

MODEL KEGIATAN *OUTDOOR GAMES ACTIVITIES* UNTUK MAHASISWA PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Hernawan

hernawan@unj.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk membuat Model Kegiatan *Outdoor Games Activities* Untuk Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta yang lengkap dengan spesifikasinya diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam proses perkuliahan Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan metode Penelitian Pengembangan *Research & Development (R & D)* dari *Borg and Gall*. Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Konsentrasi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah angket yang digunakan untuk mengumpulkan data, adapun tahapan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah, pada tahap: (1) analisis kebutuhan, (2) evaluasi ahli (evaluasi produk awal); (3) uji coba terbatas (ujicoba kelompok kecil); dan (4) uji coba utama (*field testing*). Berdasarkan hasil pengembangan dapat disimpulkan bahwa: Model Kegiatan *Outdoor Games Activities* layak digunakan untuk proses perkuliahan Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta

Kata kunci: Pengembangan, Model, *Outdoor Games Activities*.

PENDAHULUAN

Dalam UU No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dinyatakan secara tegas bahwa olahraga rekreasi merupakan salah satu kegiatan dalam ruang lingkup olahraga selain olahraga pendidikan dan olahraga prestasi (Pasal 17). Berdasarkan definisi, tujuan, pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi, terlihat jelas bahwa olahraga rekreasi merupakan rangkaian yang tidak dapat dipisahkan dari kebutuhan hidup manusia. Secara lebih jauh, pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi diatur dalam Pasal 26.

Selain itu, pentingnya peran olahraga rekreasi ini dapat dilihat ketika olahraga rekreasi juga dijadikan sarana untuk pengembangan olahraga pendidikan. Hal ini ditegaskan dalam Pasal 25 ayat 8 yang menyatakan: "Pembinaan dan pengembangan

olahraga pendidikan dapat memanfaatkan olahraga rekreasi yang bersifat tradisional sebagai bagian dari aktifitas pembelajaran". Dalam UU tersebut, juga ditegaskan bahwa olahraga rekreasi dapat dilaksanakan oleh setiap orang, satuan pendidikan, lembaga, perkumpulan, atau organisasi olahraga (Pasal 19 ayat 2). Hal ini memberi dukungan sekaligus peluang yang besar untuk mengembangkan olahraga rekreasi.

Dalam mewujudkan tantangan, serta peluang tersebut di atas, di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta selain membuka program studi olahraga rekreasi juga diajarkan mata kuliah teori dan praktek olahraga rekreasi, yang bertujuan membekali mahasiswa dengan pengetahuan teori maupun praktek di lapangan hal-hal

yang berhubungan dengan kegiatan rekreasi.

Konsep model yang dikembangkan

“Model adalah perbuatan yang kompleks. Perbuatan yang kompleks dapat diterjemahkan sebagai penggunaan secara integratif sejumlah komponen yang terkandung dalam perbuatan pengajar itu untuk menyampaikan pesan pengajaran”. Oleh karena itu dalam dunia pengajaran ada baiknya guru menggunakan suatu prototipe dari suatu teori atau model. Disebut model karena hanya merupakan garis besar atau pokok-pokok yang memerlukan pengembangan yang sangat situasional.

Menurut Meyer dalam Tite “model dapat dimaknai sebagai objek atau konsep yang digunakan untuk mempresentasikan sesuatu hal yang nyata dan dikonversi untuk sebuah bentuk yang lebih komprehensif”.

Kondisi ini tentu saja menciptakan tuntutan yang berhubungan erat satu sama lainnya, yakni tuntutan pekerjaan yang semakin tinggi dan tuntutan atas terpenuhinya harapan tingkat ekonomi yang baik pula. Umumnya, jika seseorang ingin mewujudkan kondisi tingkat ekonomi tertentu, maka semakin tinggi pula tuntutan pekerjaan pada dirinya. Akibatnya, banyak orang menghabiskan waktu bekerja dalam hidupnya guna memenuhi tuntutan tersebut. Keberhasilan meraih finansial yang baik tidak berarti dapat terbebas dari perubahan perilaku dan gaya hidup, seperti mulai jarang berolahraga, berperilaku konsumtif, pola makan yang buruk, dan kurangnya waktu istirahat. Realitas ini dapat ditemui pada mereka yang beraktifitas di sejumlah kota besar di Indonesia seperti Jakarta, Bandung, Semarang, Surabaya, Makasar, dan Medan.

Rekreasi adalah suatu aktivitas atau kegiatan yang bersifat fisik, mental maupun emosional yang dilakukan pada waktu senggang dan didorong oleh

keinginan atau suatu motif atau bentuk dan macam aktivitas, dilakukan secara bebas, tanpa paksaan, yang didasari oleh diri sendiri secara sukarela, yang bersifat universal, kegiatan rekreasi tersebut semata-mata ingin mendapatkan kepuasan atau kesenangan.

Rekreasi merupakan hal yang penting dan menjadi kebutuhan setiap individu. Setiap orang ingin mendapatkan kesenangan, kepuasan, ingin menghilangkan ketegangan-ketegangan baik ketegangan fisik maupun ketegangan mental atau sebagai selingan pekerjaan sehari-hari untuk memperoleh keseimbangan dan kesegaran fisik mental. Kesemuanya itu dapat diperoleh melalui kegiatan rekreasi yang sesuai dengan pilihannya masing-masing.

Aktivitas rekreasi bukan merupakan aktivitas yang harus dikerjakan setiap hari. Aktivitas tersebut hanya dilakukan sebagai pengisian waktu terluang dan apabila hal ini di kehendaknya. Dengan demikian melakukan rekreasi tidak ada unsur paksaan apa yang harus dilakukan atau diberikan sanksi apabila orang tersebut tidak melakukannya seperti dikatakan oleh Hall dan Page sebagai berikut: *Recreation is what you do when nobody and no social pressure tell you what you must do.*

Dalam rekreasi ada unsur *flexibel*, ini berarti bahwa rekreasi tidak dibatasi oleh tempat (*indoor recreation dan outdoor recreation*). Dimana saja rekreasi dapat dilakukan sesuai dengan bentuk dan macam kegiatan rekreasi yang dipilihnya.

Selain dapat mempengaruhi kehidupan seseorang olahraga juga mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu sebagai reaksi, pelepasan dan pembebasan dari berbagai pikiran. Dalam kegiatan olahraga sebagai rekreasi, seseorang dapat bertemu dengan orang-orang lainnya untuk

pergaulan yang menyegarkan dan menggembirakan.

Intensitas olahraga itu sendiri akan sangat tergantung pada tujuan yang hendak dicapai. Sedangkan manfaat bagi derajat kesehatan dinamis akan sangat tergantung pada intensitas pelaksanaannya. Meskipun amat beragam bentuk dan jenis olahraga, tetapi masih dapat diidentifikasi persamaan umum yang menunjukkan ciri khas olahraga yang dibentuk oleh sebuah kriteria yaitu makna bermain dan permainan. Kriteria yang paling otentik adalah bahwa kegiatan olahraga tersebut didasarkan pada faktor kebebasan dan kesengajaan atas dasar kesadaran pelakunya untuk berbuat.

Wilkerson dan Dodder yang dikutip Harsuki, dalam penelitiannya menjelaskan fungsi dan tujuan olahraga adalah sebagai berikut:

1. Pelepasan emosi, olahraga adalah salah satu cara untuk menyatakan emosi dan mengendorkan ketegangan.
2. Menunjukkan identitas, olahraga memberikan kesempatan untuk dikenal dan untuk menunjukan kualitas diri.
3. Kontrol sosial, olahraga memberikan cara untuk mengontrol orang dalam suatu masyarakat bila ada penyimpangan perilaku.
4. Sosialisasi, olahraga berperan sebagai salah satu cara untuk terjadi kontak sosial sesama penggemar olahraga.
5. Agen perubahan, olahraga menghasilkan perubahan sosial, pula perilaku baru, dan menjadi satu faktor yang mengubah jalan sejarah. Umpamanya, olahraga memungkinkan untuk berinteraksi dari semua jenis manusia dan untuk mobilitas keatas berdasarkan kemampuan.
6. Semangat kolektif, olahraga menciptakan semangat kebersamaan yang membuat orang bersatu untuk mencapai tujuan bersama.

7. Sukses, olahraga memberikan perasaan berhasil, baik sebagai pemain maupun sebagai penonton, bila seorang pemain regu memperoleh sukses.

Olahraga rekreasi sendiri dimulai dari Inggris ketika para Tuan Tanah banyak sekali yang memiliki waktu luang dan mengisi dengan aktifitas fisik di halaman Istana yang luas. Maka, terciptalah olahraga rekreasi yang dikenal di Eropa dengan aksi trim, di Amerika dikenal dengan *recreational sport*, dan biasanya dengan istilah umum disebut "*Sport For All*".

Dalam olahraga rekreasi, peraturan permainan tidak berlaku ketat sebagaimana olahraga prestasi. Hal ini sejalan dengan tujuannya yang bersifat rekreatif yaitu untuk memunculkan manfaat dari aspek jasmaniah, sosial dan psikologis. Dalam olahraga rekreasi, unsur bermain biasanya terkait sangat erat di dalamnya. Pentingnya bermain itu sendiri didukung oleh pendapat beberapa ahli pendidikan adalah Jhon Dewey, yang menyatakan bahwa bermain adalah sarana stimulasi untuk merangsang munculnya sikap individu yang sebenarnya disebabkan individu yang bersangkutan merasa *enjoy* dalam menjalankannya.

Jadi melalui bermain, perkembangan individu juga dapat dilihat, karena itu bermain merupakan sarana belajar secara alami. Bermain lebih dari sekedar aktifitas biologis, akan tetapi juga dapat digunakan untuk mencapai tujuan sosial dan budaya. Selain itu bermain tidak sekedar mempertahankan aktifitas, melainkan juga mengarahkan setiap orang untuk memperoleh *insight* dan pengalaman baru dari luar. Hal ini dimungkinkan mengingat individu berpartisipasi secara langsung di dalamnya. Maka tidak mengherankan jika rekreasi biasanya menjadi pilihan utama untuk memunculkan potensi kreatif seseorang.

Selanjutnya Buhler dan Danziger dalam Roger dan Sawyers, berpendapat bahwa bermain adalah kegiatan yang menimbulkan kenikmatan; sedangkan Freud menyakini bahwa walaupun bermain tidak sama dengan bekerja tetapi menganggap bermain sebagai sesuatu yang serius.

Manfaat olahraga rekreasi sendiri telah dibuktikan diantaranya hasil penelitian Achmad Sanoesi yang menyimpulkan bahwa olahraga rekreasi berhasil meningkatkan semangat kerja guru. Dengan melakukan olahraga rekreasi di waktu luang, guru lebih bersemangat menjalankan tugasnya termasuk lebih rileks untuk mengatasi berbagai permasalahan mahasiswa yang dihadapinya sehari-hari.

Olahraga rekreasi merupakan aktivitas olahraga yang diselenggarakan untuk menggalakkan minat dan kegembiraan pelakunya. Olahraga rekreasi terbagi dalam lima kelompok yakni (1) *olahraga instruksional*, (2) *informal*, (3) *intramural*, (4) *ekstramural*, (5) *olahraga di klub*. Bentuk permainan disetiap bagian tidaklah sarna, bergantung pada kemampuan para pesertanya. Dengan demikian, penekanan dari rekreasi adalah dalam nuansa "mencipta kembali" (*re-creation*) orang tersebut. upaya revitalisasi tubuh dan jiwa yang terwujud karena 'menjauh' dari aktivitas rutin dan kondisi yang menekan dalam kehidupan sehari-hari. Landasan kependidikan dari rekreasi karenanya kini diangkat kembali, sehingga sering diistilahkan dengan pendidikan rekreasi, yang tujuan utamanya adalah mendidik orang dalam bagaimana memanfaatkan waktu senggang mereka.

Memelihara kesehatan tubuh merupakan dasar yang paling penting bagi kehidupan manusia "nilai olahraga untuk pemeliharaan kesehatan telah diketahui oleh umum maka pemerintah berbagai negara menilai olahraga

sebagai bagian dari usaha pemeliharaan kesehatan."

Paru-paru; meningkatkan efisiensi kerja paru-paru yang memungkinkan paru-paru orang terlatih bisa memproses udara lebih banyak dengan tenaga yang lebih sedikit. Selama melakukan kerja yang melelahkan seseorang yang terlatih bisa memproses udara hampir sebanyak dua kali lipat permenit, dari pada orang yang tidak terlatih. Maka orang yang terlatih bisa menyediakan oksigen lebih banyak bagi tubuhnya untuk dipergunakan dalam proses pembentukan energi.

Jantung; Meningkatkan efisiensi kerja jantung dalam berbagai segi. Jantung semakin kuat dan bisa memompakan darah lebih banyak dalam setiap denyutan. Jumlah denyutan yang dibutuhkan makin berkurang, seorang yang terlatih bisa mengurangi frekuensi denyut jantungnya sebanyak duapuluh kali permenit, dengan lain perkataan di banding dengan orang yang tidak terlatih. Denyut jantung orang yang terlatih lebih lambat dua puluh kali denyutan. Maka waktu istirahat dan tidur di waktu malam, denyut jantung orang yang terlatih bisa berkurang 10.000 kali denyutan. Bahkan dalam pengerahan tenaga maksimal jantung seorang yang terlatih mampu memompakan semua darah beserta oksigen yang di kandunginya yang di butuhkan oleh tubuh dalam frekuensi yang lebih lambat. Dari pada orang yang tidak terlatih. Sebaliknya jantung orang yang tidak terlatih memompakan darah dengan cepat sehingga membahayakan jantungnya selama pengerahan tenaga maksimal dalam usaha menyalurkan darah dan oksigen dalam jumlah yang cukup.

Pembuluh darah; meningkatkan jumlah dan ukuran pembuluh-pembuluh darah yang menyalurkan darah keseluruh tubuh mengsi penuh seluruh jaringan tubuh dengan oksigen untuk pembentukan energi. Meningkatkan

volume darah, ini berarti pula lebih meningkatkan sarana penyaluran oksigen lebih banyak keseluruh jaringan tubuh yang memerlukan.

Otot; Meningkatkan ketegangan otot-otot dan pembuluh-pembuluh darah mengubah jaringan otot yang lemah menjadi jaringan yang kokoh dan menjadi lebih kuat. Oksigen; meningkatkan konsumsi oksigen maksimal dalam tubuh, ini dicapai dengan cara meningkatkan efisiensi kerja semua sarana jaringan tubuh seperti: jantung, paru-paru, pembuluh-pembuluh darah, otot-otot serta jaringan jaringan tubuh lainnya.

Penyediaan dan penyaluran oksigen dalam proses penyediaan ini, makin meningkatkan pula kondisi tubuh secara menyeluruh, terutama bagian-bagian tubuh yang terpenting. Seperti telah disebutkan di atas, maka dengan demikian akan terbentuklah benteng pertahanan yang kuat dalam tubuh untuk mencegah terhadap berbagai macam gangguan penyakit.

Karakteristik Model yang Dikembangkan

Perencanaan dan penyusunan dibuat agar dapat memberikat petunjuk dan tuntunan yang jelas dalam pelaksanaan penelitian nantinya dalam perkuliahan, perencanaan dan penyusunan model merupakan faktor yang menentukan keberhasilan sebuah program. Sehubungan dengan itu maka pengembangan model kegiatan *Outdoor Games Activities* yang akan disusun dan dikembangkan berupa modifikasi dan kreatifitas dalam bentuk kegiatan perkuliahan.

Dalam dunia pendidikan hasil analisis tentunya diharapkan mampu memberikan jawaban mengenai apa kebutuhan mahasiswa saat ini. Pertimbangan model ini harus masuk ke ranah tujuan perkuliahan yang mengisyaratkan mahasiswa sebagai subyek belajar dan pembelajaran,

pengorganisasian pembelajaran, penyampaian pembelajaran, pengelolaan pembelajaran dengan memperhatikan faktor tujuan pembelajaran, hambatan belajar, serta karakteristik mahasiswa, sehingga dapat diperoleh pembelajaran yang efektif, efisien dan memiliki kemenarikan dalam proses belajar mengajar.

Langkah-Langkah Pengembangan Model

Langkah selanjutnya adalah tahapan-tahapan yang dilakukan dalam pengembangan model. Langkah yang dilakukan dalam penelitian riset dan pengembangan model ini melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

- a. Tahap evaluasi pertama yang dilakukan pada tahap rancangan bentuk model oleh pakar, evaluasi awal merupakan penilaian pertama dari para ahli untuk: (1) menentukan apakah model sudah sesuai dengan karakteristik mahasiswa, (2) apakah model kegiatan *Outdoor Games Activities* yang dikembangkan cocok untuk mahasiswa sebelum di uji cobakan.
- b. Tahapan evaluasi kedua yang dilakukan pada tahapan uji coba kelompok kecil. Pada evaluasi melalui hasil respon mahasiswa terhadap model model kegiatan *Outdoor Games Activities* dalam tahapan ujicoba ini dilakukan oleh mahasiswa atas tentang: (1) model model kegiatan *Outdoor Games Activities* mudah dipelajari, (2) model model kegiatan *Outdoor Games Activities* menarik dilakukan, (3) model model kegiatan *Outdoor Games Activities* sangat efektif dan lain-lainnya. Hasil respon mahasiswa atas model kegiatan *Outdoor Games Activities* yang telah dilaksanakan merupakan evaluasi penyempurnaan produk untuk mahasiswa program studi olahraga rekreasi sebelum model tersebut di uji lapangan pada

kelompok yang heterogen dan lebih besar jumlah mahasiswanya.

- c. Tahapan evaluasi akhir yang dilakukan pada tahapan uji lapangan kelompok besar dan heterogen tingkat keterampilannya. Hasil respon mahasiswa atas model sama seperti pertanyaan di tahapan evaluasi sebelumnya yang nantinya sebagai revisi penyempurnaan hasil produk model kegiatan *Outdoor Games Activities* dan di implementasikan.

Penelitian riset dan pengembangan model ini menggunakan langkah-langkah pengembangan model yang dikembangkan oleh Borg and Gall, langkah-langkah pengembangan modelnya tersebut meliputi:

- 1) Pertama kali yang ditentukan adalah Masalah atau potensi yang menjadi dasar pengembangan model
- 2) Selanjutnya dilakukan pengumpulan informasi sebagai landasan pemikiran untuk membuat konsep
- 3) Pembuatan model pembelajaran (rancangan produk), bentuk rancangan tersebut adalah model keseimbangan.
- 4) Validasi desain, dilakukan oleh ahli yang bersangkutan,
- 5) Revisi, dari hasil uji ahli (validasi desain)
- 6) Ujicoba produk, dilakukan dengan mempraktekkan model.
- 7) Revisi hasil uji coba produk
- 8) Ujicoba pemakaian atau uji kelompok yang lebih besar.
- 9) Revisi produk kedua, revisi dilakukan oleh ahli, guna memperoleh hasil yang sempurna.
- 10) Model dapat diproduksi

Pengembangan Model

Hasil dari model kegiatan *Outdoor Games Activities* Untuk mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta ditulis dalam bentuk buku panduan. Buku tersebut menyajikan berbagai model olahraga rekreasi yang

dikemas dalam beberapa model Permainan Luar Ruang (*Outdoor Games Activities*) yang telah dikombinasikan dengan tingkat kesulitan yang berbeda.

Permainan Luar Ruang (*Outdoor Games Activities*) akan dilaksanakan secara berulang-ulang secara berkelompok di setiap model.. Setiap model disajikan dalam bentuk yang sama tetapi langkah-langkah yang berbeda di setiap model permainan serta dapat diterapkan dalam proses aktifitas fisik agar nantinya diharapkan dapat mencapai tujuan aktifitas fisik yang sesuai.

Hasil Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan pada penelitian model kegiatan *Outdoor Games Activities* Untuk mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta bertujuan untuk menganalisis kebutuhan model Olahraga Rekreasi untuk dilakukan.

Adapun hasil analisis kebutuhan dalam penelitian ini menggunakan data wawancara dengan Dosen Matakuliah Rekeasi dan Olahraga Rekreasi pada tanggal 22 Maret 2016 yang akan disajikan secara naratif sebagai berikut: 1) sebagian besar materimkuliah hanya permainan yang monoton. 2) kurang melakukan aktifitas fisik yang harusnya di lakukan untuk pemenuhan kebugaran jasmani 3) Minimnya pengetahuan tentang olahraga rekreasi. (4) Mahasiswa menyatakan sangat setuju bila dikembangkan kegiatan *Outdoor Games Activities*.

Pembuatan Produk Awal

Setelah menyelesaikan tahap analisis kebutuhan dilanjutkan dengan pembuatan produk awal dengan kebutuhan mahasiswa program studi Olahraga Rekreasi. Hasil analisis kebutuhan mendorong peneliti membuat model kegiatan *Outdoor Games*

Activities untuk mahasiswa Program studi Olahraga Rekreasi dengan 20 model.

Evaluasi Para Ahli

Sebelum model kegiatan *Outdoor Games Activities* untuk mahasiswa Program studi Olahraga Rekreasi yang telah dibuat dapat dinyatakan valid dan layak untuk diuji cobakan kepada subjek penelitian, maka peneliti terlebih dahulu melakukan validasi atau uji kelayakan model Olahraga Rekreasi kepada tiga orang ahli yaitu: 1 ahli permainan, 1 ahli rekreasi serta 1 ahli tes dan pengukuran olahraga. Ketiga ahli tersebut menilai rancangan model yang dibuat sehingga akan layak untuk diuji cobakan.

Berdasarkan uji ahli yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwasanya model kegiatan *Outdoor Games Activities* untuk mahasiswa Program studi Olahraga Rekreasi layak dan dapat digunakan untuk aktifitas fisik perkuliahan mahasiswa.

Uji ahli yang dilakukan oleh peneliti terhadap tiga ahli terdapat beberapa saran yang membangun untuk penyempurnaan model kegiatan *Outdoor Games Activities* diantaranya:

1. Petunjuk pelaksanaan permainan harus dibuat secara jelas supaya mudah untuk dipahami.
2. Peraturan permainan harus dibuat secara jelas supaya mudah untuk dipahami.

1. Revisi Produk

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari masing-masing ahli yang terdiri dari: 1 ahli permainan, 1 ahli rekreasi dan 1 ahli tes dan ahli pembelajaran terdapat beberapa rancangan produk yang perlu di revisi sebelum menjadi model final dan di uji cobakan pada kelompok kecil. Revisi produk dimaksudkan agar rancangan produk yang dibuat lebih sempurna.

B. Pembahasan Penyempurnaan Produk

Produk yang dikembangkan ini bertujuan untuk membentuk meningkatkan tercapainya tujuan pembelajaran olahraga rekreasi. Produk ini setelah dikaji mengenai beberapa kelemahan yang perlu pembenahan sesuai diatas maka dapat disampaikan beberapa keunggulan produk ini antara lain:

1. Mahasiswa lebih aktif dalam mengikuti proses perkuliahan.
2. Mahasiswa terlihat gembira dan antusias.
3. Model kegiatan outdoor games activities ini dilakukan dari yang mudah ke yang sulit.
4. Tingkat kompetisi yang tinggi sehingga membuat mahasiswa lebih bersemangat.
5. Memerlukan sarana yang lebih banyak dari perkuliahan yang sebelumnya tetapi mampu diterapkan sesuai dengan karakteristik mahasiswa program studi olahraga rekreasi

KESIMPULAN

Dalam penelitian pembuatan model kegiatan *Outdoor Games Activities* untuk Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi yang dikemas dalam buku, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa:

1. Pembuatan model yang diperoleh secara keseluruhan dari ahli permainan menyatakan bahwa model yang dibuat termasuk dalam kategori baik dan layak digunakan.
2. Pembuatan model yang diperoleh secara keseluruhan dari ahli rekreasi menyatakan bahwa model yang dikembangkan termasuk dalam kategori baik dan layak digunakan.
3. Pembuatan model yang diperoleh secara keseluruhan dari ahli pembelajaran dan pengukuran olahraga menyatakan bahwa model yang dikembangkan termasuk dalam kategori baik dan layak digunakan..

4. Uji coba kelompok kecil dan kelompok besar dinyatakan layak untuk dipergunakan.
5. Melalui model olahraga rekreasi yang telah peneliti buat model kegiatan *Outdoor Games Activities* layak dipergunakan sebagai aktifitas fisik pada Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi.

- Singgih D. Gunarsa. 1996. *Psikologi Olahraga: Teori dan praktik*. Jakarta: PT. Gunung Mulia.
- Sue Docket dan Marlyn Fleer. 2000. *Play and Pedagogy in Early Childhood– Bending the Rules*. Sidney: Harcourt.
- Yusuf Adisasmita. 1989. *Rekreasi Pendidikan*. Jakarta: FPOK IKIP Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulkadir Ateng. 1998. *Azas-Azas Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Achmad Sanoesi. 1990. *Hubungan Antara Kegiatan Olahraga Rekreasi dengan Kinerja Guru*. Jakarta: FPOK IKIP Jakarta.
- Charles K. Brightbill. 1994. *Recreation, a Guide to Its Organization*. London: Arizona: Me Draw-Hill International.
- Cheryl Mallen and Lorne J. Adams. *Sport, Recreation and Tourism Event Management, Theoretical and Practical Dimensions*. Burlington: Elseiver, 2008.
- Edward Wieczoreck. *Masalah-masalah Organisasi dan Management Keolahragaan*. Olympic Solidarity IOC tahun 1975.
- Meredith D. Gall, Joyce P. Gall. Walter R. Borg, 2007. *Eighth Edition Educational Research*. NewYork.
- Ratal Wirjasantosa. 1984. *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Jakarta: PT Universitas Indonesia.
- Rusli Lutan. *Olahraga dan Etika Fair Play*. Jakarta: Direktorat Pemberdayaan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Olahraga Direktorat Jendral Olahraga Departemen Pendidikan Nasional 2001.
- Santoso, dkk. 2005. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.