD) yang kemudian akan

dinilai oleh para ahli menggunakan panduan observasi dan angket. Observasi yang dilakukan meliputi substansi permainan teknik dasar olahraga judo, dan keefektifan permainan, pelatih dan peneliti sebagai pelaksana uji coba, dan draft buku panduan permainan teknik dasar olahraga judo. Saran dan kritik yang diberikan oleh ahli akan ditindaklanjuti dengan melakukan revisi produk, selain itu saran dari pelatih juga akan dipertimbangkan guna mengembangkan produk.

#### Uji Coba Lapangan Skala Besar dan Revisi

Tidak ada yang berbeda dalam uji coba lapangan kecil dan lapangan besar secara keseluruhan, namun perbedaan signifikan terletak pada jumlah subjek coba pada uji skala besar lebih banyak dan produk permainan teknik dasar olahraga judo telah mengalami revisi. Penelitian ini tidak melibatkan anak-anak yang telah menjadi subjek coba pada uji lapangan kecil.

#### Pembuatan Produk Final

Setelah beberapa langkah tersebut dianggap cukup untuk melihat pengaruh produk yang dikembangkan, peneliti menyusun dan membuat produk akhir atau produk final berupa buku manual/panduan permainan teknik dasar olahraga judo dan *Digital Versatile Disc* (DVD) permainan.

#### Uji Efektivitas Produk

Pada tahap uji efektivitas peneliti melakukan uji coba pada sampel yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada tahap ini peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh produk yang dibuat terhadap pejudu pemula.

#### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Teknik analisis data deskriptif kuantitatif dilakukan pada: (1) hasil penilaian validasi dengan skala nilai ahli materi terhadap draft model permainan sebelum uji coba; (2) data penilaian hasil observasi para observer terhadap model permainan; (3) data hasil observasi observer terhadap keefektifan

model; dan (4) data hasil penilaian keefektifan model. Rentangan skor pada angket validasi, observasi model, dan observasi keefektifan model ada empat, yaitu: (1) skor 1 untuk penilaian sangat tidak sesuai, (2) skor 2 untuk penilaian tidak sesuai, (3) skor 3 untuk penilaian sesuai, dan (4) skor 4 untuk penilaian sangat sesuai.

Model yang disusun dianggap layak untuk diujicobakan dengan skala kecil maupun besar apabila secara kuantitatif dihitung skor mencapai standar minimal kelayakan. Norma kategorisasi yang akan digunakan sesuai ketentuan (Azwar, 2003, p. 108).

Setelah produk dinyatakan layak digunakan oleh para ahli dan pelatih, dilakukan uji coba keefektifan. Pengujian dilakukan untuk mendapatkan informasi apakah sistem kerja baru tersebut lebih efektif dan efisien dibandingkan sistem lama atau sistem yang lain (Sugiyono, 2010, p. 302). Dalam penelitian ini yang dimaksud adalah model permainan teknik dasar judo. Untuk melakukan pengujian terhadap produk yang dibuat metode yang dipakai adalah metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2010, p. 302) eksperimen dapat dilakukan dengan cara membandingkan keadaan sebelum dan sesudah memakai sistem baru (*before-after*) atau dengan membandingkan dengan kelompok yang menggunakan sistem lama. Adapun pada tahapan proses untuk menguji keefektifan model permainan teknik dasar ini, digunakan uji beda selisih peningkatan rata-rata antara data hasil pertemuan tahap I (awal) dan pertemuan tahap II (akhir).

Kemudian model eksperimen yang kedua adalah membandingkan kelompok eksperimen dalam hal ini adalah kelompok yang diberikan metode baru dengan kelompok kontrol dalam hal ini adalah kelompok yang diberikan metode lama

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penilaian terhadap model permainan didapat hasil kategorisasi perhitungan normatif penilaian dari para ahli dan pelatih pada uji coba skala besar data tersebut antara lain.

Tabel 1. Perhitungan Normatif dan Distribusi Frekuensi Katagorisasi Penilaian Ahli dan Pelatih terhadap Keefektifan Permainan Merebut Bola pada Setiap Permainan dalam Uji Coba Skala Besar

Formula	Interval	Kategori	F	%
$X < (\mu - 1,0\sigma)$	$X < 25$	Kurang sesuai	0	0
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	$25 \leq X < 35$	Cukup Sesuai	0	0
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	$35 \leq X$	Sesuai	4	100
	Jumlah		4	100

Keterangan:

X: jumlah skor subjek

$\mu$ : mean ideal

$\sigma$ : standar deviasi ideal

Tabel 2. Data Statistik Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar

		Statistics			
		Pretest Eksperiment	Pretest Control	Posttest Eksperiment	Posttest Control
N	Valid	10	10	10	10
	Missing	10	10	10	10
	Mean	25,6000	24,9000	38,7000	28,9000
	Median	25,5000	25,5000	39,0000	29,0000
	Mode	25,00	26,00	39,00	29,00
	Std. Deviation	1,26491	1,79196	1,70294	1,79196
	Variance	1,600	3,211	2,900	3,211
	Minimum	23,00	21,00	36,00	26,00
	Maximum	27,00	27,00	41,00	31,00
	Sum	256,00	249,00	387,00	289,00

Tabel 3. Ringkasan Hasil Analisis *Paired Samples Test* untuk Penggunaan Metode Permainan Teknik Dasar Judo untuk Pejudo Pemula Usia 8-12 Tahun.

		Paired Samples Test				
		Paired Differences				
		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Upper				
Pair 1	Pretest Eksperiment-Posttest Eksperiment	-11,91013		-24,905	9	,000

Tabel 4. Ringkasan Hasil Analisis *Independent Samples Test* untuk Uji Beda Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol

		Independent Samples Test		
		t-test for Equality of Means		
		Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Uji Beda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	Equal variances assumed	18	,000	9,80000
	Equal variances not assumed	17,953	,000	9,80000

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah nilai yang diberikan keempat *observer* berada pada interval  $35 \leq X$ . Angka tersebut berarti masuk dalam kategori efektif. Keempat *observer* (100%) menilai permainan merebut sabuk dalam uji coba skala besar efektif dilaksanakan dalam latihan.

Uji efektivitas produk menggunakan metode eksperimen. Berdasarkan tabel statistik dapat

dilihat bahwa nilai rata-rata kelompok eksperimen pada tes awal adalah 25,60 nilai maksimum pada kelompok eksperimen adalah 27,00 sedangkan nilai minimum 23,00 dengan standar deviasi 1,26. Pada kelompok kontrol dapat dilihat nilai rata-rata pada tes awal adalah 24,90 dengan nilai maksimum yang diperoleh 27,00 dan nilai minimum 21,00 dengan standar deviasi 1,79.

Setelah diberikan perlakuan terhadap tiap-tiap kelompok, jika dilihat dari tabel tersebut kelompok eksperimen mendapatkan hasil nilai rata-rata sebesar 38,7 dengan nilai maksimum 41,00 dan nilai minimum 36,00 dengan standar deviasi 1,702. Pada kelompok kontrol didapatkan data nilai rata-rata adalah 28,90 dengan nilai maksimum 31,00.

Jika dilihat dari data tersebut, model permainan teknik dasar lebih efektif dan layak digunakan karena sudah melalui penilaian dari para ahli dan pelatih dan uji efektivitas produk menggunakan metode eksperimen.

### Uji Pengaruh

Berdasarkan hasil perhitungan SPSS penarikan kesimpulan apabila: (1) Jika  $\alpha = 0,05$  lebih besar atau sama dengan nilai *sig*. Atau [ $\alpha=0,05 \geq sig$ ], artinya tidak ada perbedaan peningkatan, (2) Jika  $\alpha = 0,05$  lebih kecil atau sama dengan nilai *sig*. Atau [ $\alpha=0,05 \leq sig$ ], artinya ada perbedaan peningkatan sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan teknik dasar setelah mengikuti latihan model permainan teknik dasar judo. Pada taraf *sig* diperoleh sebesar  $0,00 < 0,05$  hal ini berarti ada pengaruh yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen. Dengan demikian hipotesis 1 yang menyatakan ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan teknik dasar setelah mengikuti latihan model permainan teknik dasar judo, diterima.

### Uji Beda

Pengujian ini bertujuan untuk mencari perbedaan hasil teknik dasar judo antara kelompok yang mengikuti latihan model permainan teknik dasar judo dan kelompok kontrol atau kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Berikut hasil perhitungan signifikansi *Independent t-Tests* dengan menggunakan SPSS.

Berdasarkan hasil perhitungan SPSS pada Tabel 4 penarikan kesimpulan apabila: (1) Jika  $\alpha = 0,05$  lebih besar atau sama dengan nilai *sig*. Atau [ $\alpha=0,05 \geq sig$ ], artinya tidak ada perbedaan peningkatan, (2) Jika  $\alpha = 0,05$  lebih kecil atau sama dengan nilai *sig*. Atau [ $\alpha=0,05 \leq sig$ ], ada perbedaan peningkatan yang signifikan.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan peningkatan hasil teknik dasar judo antara kelompok yang mengikuti latihan model permainan teknik dasar judo dan kelompok kontrol atau kelompok yang tidak

diberikan perlakuan. Berdasarkan dari nilai signifikansi *Independent t-Tests* sebesar  $0,00 < 0,05$  yang berarti bahwa lebih kecil dari taraf signifikan.

Pada penelitian pengembangan model permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun, produk yang dihasilkan berupa buku model permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun dan DVD yang berisi enam permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun. Enam permainan teknik dasar tersebut akan dijelaskan berikut ini.

### Permainan Jebakan Sabuk

Model permainan jebakan sabuk berkonsepkan latihan teknik dasar jatuh belakang yang pada teknik jatuh belakang tersebut melatih gerakan posisi jatuh ketika diangkat dan dijatuhkan oleh lawan sehingga tidak mengakibatkan cedera. Permainan ini dilakukan dengan cara dua orang pejudo saling berhadapan dengan memegang baju setelah itu berjalan sambil berpegangan. Di sisi lain terdapat dua orang berhadapan dengan jarak 1,5 meter sambil memegang sabuk yang dibuat menjadi jebakan ketika kaki salah satu kaki pejudo mengenai sabuk, pejudo tersebut akan melakukan jatuh belakang.

Durasi permainan ini bisa dilakukan  $\pm 5-10$  menit bergantung pada banyaknya pejudo yang berlatih. Tujuan dari permainan ini adalah untuk melatih reaksi para pejudo untuk selalu siap dalam melakukan jatuh belakang agar terhindar dari cedera ketika sudah mulai berlatih bantingan atau bertanding

### Permainan Memindahkan Bola

Model permainan memindahkan bola berkonsepkan melatih keseimbangan dan kekuatan tungkai sebelum berlatih bantingan, arena di dalam olahraga judo banyak teknik bantingan yang menggunakan satu kaki sebagai tumpuan terutama pada teknik bantingan dasar. Permainan ini dilakukan dengan cara pejudo dibagi menjadi beberapa barisan kemudian barisan pertama berjalan menggunakan satu kaki dan berusaha memindahkan bola yang sudah disiapkan ketika pejudo mengambil bola posisi badan membungkuk dan kaki yang tidak digunakan sebagai tumpuan didorong ke belakang, setelah mengambil bola pejudo berbaris di barisan belakang dan bergantian. Durasi permainan ini bisa dilakukan  $\pm 5-10$  menit bergantung pada banyaknya pejudo dan banyaknya bola yang

dipakai. Tujuan dari model permainan ini adalah melatih keseimbangan pejudo pemula serta melatih kekuatan dari otot tungkai pejudo sehingga ketika melakukan bantingan pejudo sudah mempunyai tumpuan kaki dan keseimbangan yang kuat.

#### Permainan Merayap

Model permainan merayap berkonsepkan beberapa latihan yang berguna untuk melatih kemampuan dasar pejudo baik fisik maupun teknik, bahkan di dalam permainan ini dapat sekaligus melatih kekompakan dari pejudo itu sendiri, namun yang paling menonjol di dalam permainan ini adalah bagaimana untuk melatih kuda-kuda dalam melakukan bantingan pinggang. Permainan ini dapat dilakukan dengan cara pejudo dibagi menjadi beberapa barisan, kemudian pejudo yang berada di barisan paling depan mengambil posisi kuda-kuda *seoy nage* (bantingan menggunakan pinggang dan kedua kaki sebagai tumpuan), kemudian pejudo yang berada di belakang merangkak melewati sela-sela kedua kaki pejudo yang berada di depan setelah berhasil melewatinya, pejudo tersebut kembali membentuk posisi kuda-kuda *seoy nage* dan kemudian pejudo yang berada di belakang terus melakukannya sampai ke garis finis. Kelompok yang lebih dahulu sampai ke garis finis dan mengambil sabuk lebih dulu adalah pemenangnya.

Durasi dalam permainan ini  $\pm 5$  menit dalam satu kali pelaksanaan. Permainan ini bertujuan untuk melatih kuda-kuda pejudo dalam melakukan bantingan menggunakan pinggang.

#### Permainan Mendorong

Model permainan mendorong berkonsepkan latihan jatuh belakang dalam keadaan bergerak sehingga pejudo dapat selalu siapa dalam melakukan jatuh belakang dalam keadaan statis maupun dinamis, model permainan mendorong, dilakukan dengan cara pejudo berhadapan sambil berjongkok seperti hendak bertanding, setelah diberi aba-aba pejudo berusaha saling mendorong untuk dapat menjatuhkan lawannya.

Durasi dalam permainan  $\pm 2$  menit dalam satu kali pelaksanaan, model permainan ini bertujuan untuk melatih gerakan jatuh belakang dalam keadaan bergerak.

#### Permainan Merebut Sabuk

Model permainan merebut sabuk berkonsepkan latihan *kumikata* atau gerakan koordinasi tubuh ketika bertanding selain itu pada permainan

an merebut sabuk dapat diperkenalkan kepada pejudo pemula terhadap situasi dalam pertandingan sebenarnya. Permainan ini dilakukan dengan cara pejudo masing-masing berhadapan kemudian pelatih menyelipkan sabuk yang digulung di pinggang pejudo, setelah diberi aba-aba kemudian pejudo saling merebut sabuk yang diselipkan dipinggang masing-masing pejudo.

Durasi dalam permainan ini  $\pm 2$  menit dalam satu kali pelaksanaan, model permainan ini bertujuan untuk melatih gerakan *kumikata* atau gerakan koordinasi tubuh ketika bertanding.

#### Permainan Merebut Bola Voli

Model permainan merebut bola voli berkonsepkan latihan koordinasi gerakan tubuh ketika bergumul di bawah sehingga dapat melatih insting dan gerakan bertahan serta menyerang ketika pejudo bergumul di bawah. Permainan ini dapat dilakukan dengan cara pejudo saling berhadapan satu sama lain kemudian salah satu pejudo mengambil posisi telungkup sambil memeluk bola. Setelah diberi aba-aba pejudo yang berada di depan berusaha merebut bola yang sedang dipeluk atau didekap pejudo lainnya, permainan berhenti ketika pejudo berhasil merebut bola yang sedang dipeluk.

Durasi waktu yang digunakan dalam permainan ini adalah  $\pm 2$  menit dalam satu kali pelaksanaan, permainan ini bertujuan untuk melatih gerakan dan koordinasi tubuh ketika bertanding maupun menyerang.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, model permainan teknik dasar judo untuk pejudo pmula usia 8-12 tahun ini dilakukan dengan melalui 8 tahap yaitu: (1) pengumpulan informasi lapangan, (2) analisis informasi yang telah dikumpulkan, (3) mengembangkan produk awal (*draft model*), (4) validasi ahli dan revisi, (5) uji coba lapangan skala kecil dan revisi, (6) uji coba lapangan skala besar dan revisi, (7) pembuatan produk final, (8) uji efektivitas produk. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa produk yang dibuat dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar judo hal ini dapat dilihat dari persentase peningkatan pejudo pemula sebesar 21 % sebelum diberikan model permainan dan sesudah diberikan model permainan.

Selain itu dari perhitungan SPSS *Paired Samples Test* untuk penggunaan metode permainan teknik dasar judo untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun, disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan teknik dasar setelah mengikuti latihan model permainan teknik dasar judo. Pada taraf *sig* diperoleh sebesar  $0,00 < 0,05$  hal ini berarti ada pengaruh yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan pada uji beda dengan kelompok kontrol ada perbedaan peningkatan hasil teknik dasar judo antara kelompok yang mengikuti latihan model permainan teknik dasar judo dan kelompok kontrol atau kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Berdasarkan nilai signifikansi *Independent t-tests* sebesar  $0,00 < 0,05$  yang berarti bahwa lebih kecil dari taraf signifikan.

Model permainan teknik dasar judo sangat cocok dan layak diberikan kepada pejudo pemula khususnya pejudo pemula usia 8-12 tahun karena produk model permainan teknik dasar judo sudah melalui validasi dan penilaian dari para ahli seperti ahli anak usia dini, ahli kepelatihan judo dan pelatih hal ini dapat dilihat dari hasil observasi uji coba skala besar. Penilaian dari para ahli menunjukkan bahwa jumlah nilai yang diberikan berada pada interval  $35 \leq X$ . Angka tersebut berarti masuk dalam kategori efektif. Keempat *observer* (100 %) menilai keseluruhan permainan pada uji coba skala besar efektif dilaksanakan dalam latihan.

Produk dari penelitian pengembangan ini yaitu DVD dan buku panduan model permainan teknik dasar judo usia 8-12 tahun. DVD dan buku panduan permainan ini berisi enam model permainan, yaitu: (1) permainan jebakan sabuk, (2) permainan memindahkan bola, (3) permainan merayap, (4) permainan mendorong, (5) permainan merebut sabuk, (6) permainan merebut bola voli.

#### Saran

Produk yang sudah dikembangkan dan mendapatkan validasi kelayakan, dapat digunakan sebagai sebagai salah satu alternatif latihan yang dapat digunakan oleh pelatih agar dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar anak dan memberikan rasa gembira kepada anak dalam aktivitas latihan. Praktisi atau guru ketika akan menggunakan produk ini sebagai media pembelajaran, disarankan terlebih dahulu membaca buku atau menonton video (DVD) panduan model permainan teknik dasar judo usia 8-12

tahun. Dalam memberikan model permainan teknik dasar judo usia 8-12 tahun sebaiknya harus benar-benar disesuaikan dengan usia anak karena dalam model permainan ini memang dikhususkan untuk pejudo pemula yang baru berlatih dan masih berusia 8-12 tahun.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, A. K. A. (2014). *Olahraga judo (Revisi)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Azwar, S. (2003). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar . <http://doi.org/2003>
- Bell, S. J., & Eisingerich, A. B. (2007). The paradox of customer education: Customer expertise and loyalty in the financial services industry. *European Journal of Marketing*, 41(5/6), 466–486. <http://doi.org/10.1108/03090560710737561>
- Borg, W. R., & Gall, M. D. (1983). *Educational research: An introduction*. New York: Longman.
- Hergenhahn, B. R., Olson, M. H., & Wibowo, T. (2010). *Theories of learning (Teori belajar)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Irianto, D. P. (2004). *Pedoman praktis berolahraga untuk kebugaran dan kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Ismail, A. (2006). *Education games*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Kano, J.(1989). *The founder of judo*.Tokyo: Kodanhnsa internasional
- Nisak, R. (2011). *Seabrek games asyik-edukatif untuk mengajar PAUD/TK*. Yogyakarta: Diva Press.
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik : Deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Scheunemann, T. (2008). *Dasar sepak bola modern untuk pemain dan pelatih*. Malang: Dioma Publishing.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Tedjasaputra, M. S. (2001). *Bermain, mainan dan permainan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.